

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
основная общеобразовательная школа № 12  
(структурное подразделение «Детский сад»)  
Пермский край, г. Кизел

**«Значение прогулки в летний период в развитии  
детей дошкольного возраста»**

Подготовила  
воспитатель  
Федосеева Ж.И.

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус. Прогулка способствует умственному развитию, так как дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире.

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

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на свежем воздухе с перерывами для приема пищи и сна. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом воспитания и обучения.

Для осуществления задач всестороннего развития детей большое значение имеет озелененный, в соответствии с педагогическими и гигиеническими требованиями, спланированный и оборудованный участок. На этом участке выделяются места для проведения подвижных игр и развития движений детей (ровная площадка), для игр с песком, водой, строительным материалом, для творческих игр и игр с различными игрушками. На участке должно быть оборудование для развития движений: заборчики для лазанья (трехгранные, четырехгранные и шестигранные), бревно для упражнения в равновесии, горка, инвентарь для упражнений в прыжках, метании. Все это должно иметь привлекательный вид, быть

прочным, хорошо обработанным, закрепленным и соответствовать возрасту и силам детей. Кроме постоянного оборудования, на площадку выносятся игрушки, пособия в соответствии с намеченным планом работы. Игровые площадки заканчиваются дорожками, по которым дети могут кататься на велосипедах, самокатах. Помимо игровых площадок на участке имеются закрытые беседки для защиты от дождя и солнца.

Одевание детей организовано так, чтобы не тратить много времени и чтобы им не приходилось долго ждать друг друга. Для этого продуманы и созданы соответствующие условия. Для каждой группы имеется просторная раздевальная комната с индивидуальными шкафчиками и достаточным числом банкеток, стульчиков или скамеечек, чтобы ребенку было удобно сесть, надеть штаны или обувь и не мешать при этом другим детям. Воспитатель учит детей одеваться и раздеваться самостоятельно и в определенной последовательности. При возвращении с прогулки раздеваются в обратном порядке. Малышей помогает одевать няня, давая, однако, им возможность самим сделать то, что они могут. Когда у детей выработаются навыки одевания и раздевания, то они будут делать это быстро и аккуратно. Нужно приучать малышей к тому, чтобы они оказывали помощь друг другу, не забывали поблагодарить за оказанную услугу. Чтобы навыки одевания и раздевания формировались быстрее, родители должны дома предоставлять детям больше самостоятельности.

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

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;

Содержание детей на прогулке зависит от времени года, погоды, предшествующих занятий, интересов и возраста. Чтобы дети охотно собирались на прогулку, воспитатель заранее продумывает ее содержание, вызывает у малышей интерес к ней с помощью игрушек или рассказа о том,

чем они будут заниматься. Если прогулки содержательны и интересны, дети, как правило, идут гулять с большой охотой. Правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей.

Большое место на прогулках отводится наблюдениям (заранее планируемыми) за природными явлениями и общественной жизнью.

Объектами наблюдений могут быть:

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

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

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества.