

# Методика проведения прогулок в ДОУ.

**Прогулка** занимает в режиме дня детей дошкольного возраста значительное время и имеет огромное педагогическое значение. **Прогулка** организуется два раза в день: в первую и во вторую половину дня. Согласно Санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях ежедневная продолжительность **прогулки** детей должна составлять не менее 4–4,5 часов. Фактически дети гуляют меньше, продолжительность **прогулки** по разным причинам сокращается, а ее оздоровительный и развивающий потенциал используется далеко не в полной мере. Стихийность и однообразие являются типичными недостатками организации **прогулок** в современном детском саду. **Прогулки проводятся** без учета возрастных закономерностей физического и психического развития детей, их возрастных и индивидуальных особенностей состояния здоровья и развития. Целенаправленное и систематическое педагогическое воздействие нередко подменяется присмотром за детьми. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития. **Прогулка** является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

На **прогулке дети играют**, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус. **Прогулка** способствует умственному воспитанию. Во время пребывания на участке или на улице дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения и т. д. **Прогулка** развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей, а также решает вопросы нравственного воспитания.

Таким образом, правильно организованные и продуманные **прогулки** помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей.

На **прогулке** необходимо использовать интегрирование таких образовательных областей, как «*Физическая культура*», «*Здоровье*», «*Безопасность*», «*Социализация*», «*Познание*», «*Коммуникация*», «*Труд*». Интеграция возможна в процессе освоения сенсорных эталонов при овладении правилами безопасного поведения, речевыми умениями, опытом общения с детьми и взрослыми, отражении в подвижных играх различных сюжетов, обыгрывании действий персонажей сюжетно-ролевых игр, формировании привычки чередовать малоподвижные виды деятельности с активными двигательным отдыхом, расширении представлений о человеке, его окружении, благоприятных условиях жизни.

Задачи образовательных областей решаются на **прогулке** в ходе подвижных игр с детьми, трудовых поручений, ознакомления с трудом взрослых, наблюдений, экспериментирования с предметами окружающего мира, целевых **прогулок**, самостоятельной игровой деятельности, дидактических игр с детьми и составляют одно направление – познавательно-речевое развитие. Интегративный подход

дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

Содержательные связи между разными разделами **программы** позволяют воспитателю интегрировать образовательное содержание при решении воспитательно-образовательных задач:

- . Оздоровление детей.
- . Физическое развитие.
- . Развитие самостоятельности.
- . Расширение кругозора.

Ознакомление с окружающим миром.

- . Воспитание эстетических чувств, культуры поведения.

В целях успешной реализации поставленных задач необходимо перспективное планирование **прогулки**, где нужно учитывать разнообразные факторы: погодные условия, возраст детей, наличие соответствующего оборудования, предыдущие занятия и т. д.

Составные части **прогулки**:

- . Наблюдение, рассматривание;
- . Трудовая деятельность детей;
- . Подвижные игры;
- . Индивидуальная работа с детьми;
- . Самостоятельная деятельность детей.

Разновидности **прогулок**:

- . Типовая – максимально свободная деятельность детей.
- . Комбинирование: целевая **прогулка** и свободная деятельность.
- . **Прогулка – экскурсия – поход**.
- . Спортивные эстафеты.

Дети на **прогулке попадают в среду**, частично знакомую, но меняющуюся в зависимости от разных обстоятельств. Это следует использовать наилучшим образом для всестороннего развития и воспитания ребенка. Первое, с чем встречается ребенок на **прогулке**, — это огромный мир природы, с которым необходимо его познакомить: помочь понять, принять, полюбить и бережно к нему относиться. Ежедневно **проводится** запланированное наблюдение за изменениями природы со всеми детьми или по подгруппам. Помимо этого, на протяжении всего времени **прогулки** взрослый не раз уточняет, закрепляет данные, полученные детьми не только в ходе организованных наблюдений, но и в процессе собственных наблюдений, знаний.

Таким образом, основной **метод** обучения — это наблюдение. Но у младшего дошкольника оно развито недостаточно, наблюдательность как качество личности

