

муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 264»

*Прогулка и её роль в развитие
ребёнка*



**Выполнили:
Говрас А.О.
Коробейникова С.В.**

г. Барнаул

Цели прогулки:

- укрепление здоровья детей, развитие их физических и умственных способностей, воспитание любви к природным явлениям родного края.
- на прогулке решаются задачи физического, умственного, нравственного, трудового и эстетического воспитания детей.
- правильно организованная и продуманная прогулка помогает осуществлять задачи всестороннего развития воспитанников.

Задачи прогулки:

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;
- способствовать повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста;
- оптимизировать двигательную активность детей;

Прогулка – это одно из основных оздоровительных мероприятий в детском саду, предупреждающая охрану и укрепление здоровья детей, полноценное физическое развитие, различную двигательную деятельность детей. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития.

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.

Прогулка способствует всестороннему развитию детей. Во время пребывания на участке или на улице дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения и т. д. Из наблюдений они узнают об особенностях сезонных изменений в природе, подмечают связи между различными явлениями, устанавливают элементарную зависимость.

Наблюдения вызывают у них интерес, ряд вопросов, на которые они стремятся найти ответ. Все это развивает наблюдательность и любознательность, расширяет их кругозор, углубляет знания и представления.

В практике работы воспитателя очень часто от родителей можно услышать такой вопрос: а вы пойдёте сегодня гулять? Родители тревожатся и задумываются над тем, чтобы их ребенок не заболел, не простыл, не промочил одежду и обувь, да и просто не запачкался. В связи с этим многие не хотят, чтобы их дети гуляли на улице.

Поэтому мы стараемся, довести до сознания родителей значение прогулок в детском саду.

Прогулка — это педагогически организованная форма активного отдыха детей на свежем воздухе, целью, которой является укрепление здоровья детей, развитие их физических и умственных способностей.

Организация прогулки полностью проводится по СанПин. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3-4 часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину — до обеда и во вторую половину — после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет. Во время прогулки обеспечивается двигательная активность воспитанников и рациональная одежда в зависимости от погодных условий, в том числе в 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.

При организации прогулок в осеннее - зимний период наш детский сад заботится о состоянии и здоровье детей, поэтому соблюдает все правила, чтобы исключить возможность заболевания. Мы:

1. Одеваем детей в соответствии с температурными условиями, не допускаем:

-обморожение, переохлаждение или перегревание организма ребенка; -намокание детской одежды, обуви;

2. Ограждаем детей от воздействия следующих опасных факторов, характерных для осенне-зимнего периода:

-травмы во время игр на не очищенных от снега, льда площадках; -травмы от падающих с крыш сосулек, свисающих глыб снега в период оттепели;

-падение с горок;

- и других видов травмирования.

Каждый воспитатель и все замещающие его педагоги должны учить детей узнавать опасные ситуации на иллюстрациях, разъяснять детям. Воспитатель должен осматривать одежду, обувь воспитанников на предмет соответствия погодным условиям. Дети должны быть

всегда обеспечены запасными вещами на случай непогоды, которые для этого заранее приносят родители.

Самая главная польза прогулок для детей

-Укрепление здоровья. Активные движения на свежем воздухе приводят к тому, что дети становятся намного крепче, сильнее и энергичнее.

-Развитие выносливости. Прогулки – это своего рода тренировки, при которых нагрузка равномерно распределяется на весь организм. Укрепляются не только мышцы и кости скелета, но также сердечно-сосудистая и нервная система. Малыши меньше утомляются, что положительно сказывается на их усидчивости и возможности успешно усваивать информацию.

-Улучшение обмена веществ. Подвижность и свежий воздух положительно влияют на аппетит и усвоение питательных веществ из пищи. Наш детский сад в коттеджном поселке имеет все условия для укрепления здоровья своих воспитанников.

-Закаливание организма. Прогулки практически в любую погоду способствуют укреплению и усилению иммунитета, но родителям обязательно нужно одевать детей по погоде, а не по сезону. Перегревание не менее опасно, чем переохлаждение.

-Снижение заболеваемости. Привыкнув к различным погодным условиям, ребенок реже простужается и болеет, а это положительно влияет на его воспитание и учебу в детском саду. Крепкое здоровье также станет положительным моментом в то время, когда ребёнок из детского сада перейдет в начальные классы школы – будет меньше пропускать занятия.

Вывод

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 малышам 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 малыши сами не могут использовать все время прогулки с максимальной пользой для своего развития.

Взрослый должен педагогически правильно руководить их деятельностью.

В процессе ежедневного проведения на прогулке подвижных игр и физических упражнений расширяется двигательный опыт детей, совершенствуются имеющиеся у них навыки в основных движениях; развиваются ловкость, быстрота, выносливость; формируются самостоятельность, активность, положительные взаимоотношения со сверстниками.

