

*Методика
организации прогулки
в детском саду*

Составитель: Фитё Е.В.

Должность: старший воспитатель

Прогулка - обязательный элемент режима дня. В каждом режимном моменте (кроме утреннего приема и ухода домой) обязательно существует подготовительный и завершающий этап: **подготовка** к прогулке, **прогулка**, **возвращение** с прогулки.

№ п/п	Структурные компоненты режимного момента	Направления деятельности	Задачи	Формы, методы, приемы
1.	Подготовка к прогулке	Развитие самостоятельности в выполнении правил сбора на прогулку	<p>Формировать представления о правилах сбора на прогулку, развивать умения самостоятельно выполнять действия, предусмотренные правилами:</p> <ul style="list-style-type: none"> - наводить порядок в группе и развивающих центрах (убирать игрушки и пособия, аккуратно и красиво ставить стулья к столам) - посещать туалетную комнату, мыть руки после туалета - одеваться по погоде, в определенной последовательности, аккуратно, в общем ритме, не мешая соседям - при необходимости обращаться с просьбой о помощи, оказывать помощь сверстникам; - по окончании одевания аккуратно закрывать дверцу шкафчика, ожидать других детей; - участвовать в подготовке и выносе материала, необходимого для прогулки; - спокойно выходить на прогулку, придерживать дверь при закрывании, заботиться о безопасности сверстников 	Ситуативный разговор, поддержка, похвала, положительная оценка, поощрение.

№ п/ п	Структурные компоненты режимного момента	Направления деятельности	Задачи	Формы, методы, приемы
2.	<i>Прогулка</i>	Формирование представлений о природе и окружающей действительности. Развитие всех видов деятельности: познавательно-исследовательской, двигательной, игровой, коммуникативной, трудовой, продуктивной, природоохранной.	<p>Формировать временные представления (время суток, времена года), представления о сезонных изменениях в природе, красоте окружающей действительности;</p> <p>о здоровом образе жизни, правилах безопасности жизнедеятельности, сезонных развлечениях и видах спорта, о влиянии прогулки и активного отдыха на здоровье людей.</p> <p>Развивать умения устанавливать взаимосвязи и взаимозависимости природных явлений и жизнедеятельности людей.</p> <p>Воспитывать бережное отношение к природному и рукотворному миру, эмоциональную отзывчивость на красоту окружающей действительности.</p> <p>Развивать желания принимать участие в природоохранной и трудовой деятельности взрослых, помогать им.</p> <p>Обогащать двигательный и игровой опыт детей.</p>	<p>игровая деятельность;</p> <p>познавательная беседа;</p> <p>экскурсия, целевая прогулка;</p> <p>создание речевой ситуации общения;</p> <p>свободные диалоги с детьми в играх, наблюдениях;</p> <p>ситуативные разговоры с детьми; называние трудовых действий;</p> <p>поощрение речевой активности детей;</p> <p>обсуждения</p> <ul style="list-style-type: none"> - привлечение внимания детей к разнообразным звукам в окружающем мире; - беседы социально-нравственного содержания, - специальные рассказы воспитателя детям об интересных природных явлениях, о выходе из трудных ситуаций; - ситуативный разговор.

№ п/п	Структурные компоненты режимного момента	Направления деятельности	Задачи	Формы, методы, приемы
3.	<i>Возвращение с прогулки</i>	Развитие самостоятельности в выполнении правил возвращения в группу детского сада.	<p>Формировать представления о правилах возвращения с прогулки, развивать умения самостоятельно выполнять действия, предусмотренные правилами:</p> <p>реагировать на предупреждение о завершении прогулки:</p> <p>завершать игры, убирать на место инвентарь, складывать выносной материал, приводить в порядок свой внешний вид, оказывать помощь сверстнику, собираться в условленном месте.</p> <p>Развивать умения спокойно заходить в помещение, придерживать дверь, самостоятельно раздеваться, аккуратно складывать вещи в шкафчик, по необходимости располагать обувь и одежду для сушки, обращаться с просьбой о помощи, оказывать помощь сверстникам.</p> <p>Формировать привычку посещать туалетную комнату, мыть руки, лицо, приводить свой внешний вид в порядок.</p> <p>Формировать правила поведения в туалетной комнате.</p>	Напоминание, положительная оценка, поощрение.