отсутствует, значит, приемы должны соответствовать возрасту, в первую очередь это опора на ориентировочные реакции в разных формах. Вышли дети на **прогулку** и сразу увидели что-то необычное или отметили, что изменилось в окружающей среде. Может случиться, что что-то осталось незамеченным. Задача взрослого: поддержать у детей стремление замечать изменения в природном окружении, а если что-то упустили — привлечь внимание, не оставлять что-то на потом. Наблюдательность предполагает умение слушать и активно воспринимать услышанное. Но на **прогулке** ребенок сталкивается с массой отвлекающих его моментов: пролетела бабочка, шум проезжающей машины и т. д. Удержать внимание ребенка младшего дошкольного возраста очень не просто. Поэтому наблюдения должны быть нерастяннутыми по времени (не более 7—10 минут, яркими, интересными, содержательными, несущими в себе новизну. Этому способствуют, во-первых, сами объекты наблюдения и всплеск положительных эмоций детей при их виде, во-вторых, образная речь взрослого, его умение использовать стихотворные тексты, загадки, пословицы и поговорки, которые воспринимаются детьми с большим интересом, обогащают их словарный запас, развивают эстетические чувства. Чтобы продлить интерес к рассматриванию, взрослый также должен широко использовать привлечение самих детей к активным высказываниям и действиям путем постановки вопросов, собственной заинтересованностью происходящим, вызывая сопереживание, сочувствие, сопричастность к необычным событиям в окружающей среде. Главное — не оставлять детей равнодушными при виде ярких образов природного окружения. Поддержание интереса к ежедневным наблюдениям происходит за счет того, что детям каждый раз предлагается новый объект для непосредственного ознакомления. Наблюдения за растениями, животными, птицами и насекомыми перемежаются знакомством с людьми разных профессий, ознакомлением с общественной жизнью — жизнью улицы. Целевые **прогулки** за пределы участка также способствуют возникновению стойкого желания наблюдать.

Большое воспитательное значение имеет трудовая деятельность на **прогулке**. Важно, чтобы для каждого ребенка задания были посильными, интересными и разнообразными, а по длительности – не превышали 5-19 минут в младшем возрасте и 15-20 минут в старшем возрасте.

Формами организации труда детей являются:

Индивидуальные трудовые поручения;

Работа в группах;

Коллективный труд.

Индивидуальные трудовые поручения применяются во всех возрастных группах детского сада.

Коллективный труд дает возможность формировать трудовые навыки и умения одновременно у всех детей группы. Во время коллективного труда формируются умения принимать общую цель труда, согласовывать свои действия, сообща планировать работу.

В младшей группе дети получают индивидуальные поручения, состоящие из одной-двух трудовых операций, например, взять корм для птиц и положить в кормушку. Воспитатель поочередно привлекает к кормлению птиц всех детей.

Или, например, сбор камушков для поделок. Работу организует как «*труд рядом*», при этом дети не испытывают никакой зависимости друг от друга

В средней группе одновременно могут работать две подгруппы и выполнять разные трудовые поручения; требуется постоянное внимание воспитателя к качеству работы;

показ и объяснение всего задания – последовательные этапы.

У детей старшего возраста необходимо сформировать умение принять трудовую задачу, представить результат ее выполнения, определить последовательность операций, отобрать необходимые инструменты, самостоятельно заниматься трудовой деятельностью (*при небольшой помощи воспитателя*).

Индивидуальные поручения становятся длительными, например, собрать и оформить гербарий.

При организации работы с детьми на **прогулке** играет роль эмоционального отношения к делу, которое задает воспитатель. Важно создать правильную мотивацию, объяснить, почему необходимо сделать эту работу именно сегодня и именно таким способом, необходимо разнообразить и скрасить монотонную деятельность, например, предложить отгадать загадки. Чтобы правильно руководить наблюдениями и трудовой деятельностью детей на **прогулке**, воспитатель должен пополнять свои знания, владеть практическими умениями и навыками, а также **методикой проведения прогулки**.

**Проведение** подвижных игр на открытом воздухе обеспечивает выполнение одной из важных задач физического воспитания – совершенствование функциональных систем и закаливание организма ребёнка.

При **проведении** подвижной игры на открытом воздухе имеются неограниченные возможности комплексного использования разнообразных **методов**, направленных на формирование личности ребёнка. При подборе игр учитывается характер предшествующей деятельности. Так, после занятий по развитию речи, рисованию, лепке целесообразно организовать более активные игры. Однако после деятельности, потребовавшей от детей сосредоточенного внимания, не рекомендуется разучивать новые игровые правила. Не исключаются подвижные игры и в дни, когда дети занимаются музыкой и физкультурой, но в этом случае игры подбирают с менее активными действиями и **проводят их не в начале**, в середине **прогулки**. Рекомендуется **проводить три игры в течение прогулки**, учитывая различные игры:

- малоподвижные;
- игры средней активности;
- игры с высокой двигательной активностью.

Следует отражать в планах разучивание новой игры и игры на закрепление двигательных навыков и развитие физических качеств. В течение года **проводится** примерно 10 – 15 новых игр.

Кроме этого организуются игры:

- забавы
- аттракционы

- игры-эстафеты
- сюжетные подвижные игры
- игры с элементами спорта
- сюжетные подвижные игры
- бессюжетные подвижные игры
- народные игры
- хороводные
- спортивные упражнения («Катание на санках», «Скольжение», «Ходьба на лыжах»).

Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха от предшествующего **проводимого занятия**, от состояния детей, их желаний, от времени **проведения прогулок** (вечерняя, утренняя). Рекомендуется тщательно продумывать содержание **прогулки**. Во время **прогулок** могут быть использованы: подвижные игры, бессюжетные народные игры с предметами: «Серсо», «Кольцеброс», «Кегли»; в старших группах – элементы спортивных игр: волейбол, баскетбол, городки, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей.

