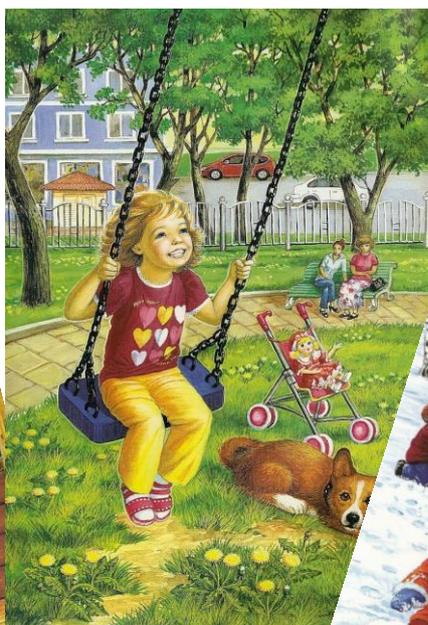


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №42 «Пингвинчик» общеразвивающего вида  
с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

# ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОГУЛОК В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ



**Составитель:**  
**воспитатель Сухих Е.В.**

## Содержание

1. Значение прогулки в развитии детей дошкольного возраста
  - 1.1. Основные задачи прогулки.
  - 1.2. Интеграция образовательных областей при проведении прогулки в соответствии с ФГОС.
2. Требования к организации и проведению прогулки.
  - 2.1. Требования к оборудованию и санитарному содержанию участка детского сада для проведения прогулок.
  - 2.2. Требования безопасности при организации прогулок на участке Детского сада
  - 2.3. Требования к подготовке и возвращению с прогулки.
  - 2.4. Требования к содержанию прогулок на участке Детского сада.
  - 2.5. Требования к организации прогулок за пределами участка Детского сада
  - 2.6. Требования к организации прогулки в помещениях Детского сада в дни отмены прогулки на улице.
  - 2.7. Требования к продолжительности прогулки.
  - 2.8. Режим длительности проведения прогулок на улице
  - 2.9. Требования к игрушкам.
3. Структурные компоненты прогулки с детьми дошкольного возраста.
  - 3.1. Наблюдения основной метод обучения.
  - 3.2. Основные движения и подвижные игры.
  - 3.3. Дидактические игры и упражнения.
  - 3.4. Трудовые поручения.
  - 3.5. Самостоятельная игровая деятельность.
4. Особенности целевой прогулки с детьми.
5. Условия для эффективного проведения прогулок.
6. Условия для активации движений детей.
7. Виды прогулок
8. Охрана жизни и здоровья детей на прогулке.
9. Приложение
10. Литература

Каждый ребенок маленький исследователь, он с радостью и удивлением открывает для себя окружающий мир. Дети стремятся к активной деятельности, и важно не дать этому стремлению угаснуть, способствовать его дальнейшему развитию. Чем полнее и разнообразнее будет организована детская деятельность на прогулке, тем успешнее будет идти развитие детей, лучше реализуются потенциальные возможности и детские творческие проявления. Поэтому наиболее близкие и естественные для детей виды деятельности, такие как игра, общение со взрослыми и сверстниками, экспериментирование, наблюдение, детский труд занимают в ходе прогулки особое место.

На прогулке необходимо интегрирование таких образовательных областей, как «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие». 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

### **Значение прогулки в развитии детей дошкольного возраста**

#### *Основные задачи прогулки.*

Прогулка режимный момент жизнедеятельности детей в Детском саду.

Цель прогулки: укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие 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 познавательно-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному развитию детей.

Виды прогулки: (по месту проведения):

- на участке Детского сада;
- пешеходные прогулки за пределы участка Детского сада (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров);
- в функциональных помещениях Детского сада (в активные дни)

Виды прогулок (по содержанию):

- традиционная;
- тематическая;
- целевая (проводится со 2-й младшей группы с выходом за пределы участка детского сада);

- экскурсия (проводится систематически со средней группы не менее 1 раза в месяц);

- поход, пеший переход (с детьми старшего дошкольного возраста)

Значение прогулки для развития детей:

- развивает умственные способности и наблюдательность: получают много новых впечатлений и знаний об окружающем; узнают об особенностях сезонных изменений в природе, подмечают связи между различными явлениями, устанавливают элементарную зависимость между явлениями в природе.

- дает возможность знакомить детей с родным городом, его достопримечательностями, трудом взрослых, которые озеленяют его улицы, строят красивые дома, асфальтируют дороги и т.д.

- удовлетворяет естественную биологическую потребность ребенка в движении (а движения детей усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит).

- дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми.

- у детей вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус.

- на прогулке решаются задачи умственного, нравственного, физического, трудового и эстетического воспитания.

#### *Интеграция образовательных областей при проведении прогулки в соответствии с ФГОС.*

Значение прогулки в настоящее время увеличивается, в связи с тем, ФГОС дошкольного образования предусматривают решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках занятий, но и при проведении режимных моментов.

В ходе прогулки возможно интеграция различных образовательных областей, таких как «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

Под интеграцией содержания дошкольного образования понимается состояние (или процесс, ведущий к такому состоянию) связанности, взаимопроникновения и взаимодействия отдельных образовательных областей, обеспечивающее целостность образовательного процесса (информация на мольберте).

#### *Задачи образовательной области «Физическое развитие»:*

- приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорнодвигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму

выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);

- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

*Формы, через которые решаются задачи:* в ходе подвижных игр с детьми и развития основных движений и составляют одно направление физическое развитие.

*Задачи образовательной области «Социально-коммуникативное развитие»:*

- усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности;

- развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками;

- становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий;

- развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации;

- формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; - формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

*Формы, через которые решаются задачи:* в ходе трудовых поручений, ознакомления с трудом взрослых, наблюдений, самостоятельной игровой деятельности, дидактических игр с детьми.

*Задачи образовательных областей «Познавательное развитие», «Речевое развитие»:*

- развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации;

- формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности;

- формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира;

- владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря;

- развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; - развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха;

- знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы;

- формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте.

*Формы, через которые решаются задачи:* 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.

*Задачи образовательной области «Художественно-эстетическое развитие»:*

- развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы;

- становление эстетического отношения к окружающему миру;

- формирование элементарных представлений о видах искусства;

- восприятие музыки, художественной литературы, фольклора;

- стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений;

- реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.).

*Формы, через которые решаются задачи:* в ходе хороводных 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 художественно-эстетическое развитие.

Содержательные связи между разными разделами программы позволяют воспитателю интегрировать образовательное содержание при решении воспитательно-образовательных задач. Например, расширяя представления детей о природе, педагог воспитывает у детей гуманное отношение к живому, побуждает к эстетическим переживаниям, связанным с природой, решает задачи развития речи, овладения соответствующими практическими и познавательными умениями, учит отражать впечатления о природе в разнообразной игровой деятельности, а знания о потребностях животных и растений становятся основой для овладения способами ухода за ними.

