Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №93»

Консультация на тему:

**Методика организации прогулки в осенне-зимний период.**

Выполнила: воспитатель первой кв. категории

Макарова Л. Н.

Саранск

Методика организации прогулки в осенне-зимний период.

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. И осенне-зимний период – не исключение из этого правила! А чтобы, холод принес пользу и не помешал малышам получать удовольствие от прогулки, они должны быть заняты интересным делом. Необходимо организовать смену интенсивных движений более спокойными. Каждый воспитанник должен быть вовлечен в игру, которая не только развивает и воспитывает, но и согревает в холодный день. На прогулке дети активно двигаются, дышат свежим воздухом, познают окружающий мир, приучаются к труду. Все это полезно для здоровья, физического и умственного развития детей.

Прогулка проводится в любую погоду, за исключением неблагоприятных условий. При небольшом дожде, её обычно организовывают на веранде, защищённом от резкого ветра и осадков месте. В этом случае с детьми проводят беседы, организуют спокойные игры, для которых не требуется большое пространство.

Во время прогулки обеспечивается двигательная активность воспитанников и рациональная одежда в зависимости от погодных условий, в том числе в осенне-зимний период.

    Причина частой заболеваемости ребенка не может находиться в прямой зависимости от проведения прогулок в детском саду. Напротив, в детском саду реализуются физкультурно-оздоровительные мероприятия, направленные на укрепление здоровья каждого ребенка.

**Подготовка детей к прогулке:**

Важное условие для полноценной организации прогулки и физкультурных занятий на воздухе — соответствующие погоде одежда и обувь. Продолжительность прогулки во многом зависит от ее организации.

В холодное время года одевание и раздевание детей нередко очень затягиваются, за счет чего сокращается время пребывания детей на улице. Важно своевременно формировать навыки самообслуживания, привычку аккуратно и рационально складывать одежду. Одеваться, выходить на участок и возвращаться с прогулки дети должны подгруппами. Это избавит от толчеи в раздевальной комнате и перегрева детей.

Воспитатель должен научить детей одеваться и раздеваться самостоятельно  и в определённой последовательности:

* колготки, теплые штаны
* кофта
* обувь
* платок или нижняя шапочка
* пальто или шуба, куртка, комбинезон
* верхняя шапка
* шарф
* варежки

При возвращении с прогулки раздеваются в обратном порядке.

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.

При планировании воспитателями прогулок в осенне - зимний период  важно отражение в календарном плане всех составляющих частей прогулки.

**Составные части прогулки:**

   1.Наблюдение;

   2.Трудовая деятельность;

   3. Игровая деятельность (подвижные игры);

   4. Индивидуальная работа;

   5. Самостоятельная деятельность детей.

   Последовательность их проведения варьируется в зависимости от:

•предшествующей деятельности детей (например, после физкультурного занятия целесообразнее в начале прогулки провести наблюдение, после занятий по математике и развитию речи — подвижные игры).

•от времени года (в холодный период времени предусматривается проведение игр с большой подвижностью детей).

•от индивидуально-возрастных особенностей детей (в младшем возрасте целесообразнее начать прогулку с наблюдения, в старшем – с игры и т.д.)

•от познавательных интересов детей.

 Большое место на прогулках отводится наблюдениям (заранее планируемым) за природными явлениями и общественной жизнью. Наблюдения можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также с отдельными малышами. 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 рассмотрения.

**Наблюдения** (рекомендуется воспитателям указывать в планах объект или тему наблюдения, цель проведения наблюдения и с кем оно проводится):

•наблюдения за живыми объектами (за птицами, деревьями лиственными и хвойными, кустарниками и т.д.);

•наблюдения за неживыми объектами (за солнцем, облаками, погодой, ветром, снегом, глубиной снежного покрова, длительностью дня, метелью, позёмкой, снегопадом и т.д.)

•наблюдения за явлениями окружающей действительности (за трудом взрослых, за прохожими, за лыжниками, за транспортом – снегоуборочной машиной и т.д.).

**Трудовая деятельность.** 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 15-20 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.

Планируется хозяйственно-бытовой труд (на веранде, на участке), необходимо указывать форму труда дошкольников – индивидуальные или групповые поручения, или коллективный труд (совместный, общий) Содержание и формы ее организации зависят от погоды и времени года. Так, осенью дети собирают семена цветов, урожай на огороде; зимой могут сгребать снег, делать из него разные сооружения. Воспитатель может привлекать детей к сбору игрушек, оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке;

   Необходимо стремиться сделать детский труд радостным, помогающим малышам овладеть полезными навыками и умениями. Трудовые задания должны быть посильны детям и, вместе с тем, требовать от них определенных усилий.

**Подвижные игры.** Рекомендуется проводить три игры в течение прогулки. Подбирая игры для дневной прогулки, необходимо учитывать предыдущую деятельность детей. После спокойных занятий (рисования, лепка) рекомендуются игры  подвижного характера. Проводить их нужно со всей группой в начале прогулки. После физкультурных и музыкальных занятий рекомендуются игры средней подвижности. Проводить их нужно в середине или конце прогулки. План должен включать игры:

* малой  подвижности («Сделай фигуру», «Змея», «Узнай кто позвал»);
* игры средней активности («Заморожу», «Кто самый внимательный»);
* игры с высокой двигательной активностью («Мышеловка», «Ловишка с ленточками», «Гуси-лебеди»).

