

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Полтавский детский сад «Родничок» Полтавского района Омской области

**«ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ПРОГУЛОК В
РАЗНОВОЗРАСТНЫХ ГРУППАХ ВСООТВЕТСТВИИ ФГОС ДО»**

Выполнила: воспитатель Шпан Н.Э.

Полтавка 2017

Организация и проведение прогулки в детском саду. Значение прогулки в развитии детей дошкольного возраста.

Большое значение для физического развития дошкольника имеет пребывание детей на свежем воздухе. 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 ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус. Прогулка способствует умственному развитию, так как дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире.

Требования к продолжительности прогулки. Режим длительности проведения прогулок на улице.

Режим дня детского сада предусматривает ежедневное проведение дневной прогулки после НОД и вечерней - после полдника. Время, отведенное на прогулки, должно строго соблюдаться. Общая продолжительность её составляет 4 – 4,5 часа.

- Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на свежем воздухе с перерывами для приема пищи и сна.

- В зимний период прогулки на воздухе проводятся 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда, во вторую половину дня – перед уходом детей домой. Зимние прогулки в детском саду для детей до 4 лет проводятся при температуре до -15°C , для детей 5-7 лет при температуре до -20°C .

-Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом воспитания и обучения. Запретом для прогулок является сила ветра более 15 м/с.

Требования к оборудованию и санитарному состоянию участка детского сада для проведения прогулок.

Для осуществления задач всестороннего развития детей большое значение имеет озелененный, в соответствии с педагогическими и гигиеническими требованиями, спланированный и оборудованный участок.

Желательно, чтобы каждая возрастная группа располагала отдельным участком, отгороженным от других групп кустарником. На этом участке выделяются места для проведения подвижных игр и развития движений детей (ровная площадка), для игр с песком, водой, строительным материалом, для творческих игр и игр с различными игрушками.

На участке должно быть оборудование для развития движений: заборчики для лазанья (трехгранные, четырехгранные и шестигранные), бревно для упражнения в равновесии, горка, инвентарь для упражнений в прыжках, метании. Все это должно иметь привлекательный вид, быть прочным, хорошо обработанным, закрепленным и соответствовать возрасту и силам детей. Кроме постоянного оборудования, на площадку выносятся игрушки, пособия в соответствии с намеченным планом работы. Игровые площадки заканчиваются дорожками, по которым дети могут кататься на велосипедах, самокатах. Кроме игровых площадок на участке необходимо иметь закрытые беседки для защиты от дождя и солнца. При сухой и жаркой погоде полив участка, песка производится не менее 2-х раз в день. Уборка территории участка проводится воспитателями, помощниками воспитателя и дворником ежедневно: утром до прихода детей и по мере загрязнения территории. У входа в здание следует иметь решетки, скребки, коврики, щетки. В зимнее время на участке следует устроить горку, ледяные дорожки и снежные сооружения, каток (если позволяют условия).

Требования безопасности при организации прогулок на участке детского сада.

Перед выходом детей на прогулку мы осматриваем территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии со своей должностной инструкцией. Перед выходом на прогулку работники учреждения, занятые одеванием детей следят, чтобы дети не оставались долго одетыми в помещении во избежание перегрева, а также следят за исправностью и соответствием одежды и обуви детей микроклимату и погодным условиям. В случае усиления ветра до недопустимых параметров, ухудшения погодных условий (дождь, метель и др.) во время прогулки, мы немедленно заводим детей в помещение. При проведении прогулки следим, чтобы дети не уходили за пределы участка детского сада. В случае самовольного ухода ребенка необходимо сообщать о случившемся руководителю ДОУ, который организует поиски ребенка, ставит в известность Управление образования, милицию, родителей в соответствии со схемой оповещения.

В процессе прогулки мы обучаем навыкам безопасного поведения, правилам безопасного обращения с различными предметами. При выборе игр учитываем психофизические особенности детей данного возраста, предшествующую деятельность детей, погодные условия.

Запрещается:

- Оставлять детей одних, без присмотра работников Учреждения;
- Использовать в детских играх острые, колющие, режущие предметы, сломанные игрушки.

О каждом несчастном случае с ребенком нужно немедленно возвестить руководителя, родителей, при необходимости привлечь медицинский персонал для оказания первой медицинской помощи. При необходимости организовать доставку ребенка в отделение скорой помощи.

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. Порядок хранения одежды в шкафчике: на верхней полке кладется шапка и шарф. Кофта, гамаши, колготки, теплые штаны, верхнюю одежду вешают на крючок. Рукавички на резинке должны быть передернуты через рукава и вешалку верхней одежды. Обувь ставят на нижнюю полку, сверху кладут носки.

Подготовка к прогулке.