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

Построение педагогического процесса предполагает преимущественное использование наглядно-практических методов и способов организации деятельности детей на прогулке: наблюдений, экскурсий, элементарных опытов, экспериментирования, игровых проблемных ситуаций и прочее.

Примеры опытов и поисковых действий, которые вы используете в работе с детьми в ходе прогулки.

- «Тонет - не тонет» - испытывают на «плавучесть» игрушки из разного материала;

- «Цветные льдинки» - замораживают окрашенную воду в разных формочках и украшают льдинками постройки из снега;

- «Делаем дорожки и узоры на песке» - дети тонкой струйкой сыплют песок на землю, асфальт, цветную бумагу из малой лейки без наконечника, или ведерка с дырочкой на дне, кулечка с небольшим отверстием, делая разные узоры;

- «Делаем фигурки» - дети экспериментируют с разными формочками и материалами: мокрый и рассыпчатый снег, влажный и сухой песок;

- «Цветной снег» - дети поливают уплотненный снег, тонкой струйкой окрашенной воды, рисуя узоры;

- «Разные ножки бегут по дорожке» - дети экспериментируют, отпечатывая следы разной обуви на снегу, оставляя отпечатки игрушек с колесами или полозьями, изображают «трактор», протаптывая узкие и широкие дорожки игрушек;

- «Волшебная вода» - смешивают подкрашенную воду и получают разнообразные «волшебные» цвета и оттенки;

- «Ледяные узоры» - замораживание в воде узоров из камушков, бусинок, листьев и рассматривание их;

- «Освобождение из плена» - размораживание различными способами маленьких игрушек, замороженных во льду «ледяной колдуньей».

- «Снежные фигуры» - лепка из снега снежных баб, снегурочек. Зайчиков, играют в «снежное царство»;

- «Мир меняет цвет» - рассматривание окружающей природы, предметов через стекла разного цвета.

- «Кто прошел?» - учатся узнавать следы на снегу по отпечаткам и т.д.

- «Сгруппируй опасные и безопасные предметы или объекты (на улице, в природе)»;

- «Как ты думаешь, что будет дальше, если мальчик (девочка) поступят так»;

- «Приведи пример того, что опасно, а что без опасно»;

- «Предложи пример того, что опасно, а что безопасно» и т.д.

Взаимодействуя с дошкольниками, воспитатель может использовать несколько педагогических позиций:

- Партнерства и сотрудничества («Мы сделаем это вместе», «Давайте найдем общее решение», «Мне тоже интересно узнать об этом»);

- Обращения за помощью к детям («У меня это почему-то не получается», «Я забыла, как это можно сделать», «Кто может мне помочь в этом?»)

Такое взаимодействие с педагогом помогает детям быстрее становиться самостоятельными и чувствовать себя компетентными. При организации прогулки следует соблюдать разумное чередование совместной деятельности с воспитателем и самостоятельной деятельности детей, специально организованных образовательных ситуаций и свободной игровой и практической деятельности по

выбору детей, физических и умственных нагрузок, активной деятельности и отдыха.

### **Требования к организации и проведению прогулки**

*Требования к оборудованию и содержанию территорий дошкольных образовательных организаций.*

Оборудование и санитарное содержание участка должно соответствовать требованиям п. 3 СанПин.

Территорию дошкольной образовательной организации по периметру рекомендуется ограждать забором и полосой зеленых насаждений. Озеленение деревьями и кустарниками проводят с учетом климатических условий.

Территорию рекомендуется озеленять из расчета 50% площади территории, свободной от застройки. Для районов Крайнего Севера, а также в городах в условиях сложившейся (плотной) городской застройки допускается снижение озеленения до 20% площади территории, свободной от застройки.

Зеленые насаждения используются для разделения групповых площадок друг от друга и отделения групповых площадок от хозяйственной зоны.

При озеленении территории не проводится посадка плодоносящих деревьев и кустарников, ядовитых и колючих растений.

При проектировании дошкольных образовательных организаций на территории выделяется место для колясок и санок, защищенное навесом от осадков.

Паводковые и ливневые воды отводятся от территории дошкольной образовательной организации для предупреждения затопления и загрязнения игровых площадок для детей.

Территория дошкольной образовательной организации должна иметь наружное электрическое освещение. Уровень искусственной освещенности во время пребывания детей на территории должен быть не менее 10 лк на уровне земли в темное время суток.

Уровни шума и загрязнения атмосферного воздуха на территории дошкольных образовательных организаций не должны превышать допустимые уровни, установленные для территории жилой застройки.

На территории дошкольной образовательной организации выделяются игровая и хозяйственная зоны.

Зона игровой территории включает в себя групповые площадки - индивидуальные для каждой группы (рекомендуемая площадь из расчета не менее 7,0 кв. м на 1 ребенка для детей младенческого и раннего возраста (до 3-х лет) и не менее 9,0 кв. м на 1 ребенка дошкольного возраста (от 3-х до 7-ми лет)) и физкультурную площадку (одну или несколько). Для районов Крайнего Севера, а также в городах в условиях сложившейся (плотной) городской застройки допускается сокращение площади игровых площадок до 20% при условии соблюдения принципа групповой изоляции и обеспечении удовлетворения потребности детей в движении и соответствующем развитии.

В условиях сложившейся (плотной) городской застройки с учетом режима организации прогулок допускается использование совмещенных групповых площадок.

Для дошкольных образовательных организаций, оказывающих услуги по присмотру и уходу за детьми, режим работы которых составляет более 5 часов в день, должны предусматриваться оборудованные места для прогулок детей и занятий физкультурой.

Для прогулок могут быть использованы территории скверов, парков и другие территории, приспособленные для прогулок детей и занятий физкультурой.

Продолжительность инсоляции групповых и физкультурных площадок дошкольных образовательных организаций определяется в соответствии с гигиеническими требованиями к инсоляции и солнцезащите помещений жилых и общественных зданий и территорий.

Покрытие групповых площадок и физкультурной зоны должно быть травяным, с утрамбованным грунтом, беспыльным, либо выполненным из материалов, не оказывающих вредного воздействия на человека.

Для защиты детей от солнца и осадков на территории каждой групповой площадки устанавливаются теневые навесы площадью из расчета не менее 1 кв. м на одного ребенка. Для групп с численностью менее 15 человек площадь теневого навеса должна быть не менее 20 кв. м.

Допускается устанавливать на прогулочной площадке сборно-разборные навесы, беседки для использования их в жаркое время года.

Теневые навесы рекомендуется оборудовать деревянными полами (или другими строительными материалами, безвредными для здоровья человека) на расстоянии не менее 15 см от земли. Теневые навесы для детей младенческого и раннего возраста и дошкольного возраста в I, II, III климатических районах ограждаются с трех сторон, высота ограждения должна быть не менее 1,5 м.

Рекомендуется в IA, IB, IG климатических подрайонах вместо теневых навесов оборудовать отапливаемые прогулочные веранды из расчета не менее 2 кв. м на одного ребенка с обеспечением проветривания веранд.