Порядок одевания детей

- Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться следующего порядка одевания: в начале дети надевают колготки, гамаши, затем кофты, комбинезон, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду и шарф.
- Возвращение детей с прогулки также организуется по подгруппам. Помощник воспитателя уводит с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 10—15 минут с воспитателем.
- Помощник воспитателя помогает детям развязать шарфы, 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.
- **Необходимо знакомить детей с последовательностью одевания, особенно в ясельной и младшей группе.**

Требования к одежде детей

- В любое время года одежда и обувь должны соответствовать погоде на данный момент и не должны способствовать перегреванию или переохлаждению детей.
- При колебаниях температуры от +3 до -3°C и слабом ветре одежда детей должна состоять из трех слоев, включая белье. Верхняя одежда состоит из утепленной куртки, брюк или гамаш; на ногах утепленные ботинки.
- При температуре от -4 до -10°C детям надевают зимнюю куртку или пуховик при трех слоях одежды.
- При более низких температурах рекомендуется увеличивать количество слоев одежды до четырех или пяти в зависимости от теплозащитных свойств верхней одежды.
- В летний период во избежание перегрева детям надевают легкие головные уборы.
- В уголок для родителей следует поместить **рекомендации по закаливанию**, соответствующие возрасту детей и времени года. Призывайте родителей не перегревать ребенка, **одевать детей в соответствии с погодными условиями**.

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.

организации образовательной деятельности в режимных моментах (прогулка)

Особенности организации жизнедеятельности детей	Образовательная деятельность
<p>Одевание детей на прогулку организуется так, чтобы не тратить много времени и чтобы им не приходилось долго ждать друг друга. Для этого создаются соответствующие условия. У каждой группы есть просторная раздевальная комната с индивидуальными шкафчиками и достаточным числом банкетов и стульчиков, чтобы ребенку было удобно сесть, одеть рейтузы или обувь и не мешать при этом другим детям. Когда большинство детей оденется, воспитатель выходит с ними на участок. За остальными детьми следит помощник воспитателя, затем провожает их к воспитателю. Выходя на прогулку, дети могут сами вынести игрушки и материал для игр и занятий на воздухе. С целью сохранения здоровья детей, выход на прогулку организуется по подгруппам, а ее продолжительность регулируется индивидуально в соответствии с возрастом, состоянием здоровья и погодными условиями. Относительно слабо закаленные или пришедшие в группу сразу после перенесенного заболевания дети выходят на участок при температуре воздуха не ниже $-13-15^{\circ}$. Прогулка является одним из эффективных средств закаливания организма дошкольников, направлена на оздоровление, реализацию естественной потребности детей в движении и включает в себя наблюдение, подвижные игры, труд на участке, самостоятельную игровую, продуктивную деятельность, индивидуальную работу по всем основным направлениям развития детей (познавательно-речевому, физическому, художественно-эстетическому и социально-личностному). Прогулка организуется 2-3 раза в день (в теплое время года): в утренний прием, в первую половину дня до обеда, во вторую половину дня перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже -15 градусов и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже -15 градусов для детей до 4 лет, а для детей 5 – 7 лет при температуре воздуха ниже -20 градусов. Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение, воспитываются моральные качества. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если непрерывная образовательная деятельность была связана с долгим сидением детей. Окружающая жизнь и природа дают возможность для организации интересных и разнообразных наблюдений. Примерно за полчаса до окончания прогулки воспитатель организует спокойные игры. Затем дети собирают игрушки, оборудование.</p>	<ul style="list-style-type: none">- игровая деятельность;- познавательная беседа;- экскурсия, целевая прогулка;- создание речевой ситуации общения;- свободные диалоги с детьми в играх, наблюдениях, при восприятии картин, иллюстраций, мультфильмов;- ситуативные разговоры с детьми;- называние трудовых действий и гигиенических процедур, поощрение речевой активности детей; обсуждения (пользы закаливания, занятий физической культурой, гигиенических процедур);- использование музыки в игре, в досуговой деятельности, на прогулке;- привлечение внимания детей к разнообразным звукам в окружающем мире;- использование, создание ситуаций для развития у детей доброжелательного отношения к сверстникам, выдержки, целеустремленности;- создание ситуаций педагогических, морального выбора;- беседы социально-нравственного содержания;- специальные рассказы воспитателя детям об интересных природных явлениях, о выходе из трудных ситуаций;- ситуативный разговор;

**Интересной
деятельности
детей**

**Разнообразной
деятельности
детей**

**Задача педагогической
работы на прогулке
состоит в обеспечении**

**Содержательной
деятельности
детей**

**Активной
деятельности
детей**

Воспитательно - образовательные задачи



Педагог способствует развитию у детей:

- *Элементарных естественно-научных представлений о физических свойствах окружающего мира*
- *Географических представлений (в соответствии с возрастными возможностями) и экологической культуры*
- *Эмоционально положительного отношения к живой и не живой природе*

Пребывание детей на воздухе способствует:

- двигательной активности*
- укреплению организма*
- познавательной деятельности*
- закаливанию организма*

