

Как организовать прогулки осенью

Прогулка - обязательный элемент режима дня в детском саду. По гигиеническим нормативам минимальная продолжительность прогулки во всех возрастных группах должна быть не меньше трех часов в день (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21).

Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом дня. Из-за сезонных особенностей к организации прогулок осенью есть дополнительные требования: на участке должно быть безопасно, а продолжительность прогулки будет зависеть от погоды.

Какие гигиенические требования к организации прогулки осенью должны учитывать воспитатели:

- учитывать содержание прогулки и ее продолжительность, региональные, климатические и сезонные особенности;
- использовать профилактические, оздоровительные и коррекционные технологии с учетом возраста и состояния здоровья детей;
- создавать условия для реализации двигательной активности детей, формировать у детей положительную мотивацию к двигательной активности;
- учитывать возрастные и индивидуальные особенности состояния здоровья и развития детей;
- обеспечивать профилактику детского травматизма во время прогулок.

Продолжительность прогулки в осенний период определяют в зависимости от климатических условий. Сократите время прогулки, если температура воздуха ниже 15 градусов и скорость ветра более 7 м/с (п. 185 СанПиН 1.2.3685-21).

Время, отведенное на прогулку, должно строго соблюдаться. Сколько длится прогулка в возрастных группах, смотрите в таблице ниже.

Продолжительность прогулок в возрастных группах

Возрастная группа	Продолжительность прогулки, ч		Продолжительность подвижных игр и физ. упражнений, мин	
	в 1-й половине дня	во 2-й половине дня	в 1-й половине дня	во 2-й половине дня
Младшая	1,5	1,2	10	10
Средняя	2	1,5	15	10
Старшая	2	2	20	15
Подготовительная	2	2	25	15

Организовать прогулку лучше два раза в день: в первой и во второй половине дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При планировании содержания прогулки воспитатель предусматривает равномерное чередование спокойной и двигательной деятельности детей, а также правильное распределение физической нагрузки в течение всей прогулки. Содержание деятельности детей на прогулке зависит от погоды, тематики недели, предшествующей образовательной деятельности, интересов и возраста.

Содержание вечерних прогулок педагог планирует с учетом всей предшествующей деятельности детей.

Главная задача детского сада в любой сезон года - создать безопасные условия пребывания воспитанников на территории детского сада. А в осенний период опасности могут подстерегать детей повсюду. Перед началом прогулки педагогу необходимо осмотреть место прогулки. Цель осмотра - убедиться в отсутствии глубоких ям, предметов, которые могут травмировать детей, осмотреть деревья и кустарники – нет ли опасного сухостоя.

Проверьте оборудование на участках. Оборудование должно иметь привлекательный вид, быть прочным, закрепленным и соответствовать возрасту и силам детей. Его поверхность не должна иметь острых углов и выступов, шероховатостей и выступающих болтов.

Инвентарь должен быть разнообразным и безопасным. Все оборудование должно быть чистым. Перед каждой прогулкой педагог должен проверять исправность выносного оборудования.

Воспитатель не должен оставлять детей на прогулке без присмотра даже на короткий промежуток - опасно и недопустимо. Дети всегда должны быть в зоне видимости педагога. Если возникнет необходимость отлучиться на пару минут, воспитатель должен передать группу другому воспитателю или помощнику воспитателя.

Перед прогулкой педагогу нужно провести профилактическую работу с дошкольниками на тему безопасности осенью. Воспитатель обсуждает с детьми, чем осень отличается от других времен года, какие опасности могут быть на прогулке в это время года.

Выносное оборудование рекомендуется регулярно обновлять, чтобы создавать эффект новизны. Например, выносить новые предметы и убирать старые, которые не вызывают у детей былого интереса, делать необычные игрушки из подручных и бросовых материалов.

Предметы и материалы, необходимые для проведения занятий на улице, воспитатель определяет исходя из плана проведения прогулки. Правильный подбор оборудования способствует развитию положительной мотивации ребят к познавательной деятельности, физической активности, к тяге к труду в осенний период. Разнообразное выносное оборудование позволяет развивать у дошкольников навыки во всех видах детской деятельности, самостоятельность, инициативу. Это развивает их воображение, мышление, креативность. Среди таких материалов:

- для трудовых поручений - лопатки, веники, тачки, грабельки;

- наблюдений - сачки-ветроуказатели, вертушки, цветные стекла, лупы;
- подвижных игр и спортивных упражнений - наборы для лапты, городков, маски, кегли, мячи;

- сюжетно-ролевых игр - куклы, игрушечные коляски, машинки, кубики, набор кукольной посуды, набор для игры в магазин.

Прогулку, как и любой режимный момент, педагог должен планировать заранее. Форму и способы фиксации содержания прогулки с детьми воспитатель может выбрать самостоятельно. Например, оформить план в виде таблицы, конспекта, текстового плана. Независимо от того, какую форму фиксации выбрал педагог, в план необходимо включить пять пунктов:

- когда и как долго проводить прогулку;
- какую предварительную работу провести с детьми;
- как одеть;
- какой выносной материал для прогулок использовать и с какой целью;
- какие виды и формы деятельности использовать на прогулке.

Структура и содержание прогулки зависят от педагогических и оздоровительных задач, которые ставит педагог. Чтобы дети проявляли интерес к прогулке и с удовольствием на нее шли, педагог должен создать условия для разнообразной деятельности. Воспитатель заранее продумывает содержание прогулки, вызывает интерес у дошкольников при помощи игрушек или бесед о том, чем сегодня они будут заниматься на прогулке.