Навесы или прогулочные веранды для детей младенческого и раннего возраста до 2 лет допускается пристраивать к зданию дошкольной образовательной организации и использовать как веранды для организации прогулок или сна. Теневые навесы (прогулочные веранды), пристраиваемые к зданиям, не должны затенять помещения групповых ячеек и снижать естественную освещенность.

Для хранения игрушек, используемых на территории дошкольных образовательных организаций, колясок, санок, велосипедов, лыж выделяется специальное место.

Игровые и физкультурные площадки для детей оборудуются с учетом их ростовозрастных особенностей.

Игровое оборудование должно соответствовать возрасту детей и быть изготовлено из материалов, не оказывающих вредного воздействия на человека.

Ежегодно, в весенний период, на игровых площадках проводится полная смена песка. Вновь завозимый песок должен соответствовать гигиеническим

нормативам по паразитологическим, микробиологическим, санитарно-химическим, радиологическим показателям. Песочницы в отсутствие детей необходимо закрывать во избежание загрязнения песка (крышками, полимерными пленками или другими защитными приспособлениями). При обнаружении возбудителей паразитарных болезней проводят внеочередную смену песка.

Уборка территории проводится ежедневно: утром за 1-2 часа до прихода детей или вечером после ухода детей.

При сухой и жаркой погоде полив территории рекомендуется проводить не менее 2 раз в день. В зимнее время рекомендуется проводить очистку территории от снега по мере необходимости, территорию допускается посыпать песком, использование химических реагентов не допускается.

#### *Требования безопасности при организации прогулок на участке Детского сада.*

Перед выходом детей на прогулку воспитатель осматривает территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии со своей должностной инструкцией.

Решение о проведении, отмене или сокращении времени прогулки на свежем воздухе принимает заместитель заведующего по учебно-воспитательной и методической работе на основании графика определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками Детского сада, фактического состояния погодных условий, наличия или отсутствия загазованности воздуха, и доводит его до сведения воспитателей и заведующего Детского сада.

Перед выходом на прогулку работники Детского сада, занятые одеванием детей, должны следить, чтобы дети не оставались долго одетыми в помещении во избежание перегрева.

Следить за исправностью и соответствием одежды и обуви детей микроклимату и погодным условиям.

В случае повышения содержания посторонних газов в воздухе во время прогулки, воспитатель должен немедленно завести детей в помещение.

При проведении прогулки воспитатель следит, чтобы дети не уходили за пределы участка Детского сада. В случае самовольного ухода ребенка немедленно сообщить о случившемся заведующему Детского сада, который организует поиски ребенка, ставит в известность Управление, милицию, родителей в соответствии со схемой оповещения.

В процессе прогулки воспитатель должен обучать детей навыкам безопасного поведения, правилам безопасного обращения с различными предметами.

При выборе игр воспитатель должен учитывать психофизиологические особенности детей данного возраста, площадь прогулочного двора.

При раскачивании карусели следить, чтобы рядом не было других детей.

Запрещается: - оставлять детей одних, без присмотра работников Детского сада; - использовать в детских играх острые, колющие, режущие предметы, сломанные игрушки.

О каждом несчастном случае с ребенком воспитатель должен немедленно известить руководителя, родителей, при необходимости привлечь медицинский персонал Детского сада для оказания первой медицинской помощи. Организовать доставку ребёнка в травмпункт.

#### *Требования к подготовке и возвращению с прогулки.*

Подготовка и возвращение с прогулки:

Перед выходом на прогулку воспитатель организует с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты.

Одевать и раздевать детей при подготовке и возвращении с прогулки необходимо по подгруппам: - воспитатель выводит в приемную одеваться первую подгруппу детей. В эту подгруппу следует включать медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания;

- младший воспитатель проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой 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 раннего и младшего дошкольного возраста закрепляются сотрудники из числа рабочего и медицинского персонала Детского сада согласно приказу заведующего Детского сада;

- детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться порядка одевания: в начале дети одевают колготки, гамаши, затем кофты, комбинезон, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду и шарф.

Возвращаются дети с прогулки также по подгруппам. Младший воспитатель забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение минут с воспитателем.

Младший воспитатель помогает детям развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Раздевшись, дети спокойно идут в группу и играют.

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

Требования к одежде детей:

- в любое время года одежда и обувь должна соответствовать погоде на данный момент и не должна перегревать или переохлаждать детей;

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

- при температуре от -4 до -10 С 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.

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

#### *Требования к содержанию прогулок на участке Детского сада.*

Прогулка должна состоять из следующих структурных элементов:

- наблюдение;
- двигательная активность: подвижные, спортивные игры, спортивные упражнения;
- индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников;
- трудовые поручения;
- самостоятельная деятельность детей.

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, то 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.

*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 утренней прогулке: в младшей группе 6-10 мин, в средней группе мин, в старшей и подготовительной группах мин. На вечерней прогулке: в младшей и в средней группах мин, в старшей и подготовительной группах 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, пионербол, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей; - организацию

самостоятельной двигательной активности. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей, развивающей среды;

- индивидуальные задания (в соответствии с календарным планированием).

В зависимости от погодных условий двигательная деятельность детей на воздухе может быть различной интенсивности, чтобы дети не переохлаждались или не перегревались. Всё это необходимо продумывать воспитателю перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеоусловия.

Нельзя допускать, чтобы на прогулке дети находились длительное время 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 утренней прогулки перед уходом с участка, так как дети в этом случае становятся перевозбуждёнными, что отрицательно сказывается на характере их дневного сна, увеличивает длительность периода засыпания, может быть причиной снижения аппетита.

Особенности организации двигательной активности на прогулке в зимний период:

- в холодный период года, воспитателю необходимо следить за тем, чтобы дети дышали носом. Носовое дыхание содействует формированию у детей умения правильно дышать, предупреждает заболевания носоглотки;

- при низких температурах воздуха нецелесообразно организовывать 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.

Организация индивидуальной работы: в соответствии с календарным планированием воспитатель осуществляет индивидуальную работу по познавательно-речевому, социально личностному, физическому или художественно-эстетическому развитию детей. С этой целью подготавливает все необходимые материалы и оборудование.

*Трудовые поручения:* воспитатель привлекает детей к сбору игрушек, оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке после прогулки, уход 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 предназначением, осуществлять постоянный контроль за деятельностью детей на протяжении всей прогулки.

*Требования к организации прогулок за пределами участка Детского сада.*

Планирование прогулок за пределы участка начинают со 2 младшей группы.

Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим.

При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, согласовывать с заведующим. Маршрут движения группы должен предусматривать возможно меньшее число пересечений проезжей части и, по возможности, использование только регулируемых переходов.

Заведующий, или заместитель заведующего по учебно-воспитательной и методической работе, назначенный приказом, проводит целевой инструктаж с записью в Журнале целевого инструктажа по организации прогулок и экскурсий за пределы участка Детского сада со всеми работниками, сопровождающими детей, согласовывает общее количество детей, отправляющихся на прогулку.

