

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПРОГУЛКИ



ПРОГУЛКА В ДОУ

ЦЕЛИ ПРОГУЛКИ:

- Укрепление здоровья,
- Профилактика утомления, физического и умственного развития детей
- Восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма

ЗАДАЧИ ПРОГУЛКИ:

- Оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях
- Способствовать повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста
- Оптимизировать двигательную активность детей
- Способствовать познавательному, речевому, художественно-эстетическому, социально-коммуникативному развитию детей

Виды прогулок:

- ❖ Тематические (продолжение темы дня)
- ❖ Прогулки-походы
- ❖ Развлекательные с персонажем
- ❖ Прогулки-события
- ❖ Спортивные
- ❖ Прогулки- трудовые акции
- ❖ Прогулки-экскурсии

ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ ПРОГУЛКИ

Перед выходом на прогулку воспитатель организывает посещение туалетной комнаты.

Одевать детей при подготовке к прогулке необходимо по подгруппам:

ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ К ПРОГУЛКЕ:

воспитатель выводит в приемную для одевания первую подгруппу детей, в которую включает медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками одевания

младший воспитатель раздевает вторую подгруппу и выводит детей в приемную

воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а младший воспитатель заканчивает одевание второй подгруппы и провожает детей на участок к воспитателю

в помощь при одевании в каждую группу младшего дошкольного возраста закрепляются сотрудники из числа рабочего персонала ДОУ

детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой.

ПОРЯДОК ОДЕВАНИЯ ДЕТЕЙ

Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться следующего порядка одевания:

- вначале дети надевают колготки и майку;
- затем кофты, комбинезон;
- и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду и шарф;
- обувь.

Необходимо знакомить детей с последовательностью одевания, особенно в младшей группе.
Схемы-модели могут в этом помочь

АЛГОРИТМ ОДЕВАНИЯ ОСЕНЬЮ



колготки



футболка



брюки



кофта



сапоги



шапка



куртка



шарф



перчатки



ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ ПРОГУЛОК НА УЧАСТКЕ ДОУ

Прогулка должна состоять из следующих структурных элементов:



**трудовые
поручения,
коллективный
труд**

**Наблюдение
дидактическая
игра**



**двигательная
активность:
подвижные,
спортивные игры,
спортивные
упражнения,
творческие игры**



**самостоятельная
деятельность
детей**



**индивидуальная
работа по
различным
направлениям
развития
воспитанников**

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ СТРУКТУРНЫХ КОМПОНЕНТОВ ПРОГУЛКИ

может варьироваться в зависимости от вида предыдущего занятия

- **Если дети находились на занятии, требующем повышенной познавательной активности и умственного напряжения, то вначале прогулки проводятся подвижные игры, пробежки, затем – наблюдения.**
- **Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, прогулка начинается с наблюдения или спокойной игры.**
- **Каждый из обязательных компонентов прогулки длится от 7 до 15 минут и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности детей.**
- **Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим с учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствии с календарным планированием в каждой возрастной группе (картотеки).**

НАБЛЮДЕНИЯ

ОРГАНИЗАЦИЯ НАБЛЮДЕНИЙ

Процесс наблюдения может быть организован за объектами и погодными явлениями. При планировании наблюдений **воспитатель продумывает:**

- оборудование и материалы, используемые по ходу наблюдения, размещение детей;
- приемы привлечения внимания детей к наблюдению (сюрпризные моменты, загадки, постановка познавательной задачи, проблемная ситуация);
- приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение, использование детского опыта).



ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

В двигательную деятельность детей на прогулке следует включать:

Подвижные игры и физические упражнения на дневной прогулке:

- в младшей группе – 6-10 мин,
- в средней группе – 10-15 мин,
- в старшей и подготовительной группах – 20-25 мин.

На вечерней прогулке:

- в младшей и в средней группах – 10-15 мин,
- в старшей и подготовительной группах – 12-15 мин.

Подвижные игры можно дополнять или заменять спортивными упражнениями или в старшем дошкольном возрасте спортивными играми, играми с элементами соревнований.

К спортивным упражнениям относятся:

- катание на санках, на лыжах,
- катание на велосипедах, самокатах.

К спортивным играм относятся:

- городки, баскетбол, бадминтон,
- настольный теннис, футбол, хоккей.



САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ

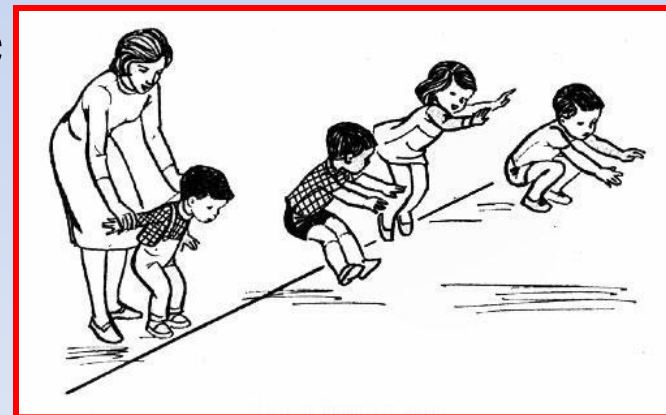
- Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей, развивающей среды;
- индивидуальные задания (в соответствие с календарным планированием).
- В зависимости от погодных условий двигательная деятельность детей на воздухе может быть различной интенсивности, чтобы дети не переохлаждались или не перегревались.
- Организацию двигательной активности воспитатель продумывает перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеоусловия.
- Не допускается длительное нахождение детей на прогулке без движений.
- Особого внимания требуют дети со сниженной подвижностью, малоинициативные, которых следует вовлекать в подвижные игры.
- Игры с высоким уровнем интенсивности движений не следует проводить в конце дневной прогулки перед уходом с участка, так как дети в этом случае становятся перевозбуждёнными, что отрицательно сказывается на характере дневного сна, увеличивает длительность периода засыпания, может быть причиной снижения аппетита.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ РАБОТЫ

В соответствии с календарным планированием воспитатель осуществляет индивидуальную работу по:

- познавательному
- речевому,
- социально-коммуникативному,
- физическому,
- художественно-эстетическому развитию детей;

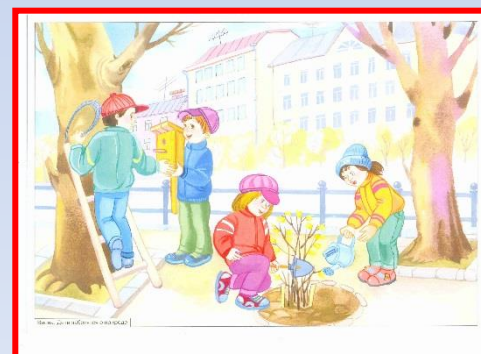
С этой целью подготавливает все материалы и оборудование.



ТРУДОВЫЕ ПОРУЧЕНИЯ

Воспитатель привлекает детей:

- к сбору игрушек;
- оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке после прогулки;
- уходу за растениями и т.д.



В зависимости от целей и задач прогулки воспитатель готовит необходимый **выносной материал**, пособия для различных видов детской деятельности, соответствующей санитарно-гигиеническим требованиям.

Воспитатель должен руководить самостоятельной деятельностью детей:

- обеспечить им полную безопасность;
- научить использовать пособия в соответствии с их назначением;
- осуществлять постоянный контроль деятельности детей на протяжении всей прогулки.

ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ

Возвращение детей с прогулки организуется с помощником воспитателя.

Младший воспитатель или воспитатель уводит с тамбура тех детей, которые первые сняли обувь.



Взрослый помогает детям:

- развязать шарфы,
- расстегнуть и снять верхнюю одежду,
- сложить одежду в шкафчик.

Раздевшись, дети спокойно идут в группу и одевают групповую одежду, а затем моют руки.



В летний период после возвращения детей с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру – мытьё ног.



ПОРЯДОК ХРАНЕНИЯ ОДЕЖДЫ В ШКАФЧИКЕ

- на верхней полке кладется шарф, шапка, сменная одежда);
- кофта, колготки, тёплые штаны кладутся на нижнюю полку шкафчика;
- верхнюю одежду вешают на крючок;
- обувь ставится на этажерку для обуви;
- рукавички, майки, колготки (при необходимости повесить просушить на сушилку).



ТРЕБОВАНИЯ К ОДЕЖДЕ ДЕТЕЙ

В любое время года одежда и обувь должны соответствовать погоде на данный момент и не должны способствовать перегреванию или переохлаждению детей;

при колебаниях температуры от $+3$ до -3°C и слабом ветре одежда детей должна состоять из трех слоев, включая белье. Верхняя одежда состоит из утепленной куртки, брюк; на ногах утепленные ботинки;

при температуре от -4 до -10°C детям надевают зимнюю куртку или пуховик при трех слоях одежды.

при более низких температурах рекомендуется увеличивать количество слоев одежды до четырех или пяти в зависимости от теплозащитных свойств верхней одежды.

в летний период во избежание перегрева детям надевают легкие головные уборы.



**В уголок для родителей следует поместить
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЗАКАЛИВАНИЮ,
соответствующие возрасту детей и времени года.
Призывайте родителей не перегревать ребенка,
одевать детей в соответствии с погодными условиями.**

