

Методические рекомендации для педагогов «Организация и планирование прогулок в зимний период»

При планировании воспитательно-образовательной работы на зимний период следует учитывать следующие аспекты.

Значение прогулки:

- Важнейшей задачей дошкольных учреждений является сохранение и укрепление здоровья детей.
- В дошкольном возрасте оптимальная двигательная активность и физическое воспитание являются ведущими факторами в сохранении здоровья, полноценном физическом и психическом развитии ребенка.
- Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма.

Время прогулки в режиме дня:

- Для пребывания детей на свежем воздухе отводится примерно до четырёх часов в день.
- Режим дня детского сада предусматривает проведение дневной прогулки после занятий и вечерней – после ужина. Время, отведённое на прогулки, должно строго соблюдаться.

Отражение в календарном плане всех составляющих частей прогулки.

Составные части прогулки:

1. Наблюдение;
2. Трудовая деятельность;
3. Игровая деятельность (подвижные игры);
4. Индивидуальная работа;
5. Самостоятельная деятельность детей.

Последовательность их проведения варьируется в зависимости от:

- предшествующей деятельности детей (например, после физкультурного занятия целесообразнее в начале прогулки провести наблюдение, после занятий по математике и развитию речи — подвижные игры).
- от времени года (в холодный период времени предусматривается проведение игр с большой подвижностью детей).
- от индивидуально-возрастных особенностей детей (в младшем возрасте целесообразнее начать прогулку с наблюдения, в старшем – с игры и т.д.)
- от познавательных интересов детей.

Наблюдения (рекомендуется воспитателям указывать в планах объект или тему наблюдения, цель проведения наблюдения и с кем оно проводится):

- наблюдения за живыми объектами (за птицами, деревьями лиственными и хвойными, кустарниками и т.д.);
- наблюдения за неживыми объектами (за солнцем, облаками, погодой, ветром, снегом, глубиной снежного покрова, длительностью дня, метелью, позёмкой, снегопадом и т.д.);
- наблюдения за явлениями окружающей действительности (за трудом взрослых, за прохожими, за лыжниками, за транспортом – снегоуборочной машиной и т.д.).

Трудовая деятельность. Планируется хозяйственно-бытовой труд (на веранде, на участке), необходимо указывать форму труда дошкольников – индивидуальные или групповые поручения, или коллективный труд (совместный, общий).

Подвижные игры. Рекомендуется проводить три игры в течение прогулки. Подбирая игры для дневной прогулки, необходимо учитывать предыдущую деятельность детей. После спокойных занятий (рисования, лепка) рекомендуются игры подвижного характера. Проводить их нужно со всей группой в начале прогулки. После физкультурных

и музыкальных занятий рекомендуются игры средней подвижности. Проводить их нужно в середине или конце прогулки. План должен включать игры:

- малой подвижности;
- игры средней активности;
- игры с высокой двигательной активностью.

Следует отражать в планах разучивание новой игры и игры на закрепление двигательных навыков и развитие физических качеств. В течение года проводится примерно 10 – 15 новых игр.

Кроме этого организуются игры:

- забавы
- аттракционы
- игры-эстафеты
- сюжетные подвижные игры
- игры с элементами спорта
- сюжетные подвижные игры
- бессюжетные подвижные игры
- народные игры
- хороводные
- спортивные упражнения («Катание на санках», «Скольжение», «Ходьба на лыжах»).

Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха от предшествующего проводимого занятия, от состояния детей, их желаний, от времени проведения прогулок (вечерняя, утренняя). В детском саду воспитатель по ФК разрабатывает перспективное планирование подвижных игр для всех возрастных групп; с начинающими воспитателями проводит консультации по планированию и методике проведения подвижных игр на прогулке. В каждой группе необходимо иметь картотеку считалок и подвижных игр для детей 3-7 лет. Целесообразно для каждого возраста игры напечатать на карточках определённого цвета. Например, 2 младшая группа – карточки жёлтого цвета, средняя группа – карточки красного цвета, старшая группа – синего цвета, подготовительная группа – зелёного цвета.

Индивидуальная работа. Данная работа направлена не только на совершенствование физических качеств, но и на развитие психических процессов, закрепление материала по всем разделам программы, формирование нравственных качеств.

Самостоятельная деятельность детей. Для ее организации необходимо создать условия: атрибуты, выносной материал, орудия труда для трудовой деятельности.

Материалы и оборудование, для организации самостоятельной деятельности детей: ледянки, кукольные сани, ящики для перевозки снега, большие фанерные фигуры зверей из любимых сказок, формочки, лопатки, ведёрки, палочки для рисования на снегу, печатки, вожжи, султанчики, флажки, кегли, маски для сюжетно-ролевых игр, лыжи, оборудование для экспериментов, снегомер, игрушки из бросового материала.

Атрибуты для сюжетно-ролевых игр: кукла, одетая по сезону, саночки, руль, материал для игры «Магазин» и др.

Атрибуты для спортивных игр: - маски, ленточки и др.