В случае дальнейшей прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчета один взрослый на 15 детей. Воспитатель должен предварительно осматривать маршрут следования и согласовывать его с заведующим Детского сада.

Если по каким-то причинам дети из группы остались в Детском саду, они по указанию заведующего Детским садом должны находиться под присмотром определенного работника, на которого возможно возложение ответственности за жизнь и здоровье детей.

Детей во время пеших прогулок, экскурсий за пределы участка Детского сада должны сопровождать не менее двух взрослых. Один из сопровождающих назначается старшим.

Дети строятся в колонну по два и берут друг друга за руки. Во время движения колонной в руках у детей не должно быть никаких предметов или игрушек.

Один из сопровождающих колонну находится впереди группы, второй – позади.

Каждый из сопровождающих должен иметь красный флажок. Группа должна быть обозначена красными флажками, которые несут первая и последняя пары детей.

Группа детей должна двигаться по тротуару или пешеходной дорожке, придерживаясь правой стороны. Если тротуар или пешеходная дорожка отсутствует, разрешается вести группу детей по левой обочине навстречу движению транспортных средств. Движение по обочине разрешается только в светлое время.

Перед пересечением проезжей части группу следует остановить на тротуаре, чтобы растянувшийся строй сгруппировался.

Пересекать проезжую часть разрешается только по обозначенным пешеходным переходам, а если их нет - на перекрестках по линии тротуаров или обочин.

На регулируемом переходе пересечение проезжей части разрешается только по разрешающим сигналам светофора или регулировщика. Начинать движение можно только одновременно с включением разрешающего сигнала. Во время движения группы через проезжую часть дороги оба сопровождающих

должны стоять на проезжей части по обеим ее сторонам лицом навстречу движению транспортных средств с поднятыми красными флажками. В случае смены сигналов до окончания пересечения группой проезжей части сопровождающие остаются на ней до окончания движения группы и покидают проезжую часть после последней пары детей.

При пересечении проезжей части на нерегулируемых перекрестках и пешеходных переходах группу следует остановить на тротуаре. Перед началом перехода сопровождающие должны выйти на обе стороны проезжей части с поднятыми красными флажками, чтобы привлечь внимание водителей, и, только убедившись, что их сигналы восприняты, старший сопровождающий разрешает переход. Сопровождающие покидают проезжую часть после последней пары детей.

Пересечение проезжей части вне обозначенных пешеходных переходов или перекрестков разрешается только как исключение, в одном случае: вне населенных пунктов при отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка. Пересекать проезжую часть разрешается под прямым углом к краю проезжей части и только на участках без разделительной полосы и ограждений, там, где она хорошо просматривается в обе стороны. Перед началом пересечения группой проезжей части сопровождающие выходят на нее, становятся с поднятыми красными флажками лицом навстречу движению транспортных средств. Убедившись в безопасности перехода, старший сопровождающий подает команду, разрешающую начало перехода.

Избегать прогулок по улицам с большим движением.

По окончании прогулки, экскурсии проверить наличие воспитанников, сообщить заведующему о возвращении.

*Требования к организации прогулки в помещениях Детского сада в дни отмены прогулки на улице.*

В зимний период в соответствии с графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками Детского сада, исключается или сокращается (пункт 9.3. настоящего положения) время пребывания детей на свежем воздухе и в летний период при: загазованности, штормовом предупреждении (ветер).

В дни сокращения времени или отмены прогулок на свежем воздухе необходимо компенсировать недостаток двигательной активности детей хорошо продуманной организацией динамической (двигательной) прогулки в помещениях Детского сада.

В содержание прогулки в приспособленных функциональных помещениях в летний период должны быть включены все структурные элементы (см. п. 5.) с учетом имеющихся условий.

Активированные дни планируются воспитателями в календарных планах воспитательно-образовательной деятельности на группах. Время, отведенное на прогулку, планируется с включением в нее различных видов детской деятельности (театрализованная, продуктивная, речевая, познавательно-игровая, двигательная и др.).

Двигательная активность детей в активированные дни компенсируется за счет проведения музыкальных, физкультурных и динамических часов. Перенос, отмена динамического часа, физкультурного или музыкального занятия не допускается.

В соответствии с функциональной структурой здания Детского сада (минимальная площадь для двигательной активности и развития движений детей) динамические часы проводятся в музыкальном и спортивном залах. В летнее время для увеличения двигательной активности в Детском саду дополнительно организуются прогулочные веранды в закрытых групповых помещениях.

Динамические часы планируются воспитателями в календарных планах воспитательно-образовательной деятельности в соответствии с алгоритмом о проведении динамических часов.

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

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

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

График определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками доводится до сведения родителей и размещается на информационных стендах всех возрастных групп.

В зимний период прогулки на воздухе проводятся 2 раза в день в первую половину дня до обеда, во вторую половину дня после дневного сна или перед уходом детей домой.

Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом воспитания и обучения, согласованным с главным государственным санитарным врачом по городу Норильску.

#### *Требования к игрушкам*

На прогулке должны быть игрушки, которые хорошо поддаются санобработке (пластмасса, резина, дерево, гипс, яркие краски которых не блекнут на воздухе).

Для игр выделяются красочно оформленные куклы, одежду которых дети сами могут легко снять и постирать, кукол дети могут искупать.

Перечень игрушек, рекомендуемых детям для игр в теплое время года:

*Дидактические игрушки:* Сборно-разборные матрешки, пирамидки, лото.

*Моторные игрушки:* Мячи и обручи трех размеров, пластмассовые шары, кегли, вожжи с бубенцами, каталки и коляски для кукол.

*Технические игрушки:* Легковые, грузовые автомобили, пожарные и санитарные машины, молоковозы и фургоны, самосвалы с простейшими механизмами, пароходы, самолеты, вертолеты, ракеты. Телефон.

*Сюжетно-образные игрушки и все необходимое для развертывания игр в кукольном уголке:* наборы кукол разных размеров, спальня, кухня, столовая, коробка для хранения кукольного белья, коробка для хранения сезонной кукольной одежды.

*Игрушки-наборы:* домашние животные и птицы, лесные звери и птицы.

*Строительный материал:* кое-что из набора М. Агаповой «Малыш» и пластмассовые конструкторы.

*Музыкальные игрушки:* погремушки, колокольчики, бубны, органчики. Наборы игрушек для игр с песком и водой.

*Игрушки-забавы:* озвученные волчки, народные игрушки-забавы, заводные игрушки

*Перечень игрушек для зимней прогулки:*

*Сюжетные игрушки разных размеров:* (медведи, зайцы, лисы, белки и пр.) и куклы в зимней одежде, а к ним саночки, коляски, каталки, грузовые машины, мячи, сумочки, корзиночки.

Храниться весь этот материал должен в специальном блоке, построенном на участке или недалеко от него.