Перед выходом на прогулку мы организовываем с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты. Одевание детей нужно организуем так, чтобы не тратить много времени и чтобы им не приходилось долго ждать друг друга. Для этого необходимо продумать и создать соответствующие условия. Для каждой группы нужна просторная раздевальная комната с индивидуальными шкафчиками и достаточным числом банкетов, стульчиков или скамеечек, чтобы ребенку было удобно сесть, надеть одежду или обувь и не мешать при этом другим детям. Одевать и раздевать детей при подготовке и возвращении с прогулки необходимо по подгруппам:

- я вывожу в приемную для одевания первую подгруппу детей, в которую включает медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания;
- помощник воспитателя проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит детей в приемную;
- я выхожу с первой подгруппой детей на прогулку, а помощник воспитателя заканчивает одевание второй подгруппы и провожает детей на участок;
- детей с ослабленным здоровьем рекомендуем одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

Детей старшего дошкольного возраста учим одеваться и раздеваться самостоятельно и в определенной последовательности. **Малышей** помогает одевать няня, которая даёт возможность самим сделать то, что они могут. Когда у детей выработаются навыки одевания и раздевания, то они будут делать это быстро и аккуратно, мы лишь только помогает им в отдельных случаях (застегнуть пуговицу, завязать шарф и т. п.). Нужно приучать малышей к тому, чтобы они оказывали помощь друг другу, не забывали поблагодарить за оказанную услугу. Чтобы навыки одевания и раздевания формировались быстрее, предлагаем родителям дома предоставлять детям больше самостоятельности. В летний период после возвращения детей с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру – мытье ног. Выходя на прогулку, дети сами выносят игрушки и материал для игр и занятий на воздухе. Чтобы дети охотно собирались на прогулку, мы заранее продумываем ее содержание, вызываем у малышей интерес к ней с помощью игрушек или рассказа о том, чем они будут заниматься. Если прогулки содержательны и интересны, дети, как правило, идут гулять с большой охотой. В своей работе используем **целевые прогулки**, во время которой организуем наблюдения детей за общественной жизнью и явлениями природы и за пределами участка. В младшей группе целевые прогулки проводим раз в неделю на небольшое расстояние, по улице, где находится детский сад. Со старшими детьми такие прогулки мы проводим два раза в неделю и на более далекие расстояния. Детям **младшей группы** показываем дома, транспорт, пешеходов, **в средней** - здания общественного назначения (школа, Дом культуры, музей и т. п.). **Со старшими детьми** проводим целевые прогулки на другие улицы, в ближайший парк или лес. Знакомим детей с правилами поведения в общественных местах и правилами уличного движения. На целевых прогулках дети получают много непосредственных впечатлений об окружающем, расширяется их кругозор, углубляются знания и представления, развивается наблюдательность и любознательность. Движения на воздухе оказывают положительное влияние на физическое развитие. Длительная ходьба во время прогулки требует от детей определенной выдержки, организованности и выносливости.

Структура прогулки:

1. Наблюдение.
2. Подвижные игры: игры большой подвижности, игры малой и средней подвижности, игры на выбор детей, дидактические игры.
3. Индивидуальная работа с детьми по развитию движений, физических качеств.
4. Труд детей на участке.

5. Самостоятельная игровая деятельность.

Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от вида предыдущего НОД. Если дети находились на НОД, требующем повышенной познавательной активности и умственного напряжения, то в начале прогулки целесообразно провести 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.

Наблюдение

Большое место на прогулках отводится наблюдениям (заранее планируемым) за природными явлениями и общественной жизнью. Наблюдения можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также с отдельными малышами.

В младшем возрасте наблюдения должны занимать не более 7-10 минут и быть яркими, интересными, в старшем возрасте наблюдения должны составлять от 15 до 25 минут. Проводить их надо ежедневно, но каждый раз детям должны предлагаться разные объекты для рассмотрения.

Объектами наблюдений могут быть:

- Живая природа: растения и животные;
- Неживая природа: сезонные изменения и различные явления природы (дождь, снег, текущие ручьи);
- Труд взрослых.

Наблюдения за трудом взрослых (дворника, шофера, строителя и т. д.) организуются 1-2 раза в квартал.

Виды наблюдения:

- Кратковременные наблюдения организуются для формирования о свойствах и качествах предмета или явления (дети учатся различать форму, цвет, величину, пространственное расположение частей и характер поверхности, а при ознакомлении с животными – характерные движения, издаваемые звуки и т. д.

- Длительные наблюдения организуются для накопления знаний о росте и развитии растений и животных, о сезонных изменениях в природе. Дети при этом сравнивают наблюдаемое состояние объекта с тем, что было раньше.

