

Для чего нужна прогулка в детском саду?

В практике работы воспитателя очень часто от родителей можно услышать такой вопрос: а вы пойдете сегодня гулять? Особенно это волнение со стороны родителей характерно возрасту детей от 2,5 до 3,5 – 4-х лет, в сезонный период от середины осени до середины весны. 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 вообще.

Поэтому задача педагога, довести до сознания родителей значение прогулок в детском саду. Мы выпустили в виде статьи информацию и поместили в родительский уголок:

[«Всё о прогулках в детском саду».](#)



Детский сад гулять идет –
В детский парк гулять идет!
Сколько неба про запас,
Сколько ветра про запас,
Солнце выглянет сейчас –
Время детское у нас!

Значение прогулок

Что может быть приятнее, чем прогулка с малышом. Прогулка – это одно из основных оздоровительных мероприятий в детском саду, предупреждающая охрану и укрепление здоровья детей, полноценное физическое развитие, различную двигательную деятельность детей.

Очень важно, чтобы у детей во время прогулки была соответствующая, облегченная одежда. Она позволяет ребенку не бояться испачкаться, смело играть в любимые игры, бегать и прыгать.

Помните!

*Общая продолжительность
прогулки в детском саду
составляет 4 – 4,5 часа.
(утверждено расписанием в СЭС)*



Прогулка и движение:

Во время прогулки необходимо поощрять стремление детей к движению, тренировке равновесия, умению ползать, метать в цель. Для этого у нас в запасе имеется большое количество подвижных игр, а также игр с мячом, со скакалкой.

Один раз в неделю на прогулке проводится физкультурное занятие.

Человек и природа:

Все знают, насколько общение с природой благотворно влияет на взрослого и ребенка. Оказываясь в окружении природы, ребенок приучается любоваться ею, наблюдать за снегом, ветром, дождем.

Прогулка и воспитание:

В любое время года воспитатель во время прогулки может найти интересную и полезную работу. Например, осенью, мы с детьми сгребаем листья граблями, собираем сухие ветки, мусор, перекапываем огород и сажаем там озимые растения (чеснок, календула, шпинат), собираем семена, затем их сушим и складываем в мешочки, чтобы весной вновь посадить. Зимой на участке не обойтись без горки. Вместе с детьми мы сооружаем ее, поливая в морозные дни водой. В этом охотно нам помогают папы и мамы.

В конце прогулки: рекомендуется проводить игры малой и средней подвижности (например: «Летает – не летает», «Море волнуется...»), «Золотые ворота» и другие спокойные игры. Эти игры обеспечивают ребенку постепенный переход от возбужденного состояния к относительно спокойному, способствуют снижению двигательной активности и переходу на другой вид деятельности.

В заключение:

И все-таки, несмотря на разнообразие игр и занятий, есть дети, которые не любят гулять. Зачастую, родители таких детей сами не находят времени для прогулок с малышом. Хочется напомнить таким родителям, что пренебрегать прогулкой нельзя. Это один из видов закаливания детского организма. Не лишайте детей радости движения и заряда бодрости!

Прогулка делает детей физически более выносливыми, укрепляет здоровье детей, улучшает настроение, а значит, способствует в дальнейшем успешному обучению в школе.

Да здравствуют ежедневные прогулки!





Информацию подготовила воспитатель Авраменко Татьяна Николаевна