Обработка игрушек проводится ежедневно после прогулки. Игрушки моют или стирают ежедневно в конце дня, а в ясельных группах - 2 раза в день. Кукольная одежда стирается по мере загрязнения с использованием детского мыла и проглаживается.

### **Структурные компоненты прогулки с детьми дошкольного возраста.**

Структурными компонентами прогулки являются:

- Разнообразные наблюдения.
- Основные движения и подвижные игры.
- Дидактические игры.
- Трудовая деятельность.
- Самостоятельная игровая деятельность детей.

Каждый из обязательных компонентов прогулки занимает по времени от 7 до 15 минут в младшем возрасте и от 20 до 25 минут в старшем и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности детей. Обязательно в течение года проводится вечерняя прогулка.

*Наблюдения основной метод обучения.*

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, воспитатель должен всегда соблюдать данную *последовательность*:

1. устанавливаются факты;
2. формируются связи между частями объекта;
3. идет накопление представлений у детей;
4. проводятся сопоставления;
5. делаются выводы и устанавливаются связи между проводимым сейчас наблюдением и проведенным ранее

*Основные движения и подвижные игры.*

- расширяется двигательный опыт детей
- совершенствуются навыки в основных движениях
- развиваются физические качества
- формируются самостоятельность и активность
- положительные взаимоотношения со сверстниками

Утренняя прогулка наиболее благоприятное время для проведения подвижных игр и физических упражнений.

На прогулке воспитатель использует разнообразные упражнения в основных видах движений, например, пробежки с разной скоростью небольшими подгруппами (но не более 2-х раз в неделю), упражнения в прыжках, метании, бросании и ловле мяча (цель подготовка к спортивным играм), различные виды с мячом и др.

*Подвижная игра*

Младший возраст 6-10 минут

Старший возраст 10-15 минут

Каждый месяц разучивание 2-3 п/и (повтор в течение месяца и закрепление 3-4 раза в год)

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

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

В старшей и подготовительной группе проводятся игры-эстафеты, спортивные игры, игры с элементами соревнования.

Заканчиваются подвижные игры ходьбой или игрой малой подвижности, постепенно снижающей физическую нагрузку

#### *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.

При использовании д/игры воспитатель должен следовать *педагогическим принципам*:

- опираться на уже имеющиеся у детей знания; задача должна быть достаточно трудна, но и в то же время доступна детям;
- постепенно усложнять дидактическую задачу и игровые действия;
- конкретно и четко объяснять правила;

*Виды дидактических игр:*

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

Приемом стимуляции детской активности являются различные дидактические упражнения. Они проводятся несколько раз в течение одной прогулки. Дидактическое упражнение может быть предложено детям в начале, в конце, а может вплестись в ход наблюдения, например, «Принеси желтый листик», «Найди по листу дерево», «Найди дерево или кустарник по описанию» и т.д. Проводят их со всей группой либо с частью ее.

#### *Трудовые поручения.*

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 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

#### *Самостоятельная игровая деятельность.*

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.

Интерес к творческим играм развивается у детей с 3-4 лет. К этому времени у ребенка появляются новые потребности, новые мотивы деятельности, связанные с осознанием своих отношений со взрослыми.

Расцвет ролевой игры начинается с 4-лет и наивысшего развития она достигает в середине дошкольного возраста (5-6 лет), а затем постепенно заменяется играми с правилами, возникающими после семи лет.

#### **Особенности целевой прогулки с детьми.**

Усиление внимания к экологическому воспитанию дошкольников требует поиска различных форм ознакомления с природой. Одной из таких форм, потенциал которой еще недостаточно используется воспитателями, являются целевые прогулки на природу, совмещенные с пешеходными переходами, которые дают возможность знакомить детей с ближайшим природным окружением.

Целевые прогулки вносят разнообразие в жизнь детей, обогащают их воображение, позволяют лучше узнать окружающую природу, местность где они живут: парк, сквер, лес, луга, поле, пруд, реку. Такие прогулки могут проводиться не только с познавательной, но и познавательно-практической целью - сбор семян дикорастущих трав для прикормки птиц зимой, растений для составления гербария, природного материала для ручного труда.

Отличие их от повседневных прогулок заключается в том, что они проводятся за пределами ДОО.

Объем программных задач, намечаемых для реализации на целевой прогулке, значительно меньше того, что предполагается экскурсией. И все же

ценность таких прогулок в том, что благодаря регулярности их проведения можно проследить изменения в объектах природы, обнаружить их причины.

Особенно много возможностей для наблюдений во время целевых прогулок предоставляет лето. Растения цветут, разнообразие видов насекомых, птиц, их приспособительное поведение создают неограниченный простор для предоставления детям интересной информации, направленной на познание родной природы, ее красоты.

Порой можно услышать вопрос: для чего маленьким детям нужны знания о растительном, животном мире? Достаточно, чтобы, они усвоили знания о наиболее важных зависимостях в природе между организмом и условиями существования. Но усвоения знаний никогда не может рассматриваться в дошкольном возрасте как самоцель. Это - аспект всестороннего развития ребенка.

Знание, по мнению дидактики, выполняет 3 функции в формировании личности:

- информативную
- ориентировочную
- оценочную.

#### *Возможности целевой прогулки на природе*

Информируя о ближайшем окружении в процессе целевых прогулок, воспитатели осуществляют важную воспитательную задачу - формирование реалистических знаний, без которых невозможно овладение систематизированными знаниями, т.е. установление объективных связей между предметами и явлениями природы, среди которых ведущими являются причинные. Именно установление таких связей характеризует уровень детского мышления.

Важно то, что в процессе ознакомления с растениями, животными во время целевых прогулок развивается речь детей, пополняется словарь, проводятся беседы - а это средство развития диалогической и монологической речи.

Целевые прогулки создают прекрасные возможности для развития сенсорной сферы ребенка.

Каждая встреча с новыми объектами природы - это возможность увидеть, прикоснуться, понюхать, прислушиваться к ним, и воспитатели в полной мере должны использовать эти возможности.

Нельзя переоценить роль целевых прогулок для развития у детей познавательных интересов и наблюдательности - исключительно важных качеств в подготовке к школе.

В наше время исключительно важное значение приобрели проблемы экологического воспитания - формирование нового, сознательного, ответственного, бережного отношения к природе, развития экологической этики, основанной на идее сопереживания, самооценке всего живого. Экологическое воспитание тесно связано с экологическим образованием. Лишь на основе знаний, о деятельности в природе формируется экологическая культура, которая заключается в том, что человек осознает общие закономерности природы и

общества, считает природу родным домом, которую надо беречь и о которой надо заботиться.

*Роль целевых прогулок в формировании экологической культуры детей.*

Целевые прогулки ценны тем, что во время их проведения дети получают знания о взаимосвязях в природе, о ценности для человека тех или иных объектов природы, о правилах природопользования. На целевых прогулках дети могут поупражняться в выполнении правил природопользования: в лесу, на лугу мы гости, и вести себя нужно вежливо, не нарушать покоя тех, кто постоянно там живет.