Рекомендуемая t С для прогулки

- Для детей ясельной группы до -12С*
- Для детей средней группы до -15С с ветром*
- Для детей старшей группы до-20С*
- Для детей младшей группы до -12С с ветром*
- Для детей подготовительной группы до -20 с ветром*

Разновидности прогулок



- Одним из способов познания окружающего мира и себя в нём станут для детей **прогулки – походы, экскурсии, целевые прогулки**. Естественные природные условия подарят дошкольникам массу впечатлений и будут способствовать совершенствованию движения. Целевые прогулки и экскурсии так же организуются к перекрёстку, светофору, к пешеходному переходу, к знакам ДД, к достопримечательностям города, в библиотеку, на почту и др.
- Каждой **прогулке-походу, целевой прогулке и экскурсии** предшествует предварительная работа с дошкольниками. Так, воспитатель не только проводит цикл бесед, игр, занятий, на которых дети получают необходимую информацию, овладевают специальными терминами, но и активизирует знание правил дорожного движения на случай, если маршрут прогулки-похода пересекает автомобильные дороги.
- Перед проведением прогулки-похода, экскурсии, целевой прогулки дошкольникам сообщается цель предстоящей деятельности, с тем, чтобы вызвать у них интерес. Дети должны знать, куда пойдут, зачем, что увидят.
- При подготовке прогулки-похода, экскурсии, целевой прогулки нужно обратить внимание на одежду детей. Дети должны одеваться с учетом погоды и сезона. Содержание прогулок-походов, целевых прогулок, экскурсий зависит от выбранной тематики. Если позволяет погода, воспитатель может организовать наблюдения за насекомыми, птицами, сбор природного материала.
- На целевых прогулках внимание детей обращают на красоту окружающей природы. Дети с наслаждением ощущают разнообразие запахов, форм, цвета листьев и цветков растений. Обязательно знакомим детей с ядовитыми растениями, грибами, ягодами и др.
- Начиная со второй младшей группы, проводят целевые прогулки, с выходом за пределы участка детского сада: к водоёму, на луг и т.д. На этих прогулках малышей знакомят с яркими природными явлениями. На прогулках воспитатель может ознакомить ребят с теми явлениями природы, представление о которых складывается длительное время.

- Один из видов занятий по ознакомлению детей с природой – **экскурсия**. Во время экскурсии ребенок может в естественной обстановке наблюдать явление природы, сезонные изменения, увидеть, как человек преобразует природу в соответствии с требованиями жизни и как природа служит людям.
- Экскурсии делятся на природоведческие и сельскохозяйственные. Природоведческая включает вводную беседу, коллективное наблюдение индивидуальные самостоятельные детские исследования и сбор природного материала, игры детей с собранным во время отдыха материалом, заключительную часть, где воспитатель, подводя итог, обращает внимание детей на общую картину природы.
- Основная часть экскурсии – коллективное наблюдение. Здесь решаются основные задачи. Воспитатель помогает детям подметить и осознать характерные признаки предметов и явлений. Это достигается использованием различных приёмов (вопросы, загадки, стихи, обследовательские действия, игровые приёмы). Воспитатель дополняет наблюдения своим рассказом и пояснением.

- Полезно в процессе наблюдения использовать детскую художественную литературу. По окончании основной части надо дать детям возможность удовлетворить любознательность в индивидуальных и самостоятельных наблюдениях и сборе природоведческого материала. Однако, давая задание собрать материал, следует строго ограничивать его количество, с тем чтобы сосредоточить внимание ребят только на определённых растениях или животных, кроме того, решать задачи бережного отношения к природе.
- Во время отдыха собранный материал сортируют, раскладывают, используют для игр и упражнений. В играх: «узнай по запаху», «узнай по описанию», «найди растение по листу», «ветка, ветка, где твоя детка?» - дети закрепляют знания о характерных особенностях предметов, выражают словами их качество, запоминают название растений и их частей.
- Сельскохозяйственные экскурсии разнообразны: в поле, на луг, в сад, на огород, в оранжерею и т.д. Такие экскурсии дают возможность наглядно показать, **как человек воздействует на природу**, как выращивает растения и животных. Своеобразие этих экскурсий состоит в том, что ребенок может наблюдать и деятельность человека, и природу, на которую он воздействует.
- Экскурсии на сельскохозяйственные объекты начинается с предварительной беседы. В заключение экскурсии обобщаются впечатления о работе на данном объекте.