В жаркую погоду целесообразно **проводить игры с водой**; спортивные упражнения: езда на велосипеде. Зимой катание на санках, коньках, скольжение на ногах по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах. Организуются спортивные развлечения, **проводятся** физкультурные праздники. Выбирая для детей игру, педагог должен ставить задачи не только двигательного характера – закрепить навык того или иного движения, но и психологического – развивать чувство товарищества, взаимопомощи. Для этого подходят игры: «Дай руку», «Горелки», «Палочка-выручалочка» и т. д. **Методика проведения** подвижных игр в старшей группе предусматривает комплексное использование **методов и приемов**:

- наглядных: показ движения, слуховые и зрительные ориентиры, имитация;  
 - словесных: название игры, объяснение, указания, пояснения, распоряжения команды, описание, анализ действия, оценка, вопросы к детям, словесные инструкции;

- практических: выполнение движений без изменений и с изменениями, участие в соревновательных играх, самостоятельное **проведение** игр в различных условиях.

Дети дошкольного возраста играют в самые разнообразные игры. Решающая роль в руководстве играми принадлежит педагогу, но чрезвычайно важно побуждать детей к самостоятельности, проявлению творческой инициативы при организации и **проведении игр**. Надо стремиться к тому, чтобы дошкольники научились играть в подвижные игры по собственному желанию, выполняя основные правила, соблюдая дисциплину, доводя игру до конца. Подвижная игра – незаменимое средство пополнения ребёнком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. Подвижная игра стимулирует активную двигательную деятельность детей. Не значительная усталость, вызываемая участием в таких играх, полезна: систематически повторяясь, она способствует приспособлению организма к повышенной физической нагрузке, увеличению работоспособности. Задача создания всех необходимых условий для того, что дети росли физически

здоровыми, крепкими, является одной из важнейших. Поэтому правильно поставленной воспитательной работой может считаться только та, в рамках которой большое место занимает физическое воспитание детей.

Индивидуальная работа на **прогулке** тщательно планируется. Она направлена на закрепление, каких – либо навыков, разучивание физкультурного упражнения с одним или несколькими отстающими детьми, на отработку звукопроизношения, заучивание стихов, на закрепление материала по всем разделам **программы**, формирование нравственных качеств. Важно, чтобы ребенок, с которым ведется индивидуальная работа, понимал ее необходимость и охотно выполнял предложенные задания.

Самостоятельная деятельность детей на **прогулке** также нуждается в грамотном руководстве. Во время самостоятельной игровой деятельности дети отражают впечатления, полученные в процессе НОД, экскурсий, повседневной жизни, усваивают знания о труде взрослых. Происходит это в процессе сюжетно-ролевых игр. Одним из видов творческих игр являются строительные игры с природным **материалом**: песком, глиной, мелкими камушками и т. д.

Для организации самостоятельной деятельности необходимо создать **условия**: атрибуты, выносной материал, орудия труда для трудовой деятельности.

Необходимо соблюдать санитарно-гигиенические требования к хранению и размещению выносного материала.

Начиная со средней группы с детьми должны периодически в определенной системе **проводиться прогулки за пределы участка**, которые оказывают большое влияние на расширение представлений детей об окружающей действительности, труде взрослых в сельском хозяйстве, на строительстве, транспорте и др. Содержание этих **прогулок определяется программой** по ознакомлению детей с окружающей жизнью. Однако следует помнить, что нельзя перегружать детей наблюдениями, не нужно стараться сразу сообщать детям все о данном объекте, явлении. Но в то же время необходимо предусматривать сообщение детям элементов нового, что будет способствовать развитию интереса детей к знаниям. Организация этих **прогулок** требует от воспитателя тщательной продуманности и подготовленности.

В течение всего года в обязательном порядке **проводится и вечерняя прогулка**.

Так как взрослый дополнительно занят встречей с родителями, на вечерней **прогулке не проводятся** организованное наблюдение и трудовые действия. На фоне самостоятельно играющих детей педагог может что-то рассказывать и показывать им, пообщаться с одним-двумя на интересную для них тему, организовать индивидуальные игры-развлечения, понаблюдать с подгруппой детей за каким-либо необычным явлением или событием, которое заметили они сами. Однако необходимо иметь в виду, что вечером не следует **проводить** игр большой подвижности, возбуждающих нервную систему детей. При организации всех видов деятельности во время **прогулок** следует учитывать индивидуальные особенности детей, состояние их здоровья; более активно в ходе их использовать **методы и приемы**, способствующие формированию, усвоению нравственных норм поведения.

Главное — сделать так, чтобы на **прогулке не было скучно**.

Если **прогулки** содержательны и интересны, дети, как правило, идут гулять с большой охотой и радостью. Для воспитателей **прогулка** — это уникальная возможность не только оздоровить детей, но и обогатить ребенка новыми знаниями, показать опыты, материал для которых предоставляет сама природа, развить внимание, память и т. п.