Ознакомление с различными объектами природы во время целевых прогулок является важным средством эстетического развития детей. Восприятие красочных пейзажей, гармонических сочетаний красок у цветов - все это пробуждает у детей чувство красоты, воспитывает любовь к природе. Большую роль в этом играет эмоциональная чувствительность воспитателя, умение не только увидеть красоту природы, но и доступно донести это детям, чтобы привить эстетические ценности, важные не только для эстетического развития личности, но и для хорошего, гуманного отношения к окружающей природе.

Целевые прогулки на природу являются источником обогащения жизнь прекрасным. Обучая детей после прогулок отображать на бумаге природу - цветы, бабочек и т.д., воспитатели формируют их эстетические вкусы, желание создавать красоту вокруг себя. Природа является тем окружением, в котором живут дети, красоту которого воспринимают, она радуется глаз, оказывая сильное влияние на формирование их личности.

Пребывание среди природы, влияние природных факторов, активные движения детей во время целевых прогулок стимулируют обмен веществ, закаляют детей. Обязательным условием проведения целевых прогулок является выбор благоприятного с экологической точки зрения маршрута.

Детские сады находятся в различных природных условиях, поэтому определить тематику целевых прогулок нужно, исходя из возможностей природного окружения ДОО, а также явлений, которые характерны для определенной поры года, наблюдения, которые интересны для детей.

Если недалеко протекает ручей, река, озеро, водохранилище, море, существует прекрасная возможность для проведения туда целевых прогулок.

Чрезвычайно благоприятные условия для целевых прогулок имеют детские сады, расположенные вблизи ботанических садов, которые есть почти в каждом областном центре.

Характерный признак целевых прогулок на природу - неоднородная насыщенность их исследовательским материалом в разные времена года в связи с природными процессами, характерными для нашей флоры и фауны.

### **Условия для эффективного проведения прогулок.**

Помимо стационарно установленного оборудования, на участок следует выносить дополнительный материал, который служит целям закрепления, уточнения, конкретизации новых знаний детей об окружающем мире, а также тренирует их наблюдательность, умение сравнивать, обобщать, делать

простейшие выводы. Это наборы определенных видов объектов, выполненных из пластмассы, гипса или дерева.

1-й набор: сказочные персонажи, знакомые детям. В зимнее время это Дед Мороз и Снегурочка, в летнее девочка Машенька с братиком Ванечкой и др. (высота каждой фигуры 40-60 см). Дети рассматривают их, вместе со взрослым вспоминают любимые сказки, недавние праздничные, новогодние события. Иногда в руках у Машеньки появляется корзинка. Дети замечают, начинают предполагать, куда собралась девочка. Так зарождается интересная беседа.

2-й набор: знакомые игрушки медвежонок, лиса, заяц, волк, белка, олень. Одни сидят на задних лапах (высота 60 см), другие стоят (высота до 80 см) или лежат. Для поддержания интереса детей, развития их внимательности время от времени в оформление объектов вносятся сюрпризные моменты: зимой медвежонку надевают малахай, волку варежки; в летнее время лисе яркий платок. А то и румяный колобок можно посадить на нос! Зайцу можно надеть то юбку, то фартук, мишке красную рубаху, волку лапти и т. д.

3-й набор: знакомые детям игрушки ворона, воробей, голубь, сойка, снегирь, синица (длина 10-15 см, высота 5-7 см). Дети самостоятельно находят их, рассматривают строение тела, показывают характерные движения, голосовые реакции птиц.

Эту атрибутику расставляют по всему участку, не более 4-5 фигур одновременно. Заменять их следует через 10-12 дней, тем самым поддерживая к ним устойчивый интерес детей.

Можно стационарно установить щит (40х60 см, подставка до 60 см). На него взрослый вывешивает красочно оформленную иллюстрацию знакомой сказки, время от времени заменяя другой («Три медведя», «Теремок», «Репка», «Колобок», «Снегурочка и лиса» и др.) Заметив новую иллюстрацию, дети останавливаются у щита, с интересом рассматривают ее и вместе с воспитателем могут вспомнить сюжет всей сказки.

В летнее время с целью развития наблюдательности, умения замечать изменения в одном из спокойных мест участка можно организовать «озеро», врыв в землю небольшой тазик и обложив края дерном. В яркий солнечный день возле «озера» загорают на травке куклы, плавают по «озеру» уточки. В пасмурную погоду у «озера» сидит рыбак. Такие изменения в сюжете не оставляют детей равнодушными. Выйдя на прогулку, дети спешат посмотреть, что происходит на «озере».

В зимнее время среди запушенных снегом кустов с горки спускаются лыжники и саночки (соответственно одетые куклы). В течение дня здесь могут произойти изменения, например, упали набок санки. Кто из детей заметит это первым? В следующий раз на пригорке появится заяц, а из-за кустов за ним будет следить волк или лиса. Каждый раз найдется повод и для наблюдений, и для развернутой беседы с детьми при виде этих сюрпризных моментов. Нужна только фантазия взрослого.

Ярко украшенный участок сам по себе вызывает у детей устойчивый положительный эмоциональный настрой, желание идти на прогулку.

В зависимости от сезона вход на веранду могут украшать гирлянды из цветов, снежинок или листьев золотой осени. К перилам веранды на уровне глаз малышей можно прикреплять султанчики, ветряные мельницы (в руки этот материал давать не следует во избежание травм).

По краям дорожек желательно протянуть разноцветные шнуры и ленты, снежные валы украсить орнаментом из разноцветных льдинок. Украшения служат и игровым материалом. Между деревьями на ярком шнуре могут висеть колокольчики, разноцветные погремушки. Задача ребенка пройти пригнувшись (летом проползти) так, чтобы игрушки не зазвучали. Затем нужно подняться и дотянуться до бубна, висящего рядом, и ударить по нему ладошкой.

Достаточное количество игрового материала сделает прогулку более насыщенной и интересной. Ошибка практики состоит в том, что на прогулку иногда выносят игровой материал, изъятый из употребления в группе (машины без колес, куклы без париков и т. д.). На прогулке должны быть игрушки, которые хорошо поддаются санобработке (пластмасса, резина, дерево, гипс, яркие краски которых не блекнут на воздухе). Для игр выделяются красочно оформленные куклы, одежду которых дети сами могут легко снять и постирать, кукол дети могут искупать.

Храниться весь этот материал должен в специальном блоке, построенном на участке или невдалеке от него.

Играют дети младшего дошкольного возраста или индивидуально, или объединившись небольшой подгруппой (2-3 человека). Поэтому игрушки необходимо размещать по всей территории участка. За столиком в тени на траве можно полистать книгу, в ажурном домике со скамейками поиграть с дидактическими игрушками. У входа на веранду стоит гараж с техническими игрушками и двигателями, рядом моторные игрушки.

На самой веранде с одной стороны все для сюжетно-ролевых игр, там же уголок ряженья. Для свободного пользования детям предлагаются разноцветные юбки на резинке, фартучки, косыночки, веночки, сумочки, зонтики, бусы и браслеты из ракушек и желудей. Наряженные дети играют и свободно передвигаются по участку. С другой стороны веранды находятся полочки, где хранится разнообразный природный материал и все необходимое для лепки и рисования.