Организуя наблюдения, мы всегда соблюдаем данную последовательность:

1. Устанавливаем факты;
2. Формируем связи между частями объекта;
3. Идет накопление представлений у детей;
4. Проводим сопоставления;
5. Делаем выводы и устанавливаем связи между проводимым сейчас наблюдением и проведенным ранее.

Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений.

Подвижные игры

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества. Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни мы начинаем прогулку с игр большей подвижности, связанных с бегом, метанием, прыжками. Веселые и увлекательные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду.

Особенности организации двигательной активности в зимний период:

- в холодный период года, мы следим за тем, чтобы дети дышали носом. Носовое дыхание соответствует формированию у детей умения правильно дышать, предупреждает заболевание носоглотки;
- при низких температурах воздуха мы проводим игры большой подвижности, так как они приводят к форсированию дыхания, когда дети начинают дышать ртом. Не следует также в этих условиях проводить игры, требующие произнесения детьми в полный голос четверостиший, припевок, какого – либо текста. Примерно за полчаса до окончания прогулки мы проводим спокойные игры.

В сырую, дождливую погоду (особенно весной и осенью) лучше проводить малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства. Игры с прыжками, бегом, метанием, упражнениями в равновесии следует проводить также в теплые весенние, летние дни и ранней осенью. Во время прогулок мы используем народные игры, игры с предметами, такие, как кольцоброс, кегли, а в старших группах - элементы спортивных игр: волейбол, баскетбол, городки, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей. В жаркую погоду проводим игры с водой. Время проведения подвижных игр и физических упражнений на утренней прогулке: в **младших группах** – 6 – 10 минут, в **средних** – 10-15 минут, в **старших и подготовительных** – 20-25 минут. На вечерней прогулке: в младших и средних группах – 10-15 минут, в **старших и подготовительных** – 20 – 25 минут. Каждый месяц разучивание 2-3 п/и (повтор в течение месяца и закрепление 3-4 раза в год).

В младшем возрасте проводим игры с текстом (подражание действиям воспитателя).

В средней группе мы распределяем роли среди детей (роль водящего выполняет ребенок, который может справиться с этой задачей).

В старшей и подготовительной группе проводим игры-эстафеты, спортивные игры, игры с элементами соревнования. Заканчиваем подвижные игры ходьбой или игрой малой подвижности, постепенно снижающей физическую нагрузку.

Не допускаем длительное нахождение детей на прогулке без движений. Особое внимания уделяем детям со сниженной подвижностью, малоинициативные, которых следует вовлекать в подвижные игры.

Во время прогулок проводим индивидуальную работу с детьми:

для одних организуем игру с мячом, метание в цель, для других - упражнение в равновесии, для третьих - спрыгивание с пеньков, перешагивание через деревья, сбегание с пригорков.

Игры с высоким уровнем интенсивности движений не следует проводить в конце утренней прогулки перед уходом с участка, так как дети в этом случае становятся перевозбужденными, что отрицательно сказывается на характере дневного сна, увеличивает длительность засыпания, может быть причиной снижения аппетита.

Кроме подвижных игр и отдельных упражнений в основных движениях, на прогулке организуем и спортивные развлечения (упражнения). Летом - это езда на велосипеде, классики, зимой - катание на санках, скольжение на ногах по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах.

Примерно за полчаса до окончания прогулки мы проводим спокойные игры.

Дидактические игры и упражнения являются одним из структурных компонентов прогулки. Они непродолжительны, занимают по времени в младшем возрасте 3-4 минуты, в старшем 5-6 минут.

Каждая дидактическая игра состоит: из дидактической задачи, содержания, правил, игровых ситуаций.

Виды дидактических игр:

- Игры с предметами (игрушками или природным материалом),
- Словесные игры.

Приемом стимуляции детской активности являются различные дидактические упражнения, поэтому мы используем их несколько раз в течение одной прогулки. Дидактическое упражнение предлагаем детям в начале, в конце, а можем вставить в ходе наблюдения, например, «Принеси желтый листик», «Найди по листу дерево», «Найди дерево или кустарник по описанию» и т. д. Проводим их со всей группой либо с подгруппой.

На прогулках осуществляем работу и **по развитию речи** ребенка: разучиваем потешки или небольшое стихотворение, закрепляем трудное для произношения звука и т. п., вспоминаем с детьми слова и мелодию песни, которую разучивали на музыкальном занятии. Во время самостоятельной игровой деятельности дети отражают впечатления, полученные в процессе НОД, экскурсий, повседневной жизни, усваивают знания о труде взрослых. Во время прогулки следим за тем, чтобы все дети были заняты, не скучали, чтобы никто не озяб или не перегрелся. Тех детей, кто много бегают, привлекаем к участию в более спокойных играх.

