

## Консультация для родителей

### ПРОГУЛКА В ДЕТСКОМ САДУ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

Воспитатель: Шмелева Алла Геннадьевна

Пребывание на свежем воздухе укрепляет здоровье и закаливает организм, всесторонне развивает детей, активизирует их двигательную деятельность, познавательные возможности.

Ребенок дошкольного возраста должен гулять (даже в холодное время года) до 4 – 5 ч в день. Летом же вся деятельность детей может проходить на воздухе.

Прогулка проводится в любую погоду, за исключением неблагоприятных условий. При небольшом дожде ее можно организовать на веранде, под навесом, в любом другом, защищенном от резкого ветра и осадков месте. В этом случае с детьми проводят беседы, читают им сказки, организуют спокойные игры, для которых не требуется большого пространства. Иногда при плохой погоде длительность прогулки можно сократить, но полностью отменять ее не следует.



Нельзя допускать, чтобы на прогулке дети находились длительное время в

однообразной позе. Нужно переключать их на другую деятельность и менять место игры. В жаркие дни лучше всего организовывать игры в полосе светотени. Тогда воздействие солнечных лучей будет равномерным, что в оптимальных пределах необходимо для закаливания, улучшения обменных процессов в организме, хорошего физического развития. Пребывание детей под прямыми солнечными лучами строго ограничивается с учетом их индивидуальной чувствительности к солнцу, особенностей состояния здоровья.

В жаркую погоду при температуре 30° и выше прогулку в первой половине дня целесообразно перенести на более ранние часы, а деятельность, которую предполагалось организовать на участке (труд, подвижные игры и др.), можно с некоторыми изменениями провести в помещении.

Для полноценной деятельности детей на участке нужно хорошо оборудовать групповую площадку, обеспечить их всеми пособиями и инвентарем, необходимым для развития движений детей разного возраста.

Чтобы активизировать двигательную активность дошкольников, на участок выносят крупногабаритные игрушки, машины, разнообразные пособия: обручи, мячи, скакалки, принадлежности для игры в бадминтон и т.д. Все это способствует совершенствованию физического развития детей, улучшает тренированность организма, повышает его защитные реакции и сопротивляемость вредным факторам.



### Структура прогулки

Воспитатель планирует содержание каждой прогулки (ставит перед собой определенные педагогические и оздоровительные задачи), делая ее целенаправленной. Согласно «Программе воспитания и обучения в детском саду» правильная организация прогулки предполагает использование подвижных и спортивных игр, физических упражнений, наблюдений, труда, самостоятельной деятельности и др., а эффективность реализации всех компонентов прогулки полностью зависит от воспитателя.

Воспитатель, организуя *наблюдения* на прогулке, знакомит детей с неживой природой, растениями, животными, трудом взрослых в природе, с сезонными изменениями в природе.

Проводя наблюдения, воспитатель решает в комплексе ряд задач: формирует у детей знания об окружающем, учит наблюдать, развивает наблюдательность, воспитывает эстетически.

Известно, что *труд* оказывает разностороннее положительное влияние на развитие ребенка, воспитывает волевые качества, чувство коллективизма, совершенствует знания ребенка об окружающей жизни. У детей развивается

интерес к трудовой деятельности, сознательное, ответственное отношение к ней.

Труд детей на прогулке организуют в форме индивидуальных поручений и как коллективный.

Так же во время прогулки возможна организация элементарных **опытов** (например, опыты с песком и глиной и т.п.).

На прогулке большое место занимают игры. Это могут быть *дидактические игры, творческие, подвижные, малоподвижные, спортивные игры.*

*Словесные игры* («Кто летает, бегаёт, прыгает», «В воде, в воздухе, на земле», «Нужно – не нужно» и др.) не требуют никакого оборудования. Проводятся они с целью закрепления знаний о функциях и действиях тех или иных предметов, обобщения и систематизации знаний. Эти игры развивают внимание, сообразительность, быстроту реакции, связную речь.

Одним из примеров *творческих игр* на прогулке могут быть строительные игры с природным материалом: песком, глиной, мелкими камушками, шишками и т.д. в них дети, создавая, познают свойства и качества материалов. Этими играми надо руководить. Для эффективности проведения таких игр необходимо иметь наборы формочек для игр с песком, резиновые фигурки людей и животных, фанерные силуэты домов, деревьев, шишки, веточки, печатки, карандаши для создания «картин» на песке и т.д.





планируя прогулку, воспитатель включает 2 – 3 *подвижные игры* с бегом, прыжками, игры-эстафеты, соответствующие возрасту. Организация различных *физических упражнений и подвижных игр* на воздухе оказывает положительное влияние на эмоциональное состояние детей, помогает укреплению воли, развитию смелости, самостоятельности. Вместе с тем создаются наиболее благоприятные условия для проявления товарищеских чувств, взаимопомощи.

На *самостоятельную деятельность* у дошкольников остается сравнительно мало времени. В этом отношении прогулка особенно важна и необходима, поскольку детям предоставляется возможность проявить свои творческие способности, поиграть в любимые игры, используя оборудование участка, игрушки и пособия, которых нет в группе, побегать.

Спасибо за внимание!