Песочный дворик должен располагаться под тентом. В основном это ящик на подставках с прибитыми по краям бортиками, дети имеют возможность играть стоя и свободно передвигаться вдоль него, разворачивая сложные постройки с использованием строительного и природного материала. Песок периодически очищают, меняют, перемешивают, увлажняют и пополняют.

Для разнообразных игр с водой детям предлагается небольшой переносной бассейн на траве, который они сами наполняют водой. В свободное пользование детям не дают такие игрушки, как мелкая мозаика, чтобы не было травм.

Дети могут играть с понравившимися игрушками по всему участку, главное чтобы они помнили, где что хранится и после завершения игры самостоятельно расставляли весь игровой материал по местам.

Интерес детей к зимней прогулке поддерживается продуманным подбором игрового материала.

Он должен быть красочным и интересным, необходимым в игре для каждого. Это сюжетные игрушки разных размеров (медведи, зайцы, лисы, белки и пр.) и куклы в зимней одежде, а к ним саночки, коляски, каталки, грузовые машины, мячи, сумочки, корзиночки. К концу прогулки, когда дети чувствуют усталость, можно включать на участке музыку для поддержания настроения.

### **Условия для активации движений детей.**

Особенностью детей младшего дошкольного возраста является их потребность в активных и разнообразных движениях. В летнее время эта потребность полностью удовлетворяется. Дети беспрепятственно и довольно много времени ходят, совершая целевые прогулки за пределы дошкольного учреждения. На своем участке они увлеченно бегают, лазают по лестницам-стремянкам, съезжают с горок, качаются на качелях, катаются на машинах и велосипедах. Широко используются условия местности: с небольшого пригорка можно сбегать, узенькую неглубокую канавку перешагнуть и т. д. Дети пролезают сквозь дуги, обручи, влезают в ящики, шагают по пенечкам «гусенице», бревну в виде крокодила, сбивают шарами кегли, играют с мячами. В то же время малыши имеют возможность отдохнуть, сидя на скамеечках, расставленных по всему участку, спокойно понаблюдать за играющими сверстниками. Под кружевной тенью деревьев, на траве желательнее расстелить легкое одеяло, на котором дети могли бы покувыркаться, поползать, а то и просто полежать, глядя на синее небо и легкие белые облачка.

Особое внимание удовлетворению двигательной активности детей нужно уделять в зимнее время, когда движения несколько ограничены одеждой, когда погодные условия не дают возможности много и разнообразно двигаться по участку, как это было в теплое время года. Большая часть площадки должна быть расчищена от снега, чтобы дети могли свободно побегать, попрыгать, развернуть игру с разнообразными двигателями. Постройки из снега, расположенные по всей территории, служат не только украшением участка, но и стимулируют движения малышей. По собственному желанию дети могут влезать на спину сооруженного из снега кота, петуха, зайца, подлезать под оленя или слоненка. Можно также прокатить под каждым из них мячи, шары, снежки побросать в корзину снеговика, белого медведя, на длинную шею гуся, хобот слоненка попытаться набросить серсо. По спине снежного крокодила можно ходить, упражняясь в равновесии, через его лапы перешагивать (высота передних и задних лап разная). Детям интересно влезать на огромную ледяную черепаху, а затем съезжать с нее на скатках. Следует отметить, что санки, особенно детям 2 - 3 лет давать не надо во избежание травм. Вместо санок детям можно предложить самодельные мягкие скатки: вырезанные в виде цветка, рыбки, грибка куски сукна, поверху расшитые разноцветными нитками, снизу подшита клеенка. Дети могут их носить, на них садятся на скамейке, наблюдая за происходящим вокруг.

В стороне, от одного конца участка до другого можно соорудить лабиринт с разветвлениями, с тупиками. Высота стен снежного лабиринта не более 40 50

см, чтобы взрослый мог видеть находящихся в нем детей. Ширина стен 25-30 см. Снежные валы служат для упражнений в равновесии и перелезании. Ширина дорожек лабиринта позволяет детям беспрепятственно разойтись на них. Площадь дорожек должна быть сглажена. Воспитанники могут украшать склоны вала лентами, разноцветными шнурами, закрепляя их специально заготовленными пластмассовыми штырями (длиной до 15 см), а также узорами из разноцветных льдинок.

Свободно передвигаясь по лабиринту, дети могут добежать до конца и встретить там белого медведя, а остановившись в одном из тупиков, разглядывать, например, вырубленный из снежного вала теремок с его обитателями, при желании поиграть с ними.

Для того, чтобы попасть в отдаленную часть участка, детям необходимо преодолеть то или иное препятствие: перелезть через бревно, наклонившись пройти через воротца, перешагнуть через снежный порожек высотой в 10-15 см, перейти через мостик и т. д.

На расчищенной от снега центральной площадке дети с удовольствием бегают по дорожкам, обозначенным краской, одни из которых извилистые, другие прямые или замкнутые. Можно свободно перешагивать или перепрыгивать из одного разноцветного круга в другой. Можно затеять игру вокруг крупных снежных фигур (снеговика, белого медведя и т. д.). Это и прятки за ними и перебежки от одной к другой.

Помогая взрослым сооружать постройки из снега, дети много и разнообразно двигаются: то приносят снег в ведерках, то раскладывают цветные льдинки, то сгребают снег в центр или отбрасывают его в стороны.

Такая активная деятельность требует правильно одевать малыша. Одежда должна быть удобной, достаточно легкой, не сковывающей движения, чтобы не вызывать досаду и разочарование у ребенка. Взрослый так продумывает организацию прогулки, чтобы дети не охладились и в то же время не перегревались.

Увлеченные разнообразной деятельностью, дети постоянно находятся в бодром настроении, с удовольствием откликаются на все предложения взрослого и порой высказывают недовольство тем, что прогулка уже окончена.

### **Виды прогулок**

**ПРОГУЛКА - НАБЛЮДЕНИЕ** за: сезонными изменениями в природе; особенностями растительного мира; жизнью домашних и диких животных; трудом и отдыхом людей.

**ПРОГУЛКА - ЗАДАНИЕ**, имеющая цель поздравить товарищей или взрослых с праздником; пригласить гостей на групповое или садовское мероприятие; известить население, родителей, товарищей о каком-нибудь событии или мероприятии; оказать шефскую помощь.

**ПРОГУЛКА-ЗАДАЧА**, направленная на решение какой-нибудь практической задачи. Например, предлагается определить: расстояние; величину предмета; высоту предмета; его цвет; крутизну склона; направление и скорость ветра.

**ПРОГУЛКА-ПОИСК.** Во время этой прогулки воспитанники получают задание отыскать: лекарственные травы; сеянцы; семена деревьев; природный материал для гербария, коллекции и т.д.