Трудовая деятельность детей на участке

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 мы даём детям индивидуальные поручения, состоящие из одной-двух трудовых операций, например, взять корм для птиц и положить в кормушку, поочередно привлекая к кормлению птиц всех детей. Или, например, сбор камушков для поделок. Работу организуем 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 наше внимание к качеству работы; показ и объяснение всего задания – последовательные этапы.

У детей старшего возраста формируем умение принимать трудовую задачу, представлять результат ее выполнения, определять последовательность операций, отбирать необходимые инструменты, самостоятельно заниматься трудовой деятельностью (при небольшой помощи воспитателя). Индивидуальные поручения становятся длительными, например, собрать и оформить гербарий.

Приложение 1

Прогулка во 2-ой мл. группе «БОЖЬЯ КОРОВКА» (утро)

Цели: закрепление умений наблюдать за насекомыми, расширять представления о насекомых.

Ход прогулки:

I. Познание (познавательно-исследовательская и речевая деятельность).

1. Наблюдение. Рассмотреть божью коровку вместе с детьми через лупу. Кто ползет по ладошке? Что у нее есть? (*Крохотные ножки-паутинки, трещинка на спинке, крапинки.*) Какого цвета божья коровка? Какого цвета крапинки? Сколько их? (*Считают вместе с детьми - 7.*) Чуть прикоснуться к ней травинкой. Что произошло? (*Надолго замерла крошка, испугалась, у нее нет ни ногтей, ни зубов, а врагов много.*) Какую пользу приносит эта маленькая красавица? Не знаете? (*Она поедает тлю, этим спасает растение от гибели.*)

2. Совместное исполнение песни.

Божья коровка, черная головка, Улети на небо, принеси нам хлеба!
Черного и белого, только не горелого.

- Послушалась! Расправила свои прозрачные крылышки и улетела.

II. Физическое развитие (овладение основными двигательными навыками, выполнение движений по шаблону).

1. Подвижная игра «Жуки».

Цель: развитие умений бегать врассыпную, по сигналу менять направление.

Ход игры:

По сигналу «Жуки полетели!» дети бегут врассыпную. По сигналу «Жуки сели на землю!» дети приседают и шевелят пальцами, жужжат.

2. Дидактическое упражнение «Звукоподражание» - воспитатель называет насекомое, дети произносят звукоподражание.

Цель: закрепление произношение отдельных звуков.

3. Индивидуальная работа (двигательная деятельность) Игровое упражнение «Гусеница»

Цель: развитие умений ходить, друг за другом, точно повторять движение водящего, делать повороты (с подгруппой).

4. Этюды: «Бабочки», «Пчелки».

Цель: развивать умение подражать движениям насекомых, при помощи жестов и мимики.

В это время другая подгруппа занимается трудовой деятельностью.

III. Трудовая деятельность: постройка муравейника. **Цель:** учить работать в подгруппе - строить домик для муравьёв из палочек, добиваться выполнения поставленной цели.

Приложение 2

Инструкция проведения прогулок в ДОУ.

1. Разработку прогулки начните с календарного планирования. Ее цели и задачи должны соответствовать текущим планам на данный период времени. Включите в программное содержание прогулки воспитательные, обучающие и развивающие задачи.
2. Подготовьте все необходимое оборудование для организации деятельности детей. Обратите внимание на выносной материал. Он должен соответствовать содержанию прогулки, отвечать требованиям безопасности. Кроме того, выносной материал должен быть подобран в соответствии с возрастом детей. Обязательно проверьте количество игрушек. Их должно хватить для всех детей. Недопустимо, чтобы кто-то из дошкольников испытал недостаток оборудования для игры.
3. Составьте краткий план прогулки и зафиксируйте его на карточке. Это позволит планомерно осуществить намеченные задачи. Кроме того, это облегчит проведение прогулки.
4. Обязательно настройте воспитанников на прогулку. Пусть они почувствуют радость от предстоящей деятельности. В таком случае она окажется продуктивной. Кроме того, хорошее настроение в сочетании с физическими упражнениями будет способствовать улучшению общего самочувствия дошкольников.
5. Подготовьте участок для проведения прогулки. На нем не должно быть ядовитых или колючих растений, грибов, кустарников с ягодами. Кроме того, необходимо убрать весь мусор с территории участка. В летнее время каждое утро необходимо поливать и перекапывать песок в песочнице. Это поможет подготовить песочницу к приходу детей, а также позволит обнаружить возможный мусор в песке.
6. При проведении прогулки обязательно чередуйте виды деятельности дошкольников. Прогулку начните с наблюдения. Это могут быть наблюдения за объектами живой и неживой природы, людьми разных профессий.
7. Включите в прогулку трудовую деятельность. Это может быть помощь ребят в расчистке участка от снега, осенью – листьев и т. д.