

## Консультация для воспитателей «Организация прогулок в летний период»

Прогулка в летний период на свежем воздухе укрепляет здоровье и закаливает организм дошкольников, всесторонне развивает детей, активизирует их двигательную деятельность, познавательные возможности. Ребенок дошкольного возраста должен гулять до 4 – 5 ч в день. Летом же вся деятельность детей организуется на свежем воздухе.

Прогулка проводится в любую погоду, за исключением неблагоприятных условий. При небольшом дожде ее можно организовать на веранде, под навесом. Иногда при плохой погоде длительность прогулки можно сократить, но полностью отменять ее не следует.

В жаркие дни лучше всего организовывать игры в полосе светотени. Тогда воздействие солнечных лучей будет равномерным, что в оптимальных пределах необходимо для закаливания, улучшения обменных процессов в организме, хорошего физического развития.

В теплое время года желательно организовывать с детьми пешеходные прогулки за пределы участка. Появляется возможность использовать природные факторы для развития у детей движений, совершенствования физических качеств – ловкости, быстроты, выносливости, ориентировки в пространстве, координации движений. С младшими детьми прогулки за пределы участка целесообразно проводить примерно 1 -2 раза в неделю в первую половину дня на небольшие расстояния; со старшими детьми – 2 – 3 – раза в неделю. Общая продолжительность таких прогулок для старших детей – 2 – 2,5 ч, включая 35 -50 мин отдыха в тени.

Во время пешеходных прогулок необходимо следить за тем, чтобы дети не собирали незнакомые растения, ягоды. Следует рассказать ребятам об окружающей природе, познакомить их с растениями, распространенными в данной местности.

Большое место на прогулках отводится наблюдениям (заранее планируемыми) за природными явлениями и общественной жизнью. Наблюдения можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также индивидуально. В младшем возрасте наблюдения должны занимать не более 7-10 минут и быть яркими, интересными, в старшем возрасте наблюдения должны составлять от 15 до 25 минут. Проводить их надо ежедневно, но каждый раз детям должны предлагаться разные объекты для рассмотрения. Объектами наблюдений могут быть: живая природа: растения и животные; неживая природа: сезонные изменения и различные явления природы (дождь, лужи, текущие ручьи); труд взрослых.

На прогулке большое место занимают игры. Это могут быть дидактические игры, творческие, подвижные, малоподвижные, спортивные игры. Словесные игры («Кто летает, бегают, прыгает», «В воде, в воздухе, на земле», «Нужно – не нужно» и др.) не требуют никакого оборудования. Проводятся они с целью закрепления знаний о функциях и действиях тех или иных предметов, обобщения и систематизации знаний.

Эти игры развивают внимание, сообразительность, быстроту реакции, связную речь.

Творческие игры на прогулке могут быть с природным материалом: песком, глиной, мелкими камушками, шишками и т.д. в них дети, созидая, познают свойства и качества материалов. Этими играми надо руководить. Для эффективности проведения таких игр необходимо иметь наборы формочек для игр с песком, резиновые фигурки людей и животных, фанерные силуэты домов, деревьев, шишки, веточки, печатки, карандаши для создания «картин» на песке и т.д.

При планировании прогулки необходимо включать 2 – 3 подвижные игры с бегом, прыжками, игры-эстафеты, соответствующие возрасту. Организация различных физических упражнений и подвижных игр на воздухе оказывает положительное влияние на эмоциональное состояние детей, помогает укреплению воли, развитию смелости, самостоятельности. Вместе с тем создаются наиболее благоприятные условия для проявления товарищеских чувств, взаимопомощи. Во время прогулок могут быть широко использованы бессюжетные народные игры с предметами, такие, как бабки, кольцоброс, кегли, а в старших группах — элементы спортивных игр: волейбол, городки, бадминтон, футбол, хоккей. В жаркую погоду целесообразно проводить игры с водой.

Долгие летние прогулки предоставляют замечательную возможность организовать индивидуальную работу с детьми, не в полной мере усвоившими учебный материал, во всех образовательных областях. Так, например, с одними можно организовать игру с мячом, метание в цель, с другими – упражнение в равновесии, с третьими – спрыгивание с пеньков. Можно организовывать изобразительную, музыкальную, познавательную деятельность. Или, например, осуществить работу по развитию речи ребенка: разучивание потешек или небольшого стихотворения, закрепление трудного для произношения звука и т. п. Таким образом, правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей, укрепления их здоровья.

Максимова Т.Н., воспитатель