При проведении прогулок-походов, экскурсий, целевых прогулок с детьми педагоги должны соблюдать определенные **правила безопасности**:

- **Во-первых**, заранее наметить и проверить маршрут будущей прогулки, осмотреть участок, маршрут движения воспитанников с целью их безопасного пребывания за пределами ДОО; маршрут утверждается у заведующей ДОО.
- **Во-вторых**, четко планируется содержание мероприятия и подбирается соответствующее оборудование. В набор необходимого снаряжения входит легкие индивидуальные рюкзаки, свежая питьевая вода, одноразовые стаканчики по количеству детей и взрослых, мыло, салфетки, атрибуты для организации дидактических игр, самостоятельной деятельности дошкольников. На случай, если придётся очистить место стоянки, стоит взять с собой маленькие грабли, лопатки и пакеты для мусора.
- **В-третьих**, обязательно наличие аптечки. Каждый взрослый, сопровождающий группу детей, должен хорошо знать её содержимое и уметь им пользоваться.
- **В-четвертых**, одежда и обувь всех участников должна соответствовать сезону и погодным условиям.
- **В – пятых**, определить, как можно использовать природные условия для упражнения детей в разных видах движений, где правильно организовать отдых, игру, наблюдение.

- **В шестых,** чередовать виды деятельности в зависимости от плана проведения прогулки для предотвращения переутомления, перегрева воспитанников;
- **В седьмых,** принять во внимание физические возможности всех детей, заранее подготовить к прогулке новичков и дошкольников, физически недостаточно подготовленных (при этом необходим совет врача).
- **В восьмых,** организовывать пешеходные прогулки с детьми, начиная со старшей группы, на расстояние не более 2 км, продолжительностью 25–30 мин в один конец (для подготовительной группы – 40–45 мин в один конец).
- **В девярых,** накануне целевой прогулки заведующий ДООУ издает приказ, в котором оговариваются маршрут, сопровождающие детей лица, количество дошкольников в группе. Ответственные за сопровождение дошкольников проходят инструктаж с обязательной регистрацией в журнале инструктажей.

Данные формы работы позволяют *формировать у детей навыки поведения на природе, развивать способности удивляться и удивлять, воспитывать заинтересованное и бережное отношение к окружающей среде, знакомить с достопримечательностями родного города.*

- **Прогулки – развлечения (забавы)** могут быть чрезвычайно многообразны, вариативны, поскольку их успешная организация зависит не только от поставленных целей и задач, но и от тематической направленности и смысловой насыщенности. Это может быть приход к детям в гости хорошо известный персонаж. Например, Даша – следопыт может путешествовать с детьми в поисках чего – либо, а Фиксики помогут дошкольникам смастерить кормушку. Главная цель прогулок – развлечений – эмоциональная и психологическая разгрузка детей, создание позитивного эмоционального фона, удовлетворение потребности в двигательной активности.
- **Прогулки – события** обогащают знания дошкольников, расширяют представления об окружающем мире, удовлетворяет их потребность в опытах и экспериментах, развивает творчество, поддерживает интерес к прогулке как к режимному моменту и формирует желание выходить на прогулку. Примерная **структура** прогулки – события:
 - организационный момент – сплочение детского коллектива, беседа о предстоящем событии;
 - знакомство с темой прогулки – ввод в событие;
 - подвижные и дидактические игры, детское экспериментирование и др.;самостоятельная творческая деятельность детей.

- **Примерные темы прогулок – событий:** «День песка», «Песочные творения», «День

Структура прогулки

```
graph TD; A[Структура прогулки] --> B[Наблюдение]; A --> C[Самостоятельная деятельность]; B --> D[Трудовая деятельность]; B --> E[Двигательная деятельность]; C --> F[Индивидуальная работа]; C --> E;
```

Наблюдение

*Самостоятельная
деятельность*

*Трудовая
деятельность*

*Индивидуальная
работа*

*Двигательная
деятельность*

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

Наблюдения

Большое место на прогулках отводится наблюдениям (заранее планируемыми) в первую очередь наблюдениям за сезонными явлениями в живой и неживой природе. Важно закреплять представления детей о том, что эти изменения влияют на жизнь животных и человека, научить делать выводы о взаимосвязях различных природных явлений. Предпочтительно планировать наблюдения на прогулке по дням недели.

- Наблюдения можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также с отдельными малышами. Одних воспитатель привлекает к наблюдениям, чтобы развить внимание, у других вызывает интерес к природе или общественным явлениям и т. д. Организация наблюдений: 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).*

Самостоятельная двигательная активность

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

Трудовая деятельность

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

Двигательная деятельность детей



Организация индивидуальной работы

- в соответствии с календарным планированием воспитатель осуществляет индивидуальную работу по познавательному, речевому, социально-коммуникативному, физическому или художественно-эстетическому развитию детей;
- с этой целью подготавливает все необходимые материалы и оборудование.

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

Воспитатель должен руководить самостоятельной деятельностью детей: обеспечить им полную безопасность, научить использовать пособия в соответствии с их назначением, осуществлять постоянный контроль деятельности детей на протяжении всей прогулки!!!