**Консультация для педагогов и родителей**

**Значение прогулки в ДОУ**

Прогулка детей в детском саду имеет огромное значение для их физического развития, является средством закаливания детского организма, повышает устойчивость к простудным заболеваниям. Вместе с тем, прогулка способствует умственному развитию, так как дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире.

**Основная цель** прогулки как режимного момента - это укрепление здоровья детей, профилактика утомления, физическое и умственное развитие, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

Во время прогулки решаются следующие педагогические

**задачи:**

-закаливание детей в естественных условиях;

- повышение уровня физической подготовленности дошкольников;

-оптимизация двигательной активности детей;

- развитие познавательной, речевой, художественно-эстетической, коммуникативной сфер.

Для пребывания детей на свежем воздухе отводится примерно до четырех часов в день. Летом это время значительно увеличиваются. Режим дня детского сада предусматривает проведение дневной прогулки после занятий и вечерней.

По месту проведения прогулки бывают: на участке детского сада; пешеходные прогулки за пределы участка детского сада (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров);

По содержанию прогулкиразделяются на традиционные, тематические, целевые, экскурсии (проводится систематически со средней группы не менее 1 раза в месяц), пешие походы, туристические походы (с детьми старшего дошкольного возраста).

На прогулке дети играют, много двигаются, движения усиливают обмен веществ, кровообращение, улучшают аппетит.

У дошкольников на прогулке во время движений развивается ловкость, выносливость, двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус. Вместе с тем, прогулка способствует умственному развитию.

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным, В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если занятия были связаны с долгим сидением детей. Если же они идут после музыкального или физкультурного занятия, то игру можно провести в середине прогулки или за полчаса до ее окончания.

Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни целесообразно начинать прогулку с игр большей подвижности, связанных с бегом, метанием, прыжками. Веселые и увлекательные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду. В сырую, дождливую погоду следует организовывать малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства.

Игры с прыжками, бегом, метанием, упражнениями в равновесии следует проводить также в теплые весенние, летние дни и ранней осенью.

В жаркую погоду проводятся игры с водой.

Игры с высоким уровнем интенсивности движений не следует проводить в конце утренней прогулки перед уходом с участка, так как дети в этом случае становятся перевозбужденными, что отрицательно сказывается на характере дневного сна, увеличивает длительность засыпания, может быть причиной снижения аппетита.

В играх на прогулке дошкольники учатся соблюдать правила и взаимодействовать друг с другом.

Большое место на прогулках отводится наблюдениям. Наблюдения можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также с отдельными малышами. Одних воспитатель привлекает к наблюдениям, чтобы развить внимание, у других вызывает интерес к природе или общественным явлениям 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 стараются найти ответ. Все это развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей.

Во время прогулки необходимо уделять внимание трудовой деятельности детей. Содержание и формы ее организации зависят от погоды и времени года. Так, осенью дети собирают семена цветов, урожай на огородах, зимой могут сгребать снег, делать из него разные сооружения. Необходимо стремиться делать детский труд радостным, помогающим малышам овладеть полезными навыками и умениями. Трудовые занятия должны быть посильными детям и вместе с тем требовать от них определенных усилий. Во время трудовой деятельности воспитывается трудолюбие , любовь и бережное отношение к природе.

Прогулки дают возможность решать задачи нравственного воспитания . Воспитатель знакомит детей с родным городом, его достопримечательностями, с трудом взрослых, которые озеленяют улицы, строят красивые дома, асфальтируют дороги. При этом подчеркивается коллективный характер труда и его значение. Ознакомление с окружающим способствует воспитанию у детей любви к родному городу.

Во время прогулок воспитатель проводит индивидуальную работу с детьми: для одних организует игру с мячом, метание в цель, для других - упражнение в равновесии, для третьих - спрыгивание с пеньков, перешагивание через предметы, сбегание с пригорков.

На прогулках осуществляется работа и по развитию речи ребёнка: разучивание потешки или небольшого стихотворения, закрепление трудного для произношения звука и т. п.

Самостоятельная деятельность детей на прогулке также нуждается в руководстве и контроле. Мы предлагаем детям организовать подвижную игру или занимательные задания. Во время самостоятельной игровой деятельности дети отражают впечатления, полученные в процессе ОД, экскурсий, повседневной жизни, усваивают знания о труде взрослых. Происходит это в процессе сюжетно-ролевых игр.

Чем полнее и разнообразнее будет организована детская деятельность на прогулке, тем успешнее будет идти развитие детей, лучше реализуются потенциальные возможности и детские творческие проявления.