**ПРОГУЛКА-ПОХОД** на: скорость; выносливость; дисциплину; внимание; ориентирование на местности.

**ПРОГУЛКА-ФАНТАЗИЯ** должна представить возможность: сделать зарисовку; изготовить поделку из природного материала; сплести венок, корзину; составить букет из листьев, цветов, веток; придумать сказку, стихотворение, рассказ.

**ПРОГУЛКА-ПОКАЗ**, ставит перед воспитателем самые разнообразные задачи. Познакомить и показать: местные достопримечательности; различные предметы и объекты; редкие цветы, деревья, кустарники; разнообразные свойства, признаки предмета.

**ПРОГУЛКА-ПРАКТИКУМ**, предусматривает закрепление знаний и умений воспитанников: по правилам дорожного движения; по технике безопасности; по трудовым навыкам; по ориентированию; по культуре поведения.

**КОМБИНИРОВАННАЯ ПРОГУЛКА** проводится в сочетании с: играми; спортивными занятиями; трудом; экскурсионной работой. Прогулка проводится один раз в неделю до самоподготовки. Ее продолжительность - 1,5 часа. Воспитатель определяет три цели прогулки: познавательную, воспитательную, развивающую.

### **Охрана жизни и здоровья детей на прогулках.**

- для предотвращения переутомления, перегрева воспитанников во время игр, труда необходимо чередовать виды деятельности от подвижной к малоподвижной (в зависимости от плана проведения прогулки).

- все оборудование на участке (малые игровые формы, физкультурные пособия и др.) должно быть в исправном состоянии: без острых выступов углов, гвоздей, шероховатостей и выступающих болтов;

- горки лесенки должны быть устойчивы и иметь прочные рейки, перила, отвечать возрасту детей и санитарным требованиям;

- запрещается вбивать гвозди в павильонах, на игровых конструкциях на уровне роста детей;

- запрещается устанавливать кирпичные бордюры острым углом вверх вокруг клумб, огородов;

- ограждения детского сада не должны иметь дыр, проемов во избежание проникновения бродячих собак и самовольного ухода детей;

- ворота детского сада должны быть закрыты на засов, входные двери в здание, двери групповых и других помещений должны быть также закрыты и снабжены запорами на высоте, недоступной детям.

- весь инвентарь для труда должен быть исправен;

- детям до 6 -7 лет разрешается переносить груз не более 2 кг; лейку, воду в ведрах до 2 -2,5 кг и работать не более 10 мин;

- запрещается использовать инвентарь для взрослых (лопаты, метлы и др.);

- размеры оборудования и инвентаря для игр и физкультурных занятий на участках должны соответствовать требованиям СанПиН (приложения 1, 2);

- игрушки должны быть гигиеничны, не поломаны, для разных видов игровой деятельности, позволяющие соразмерять двигательную нагрузку в соответствии с сезоном года и возрастом детей (игрушки двигательные, настольные, строительные и т. д.).

- При организации прогулок, труда в огороде, цветнике следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для всех сезонов:

- падение с горок, «шведских стенок» в случаях отсутствия страховки воспитателя;

- травмирование торчащими из земли металлическими или деревянными стойками предметов, невысокими пеньками на площадках для подвижных игр;

- укусы животных (собак, кошек);

- порезы, уколы битым стеклом, сухими ветками, сучками на деревьях, кустарниках, занозы от палок, досок, деревянных игрушек и пр.;

- травмирование ног воспитанников при наличии ямок и выбоин на участке, спрыгивании со стационарного оборудования без страховки воспитателя;

- травмы, ушибы при катании на качелях, каруселях;

- травмы, ушибы во время игр на хозяйственном дворе, возле складов, мусорных контейнеров и пр.;

- самовольный уход воспитанника за пределы детского сада

- при организации прогулок, труда в огороде, цветнике следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для осенне-весеннего периода:

- заражение желудочно-кишечными болезнями при использовании грязного песка в песочницах, грязного выносного материала (в случае нарушения санитарных правил мытья игрушек, перекопки песка в песочницах);

- травмы, ушибы при катании на велосипедах, самокатах, качелях, каруселях;

- травмы, ушибы во время труда в огороде, на участке; во время игр на мокрой и скользкой площадке;

- намокание детской одежды, обуви;

- переохлаждение или перегревание организма ребенка;

- отравление ядовитыми растениями, плодами, грибами и др.

- При организации прогулок, труда на огороде, в цветнике следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для зимнего времени года:

- обморожение, переохлаждение или перегревание организма детей;

- травмы, ушибы при катании на ногах с ледяных горок, на санках, во время перемещения в гололедицу по скользким дорожкам, наружным ступенькам, площадкам, не очищенным от снега, льда и не посыпанным песком;

- травмы во время игр на не очищенных от снега, льда площадках;

- травмы от падающих с крыш сосулек, свисающих глыб снега в период оттепели;

- травмы от прикосновения в морозный день к металлическим конструкциям открытыми частями тела (лицом, руками, языком, губами);
- намокание детской одежды и обуви;
- заражение желудочно-кишечными болезнями, заболевание ОРЗ, если ребенок будет брать в рот грязный и холодный снег, сосульки.
- При организации прогулок, труда в огороде, цветнике следует оградить детей от воздействия следующих опасных и вредных факторов, характерных для летнего времени года:
  - травмирование ног воспитанников при ходьбе босиком, играх на траве, песке (камни, острые предметы и т. д.);
  - укусы животных (собак, кошек); насекомых (клещей, представляющих угрозу заражения опасными заболеваниями);
  - отравление ядовитыми растениями, плодами, грибами;
  - заражение желудочно-кишечными болезнями при использовании грязного песка в песочницах, грязного выносного материала (в случае нарушения санитарных правил мытья игрушек, перекопки песка в песочницах, несоблюдения питьевого режима);
  - солнечный и тепловой удары;
  - заболевание аллергией в период цветения амброзии и др.
- Педагог, допустивший невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности при проведении разных видов педагогической деятельности с воспитанниками, привлекается к дисциплинарной ответственности и с ним проводится внеплановый инструктаж и проверка знаний по технике безопасности.

### **Литература**

1. Организация прогулки в ДОУ: методические рекомендации для воспитателей дошкольных учреждений: в 2 ч. Ч. 1/сост. Е.А. Донченко. Архангельск: изд-во АО ИППК РО, 2011. 66 с.
2. Торочкова Т.Ю.. играем на прогулке/т.ю. Торочкова// Медработник ДОУ. 3 1. с. 32-35.
3. Теплюк С.Н. Занятия на прогулке с малышами: пособие для педагогов дошкольных учреждений. Для работы с детьми 2-4 лет/с.н. Теплюк М.: Мозаика-Синтез, 2006. 144 с.
4. Бабаева Т.И. Детство. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного воспитания/ Т.И. Бабаева и др. СПб.: Детство-Пресс, 2011. 528 с.
5. СанПин 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях», зарегистрирован в Минюсте России 27.08.2010, регистрационный 18267.
6. Изменение 1 к СанПин 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.1.2791-10.