**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Центр развития ребенка – детский сад №411»**

Представление педагогического опыта

**«Роль прогулки во всестороннем развитии и воспитании детей»**

 Фомина Людмила Александровна

 Воспитатель первой квалификационной категории

 2016год.

Во всех группах детского сада для ознакомления детей с природой широко используются прогулки. Прогулка- это замечательное время, когда взрослый может постепенно приобщать малыша к тайнам природы- живой и неживой.

Прогулка обогащает кругозор ребенка разнообразными впечатлениями, знакомит с внешним миром, помогает ориентироваться вне стен помещения.

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. Она является надежным средством укрепления здоровья, профилактики утомления и всестороннего развития детей. Пребывание на свежем воздухе положительно влияет на все физиологические процессы организма, способствует повышению аппетита и, конечно, оказывает закаливающий эффект.

Наконец, прогулка- это элемент режима, дающий возможность детям в подвижных играх, трудовых процессах, разнообразных физических упражнениях удовлетворить свои потребности в движении. Если прогулка хорошо и правильно организована, если она достаточна по длительности, дети реализуют в ней около 50% суточной потребности в активных движениях. Сокращение времени пребывания на воздухе создает дефицит движений.

Прогулки решают не только оздоровительные, но и воспитательные задачи. На них мы знакомим детей с явлениями природы, с животным и растительным миром, учим детей уважать, любить природу, заботиться о ней. Проводим, индивидуальную работу по развитию движений, подвижные, спортивные игры, развлечения, физические упражнения. Специальное время отводится для трудовой и самостоятельной деятельности.

Непосредственное общение с природой и восприятие ее детьми происходит на прогулке. Наша главная задача- донести до каждого ребенка чувства заинтересованности и сопричастности совсем, что происходит вокруг.

Разумное чередование и сочетание этих разнообразных занятий делает прогулку интересной, привлекательной. Такая прогулка обеспечивает хороший отдых, создает у детей радостное настроение.

Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества. 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. Помимо подвижных игр и отдельных упражнений в основных движениях, на прогулке организовываются и спортивные развлечения - (упражнения). Когда следует включать в прогулку подвижную игру? Если перед прогулкой были учебные занятия со статическим напряжением, ее лучше начать подвижной игрой, если предшествовали динамические занятия, игру целесообразнее организовать в середине прогулки. Не рекомендуется завершать ее подвижной игрой. У наших трехлетних детей еще мал опыт самостоятельной двигательной деятельности, многие движения только начинают формироваться, навыки самоорганизации слабы, поэтому больше внимания на прогулках мы уделяем подвижным играм и физическим упражнениям.

Я стараюсь предусматривать разнообразное сочетание игр и упражнений. Например, игру «Поезд» с очень простыми правилами хорошо сочетать с игрой «Воробышки и автомобиль», сюжет и правила которой, более четко обуславливают игровые действия детей. При проведении подвижных игр с маленькими детьми нередко возникают трудности, есть дети застенчивые, которые хотели бы поиграть, но побаиваются, таким детям помогаем. Предлагаю вместе побегать, подбадриваю ребенка и уже на следующей прогулке ребенок с удовольствием включается в игру.

На прогулках ежедневно провожу наблюдения, дети знают, что похолодание связано с тем, что солнце появляется редко, что световой день зимой короткий, вечером обращаем внимание на то, что участок освещен электричеством. Когда снег липкий, играем в снежки, делаем снеговиков, постройки из снега, наблюдаем за снежинками.

 Также наблюдаем за птицами. Обращаем внимание на внешний вид, поведение, подкармливаем птиц крошками.

Во время прогулок контролирую содержание самостоятельной деятельности, состояние детей. При угащенном дыхании, покраснение лица, усиленном потоотделении, особенно во время подвижных игр, уменьшаем интенсивность игры, постепенно ее снижая, переключаю детей на спокойные игры. При жалобах детей на холод, вовлекаю их в подвижные игры. Побуждаюактивно двигаться малоподвижных ребят, которые предпочитают спокойные игры.

Когда ребенок двигался на прогулке, узнал что- то новое, полезное для себя, пришел с прогулки радостный, веселый только тогда, такая прогулка считается полезной.

Таким образом, правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей.

Гуляйте больше со своими детьми и получайте от прогулок как можно больше удовольствия.