       Следует отражать в планах разучивание новой игры и игры на закрепление двигательных навыков и развитие физических качеств. В течение года проводится примерно 10 – 15 новых игр.

Кроме этого организуются игры:

* спортивные упражнения («Катание на санках», «Скольжение», «Ходьба на лыжах»).
* забавы
* аттракционы
* игры-эстафеты
* сюжетные подвижные игры
* игры с элементами спорта
* сюжетные подвижные игры
* бессюжетные подвижные игры
* народные игры
* хороводные

Выбор игры – зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни целесообразно начинать прогулку с игр большой подвижности, связанных с бегом, метанием, прыжками. Данные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду. В сырую, дождливую погоду (осенью, весной) следует организовывать малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства; Время проведения подвижных игр и физических упражнений на утренней прогулке: в младших группах – 6 – 10 минут, в средних – 10-15 минут, в старших и подготовительных – 20-25 минут. На вечерней прогулке: в младших и средних группах – 10-15 минут, в старших и подготовительных – 12 -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.

Не допускается длительное нахождение детей на прогулке без движений. Особого внимания требуют дети со сниженной подвижностью, малоинициативные, которых следует вовлекать в подвижные игры.

**Особенности организации двигательной активности в осенне - зимний период:**

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

**Индивидуальная работа.** Данная работа направлена не только на совершенствование физических качеств, но и на развитие психических процессов, закрепление материала по всем разделам программы, формирование нравственных качеств.

**Самостоятельная деятельность детей.**Для ее организации необходимо создать условия: атрибуты, выносной материал, орудия труда для трудовой деятельности.

***Материалы и оборудование***для организации самостоятельной деятельностидетей: ледянки, кукольные сани,  ящики для перевозки снега, большие фанерные фигуры зверей из любимых сказок,  формочки, лопатки,  печатки,  флажки,  султанчики,  лыжи,  оборудование для экспериментов, снегомер.

**Атрибуты для сюжетно-ролевых игр:**- кукла, одетая по сезону, саночки;  
- руль;  
- материал для игры «Магазин».  
        **Атрибуты для спортивных игр:**  
- маски;  
- ленточки.  
        **Набор для исследовательской деятельности:**- емкости для снега и воды;  
- формочки для заморозки;  
- палочки для измерения глубины снега;  
- лупа.

Необходимо соблюдать санитарно-гигиенические требования к хранению и размещению выносного материала.

**Требования безопасности по окончании прогулки**   
        1. Организовать спокойный вход воспитанников в помещение детского сада (1-я подгруппа проходит и раздевается под присмотром помощника воспитателя, 2-я – под присмотром воспитателя).   
        2. Очистить верхнюю одежду воспитанников, обувь от снега, грязи, песка.   
        3. Проверить, как воспитанники сложили одежду в шкафчики. При необходимости переодеть воспитанников в сухую одежду, белье.   
        4. Организовать выполнение гигиенических процедур: посещение туалета, мытье рук с мылом.   
        5. Обеспечить просушивание мокрой одежды, обуви после дождя или в зимнее время.

**Виды прогулок в детском саду**

1. По месту проведения:

• на территории участка детского сада;

• за пределами территории детского сада (возможны в старших группах, на небольшие расстояния).

2. По содержанию:

• традиционная, включающая в себя трудовую деятельность детей (уборка листьев, снега и т.д.) подвижные и тихие игры и т.д.;

• тематическая: состоящая из наблюдений и бесед на конкретную тему (животные, облака, деревья, городской транспорт и т.д.), может представлять собой уличную театральную постановку, квест с преодолением несложных препятствий – требует заранее подготовленного сценария;

• целевая: организованный выход за пределы территории детского сада, на небольшое расстояние (до 2 км);

• экскурсия (как правило, музейная): 1 раз в месяц, начиная со средней группы;

• поход: может проводиться 1-2 раза в год в старших группах.

     Итак, процесс воспитания детей непрерывен. Большие потенциальные возможности для всестороннего гармонического развития личности ребенка заложены в процессе воспитательно-образовательной работы с детьми в условиях прогулки. Здесь как нигде дошкольникам предоставляются уникальные условия для всестороннего развития, в полной мере удовлетворяются его потребности в активных движениях, в самостоятельных действиях при ознакомлении с окружающим миром, в новых ярких впечатлениях, в свободной игре, как с природным материалом, так и с игрушками. Однако в силу возрастных особенностей дошкольники сами не могут использовать все время прогулки с максимальной пользой для своего развития. Взрослый должен педагогически правильно руководить их деятельностью.

     Таким образом, правильная организация и проведение прогулки - укрепление здоровья, развитие двигательной активности детей, залог привития детям здорового образа жизни.