Набор для исследовательской деятельности: емкости для снега и воды, формочки для заморозки, палочки для измерения глубины снега, лупа и др.

Необходимо соблюдать санитарно-гигиенические требования к хранению и размещению выносного материала.

Подготовка детей к прогулке, длительность и допустимый температурный режим:

Воспитатель должен научить детей одеваться и раздеваться самостоятельно и в определённой последовательности:

- колготки, теплые штаны
- кофта
- обувь
- платок или нижняя шапочка
- пальто или шуба, куртка, комбинезон
- верхняя шапка
- шарф
- варежки

Зимой прогулки разрешается проводить при температуре воздуха не ниже -15° и скорости ветра не более 7 м/с. При температуре воздуха ниже -15° и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Пример планирования прогулки:

Деятельность	Содержание	Задачи (развивать, закреплять и т.д.)
Наблюдение (за птицами, воробей)	<p>Напомнить детям, что наступила зима. Вместе повторить признаки зимы. Назвать народные приметы зимы (смотри ниже), спросить, как дети их понимают.</p> <p>Обратить внимание детей на прилетевших на участок птиц. Покормить их. Вспомнить, какие птицы называются зимующими. Назвать, какие зимуют у нас. Напомнить, какие птицы называются оседлые, вместе с детьми перечислить их. Загадать загадку про воробья (смотри ниже). Вместе с детьми обратить внимание на характерные признаки воробья: маленький с короткими и округлыми крыльями, спинка коричневая, на щеках черные пятна, на крыльях – полоски, ножки короткие и крепкие. Клюв тонкий, твердый, к концу заостренный. Обратить внимание детей на то, как ходит воробей. В холодную погоду воробьи сидят, прижавшись друг к другу, распутив крылышки, нахохлившись. Зимой воробьям холодно и голодно, нет насекомых, нет зерен, семян, все замечено снегом.</p>	<p>Закреплять знания детей о признаках зимы.</p> <p>Закрепить знания детей о зимующих птицах;</p> <p>Повторить характерные признаки воробья</p>
Стихи, загадки, пословицы.	<p>Приметы зимы: -Декабрь год кончает, зиму начинает. -Декабрь и замостит, и загвоздит, и саням ходу даст. Загадка: «Я весь день ловлю жуков, Ем букашек, червяков. Зимовать не улетаю, Под карнизом обитаю»</p> <p>«Ножки я имею, А ходить не умею, Хочу сделать шажок - Получается прыжок».</p>	<p>Развивать наблюдательность, память, - умение отгадывать загадки.</p>

Подвижные игры с бегом, на ориентир. в пространстве	Новая игра «Кот, на чем стоишь?» (смотри в картотеке игр). - «Ловишки» - «Снежная карусель»	-бег с увертыванием, - ориентировку в пространстве.
Игры с выносным материалом	Сюжетно-ролевая игра «Магазин»	-умение делать «печатки» из снега, играть по правилам.
Инд. работа	Игры: - «Птичка на дерево» - «Покажи, где птица»	-ориентировка в пространстве
Труд	Убрать ветки с участка. Навести порядок на веранде.	Закреплять навыки трудолюбия.

При **оформлении территории** детского сада большое значение придаётся безопасности, целесообразности, красочности, а также эстетичности построек. Ярко украшенный участок сам по себе вызывает у детей устойчивый положительный эмоциональный настрой, желание идти на прогулку.

В то же время, чтобы разнообразить движения детей на прогулке на каждом групповом участке рекомендуется иметь следующие **группы снежных фигур**:

Первая группа – фигуры для закрепления навыков равновесия.

Вторая группа – фигуры для прыжков, перешагивания.

Третья группа – фигуры для упражнений в метании.

Четвёртая группа – фигуры для подлезания.

И горки для скатывания.

Большое значение придаётся профилактике травматизма во время проведения прогулок. Постройки должны быть прочными, гладкими. При постройке горок для скатывания придерживаемся следующих требований:

В 1 младшей группе – высота 70-80 см со скатом 3 м, сверху обязательно делается посадочная площадка размером 1,5 м * 1,5 м. Справа от ската – лесенка (высота ступенек 12-14 см, ширина 25см. Ширина горки 50-60 см с бортиками по краю ската до 10 см) + горка для кукол.

Во 2 младшей группе – высота 80-90 см.

В средней группе – высота 90-100 см, со скатом 4-5 м,

В старших и подготовительных группах – высота 1-1,2 м, со скатом 5-6 м, высота ступенек 14 см, остальные параметры те же.

Ещё одно важное направление – это **взаимодействие с родителями**. В приемных групп на информационных стендах рекомендуется размещение консультаций на зимние тематики, по ОБЖ, медицинские рекомендации, проведение консультаций по подготовке к созданию условий на участках для прогулок в зимний период, такие как: «Двигательная активность детей во время прогулки», «Создание зимней сказки на участке». Необходимо приглашать родителей принять участие в создании снежных построек для детей, оформлении участков, расчистке территории, приобретению и изготовлению выносного материала, к участию в зимних соревнованиях, праздниках и развлечениях.