Филиал № 1 «Метелица» МБДОУ №71 «Северное сияние» г. Пензы

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ:**

***«ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОГУЛКИ В ДЕТСКОМ САДУ»***

******

Подготовила:

воспитатель

Агеева Н.В.

г.Пенза

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, как одного из режимных моментов в детском саду, особое место.

**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 прогулок 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 (музыкальный зал, кабинет медработника, кухня. прачечная).

**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).

**Структура прогулки**

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 – 6-10мин, в средней группе – 10-15 мин, в старшей и подготовительной группах – 20-25 мин. На вечерней прогулке: в младшей и в средней группах – 10-15 мин, в старшей и подготовительной группах – 12-15 мин.

Подвижные игры можно дополнять или заменять, спортивными упражнениями или в старшем дошкольном возрасте спортивными играми, играми с элементами соревнований. К спортивным упражнениям относятся: катание на санках, на лыжах, катание на велосипедах, самокатах.

 К спортивным играм относятся: городки, баскетбол, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей.

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. 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.

**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.**

**В**оспитатель 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 и проведению прогулки**

***а) Требования к оборудованию и содержанию территорий дошкольных***

***образовательных организаций***

* Оборудование и санитарное содержание участка должно соответствовать требованиям СанПин
* Территорию дошкольной образовательной организации по периметру рекомендуетсяограждать забором и полосой зеленых насаждений. Озеленение деревьями и кустарниками проводят с учетом климатических условий. 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).
* 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 устанавливают теневой навес 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 15см от земли.
* 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 роста возрастных 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.

***б) Требования безопасности при организации прогулок на участке детского сада***

* Перед выходом детей на прогулку сотрудники осматривают территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии со своей должностной инструкцией.
* 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.
* 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 дворика.
* 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.

***в) Требования к подготовке и возвращению с прогулки.***

* Перед выходом на прогулку воспитатель организовывает 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.

Помощник воспитателя 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. Помощник воспитателя забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение10—15 минут с воспитателем.
* В летний период после возвращения детей с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру – мытьё ног.

***г) 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, гамаши, колготки, тёплые 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.

***д) Требования к организации прогулки в помещениях детского сада.***

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 с учетом имеющихся условий.

**Выносной материал на прогулке**

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 невдалеке 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.

***е) 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 °C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и вовторую 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.

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.

Таким образом, прогулка-это режимный момент, который позволяет решать задачи умственного, нравственного, физического, трудового и развития, поэтому она требует подготовки и организации.