**Прогулянка — час яскравих вражень, активності й пізнання**

Прогулянки взимку на свіжому повітрі – одне з головних задоволень в житті малюка, важлива умова для здоров’я дітей. Перебування дітей на свіжому повітрі має велике значення для фізичного розвитку дошкільника. Прогулянка є першим і найбільш доступним засобом загартовування дитячого організму. Вона сприяє підвищенню його витривалості і стійкості до несприятливих впливів зовнішнього середовища , особливо до простудних захворювань. На прогулянці діти грають, багато рухаються. Рухи підсилюють обмін речовин, кровообіг, газообмін, покращують апетит. Діти навчаються долати різні перешкоди, стають більш рухливими, спритними, сміливими, витривалими. У них виробляються рухові вміння та навички, зміцнюється м’язова система, підвищується життєвий тонус. Прогулянка сприяє розумовому розвитку, так як діти отримують багато нових вражень і знань про навколишній світ

Перед виходом на прогулянку вихователь організовує з дітьми проведення гігієнічних процедур: чищення носа, відвідування туалетної кімнати.

Одягання дітей потрібно організувати так, щоб не витрачати багато часу і щоб їм не доводилося довго чекати один одного.

**Одягати і роздягати дітей при підготовці і повернення з прогулянки необхідно по підгрупах:**

* вихователь виводить  для одягання першу підгрупу дітей, в яку включає дітей, які повільно одягаються, дітей з низькими навичками самообслуговування;
* помічник вихователя проводить гігієнічні процедури з другою підгрупою і виводить дітей щоб одягатись;
* вихователь виходить з першою підгрупою дітей на прогулянку, а помічник вихователя закінчує одягання другої підгрупи і проводжає дітей на ділянку до вихователя;
* дітей з ослабленим здоров’ям рекомендується одягати і виводити на вулицю з другою підгрупою, а заводити з прогулянки з першою підгрупою.

Вихователь повинен навчити дітей одягатися і роздягатися самостійно і в певній послідовності. Спочатку всі вони одягають штани, взуття, потім хустку, пальто, шапку, шарф і рукавиці. При поверненні з прогулянки роздягаються в зворотному порядку. Малюків допомагає одягати помічник вихователя, даючи, проте, їм можливість самим зробити те, що вони можуть. Коли у дітей виробляться навички одягання та роздягання, то вони будуть робити це швидко і акуратно, вихователь допомагає їм в окремих випадках (застебнути гудзик, зав’язати шарф тощо). Потрібно привчати малюків до того, щоб вони надавали допомогу один одному, не забували подякувати за надану послугу.

**Щоб навички одягання і роздягання формувалися швидше, батьки повинні будинку надавати дітям більше самостійності.**

Вимоги до одягу дітей: у будь-який час року одяг і взуття повинні відповідати погоді на даний момент і не повинні сприяти перегрівання або переохолодження дітей. Порядок зберігання одягу в шафі: на верхній полиці кладеться шапка і шарф. Кофта, гамаші, колготки, теплі штани, верхній одяг чіпляють на гачок. Взуття ставлять на нижню полицю, зверху кладуть шкарпетки. Виходячи на прогулянку, діти самі виносять іграшки і матеріал для ігор і занять на повітрі.

Щоб діти охоче збиралися на прогулянку, вихователь заздалегідь продумує її зміст, викликає у малят інтерес до неї з допомогою іграшок або розповіді про те, чим вони будуть займатися. Якщо прогулянки змістовні й цікаві, діти, як правило, йдуть гуляти з великим задоволенням.

Правильно організовані і продумані прогулянки допомагають здійснювати завдання всебічного розвитку дітей.

**Структура прогулянки:**

1. Спостереження.
2. Рухливі ігри: 2-3 гри великої рухливості, 2-3 гри малої і середньої рухливості, ігри на вибір дітей, дидактичні ігри.
3. Індивідуальна робота з дітьми з розвитку рухів, фізичних якостей.
4. Праця дітей на ділянці.
5. Самостійна ігрова діяльність.

Послідовність структурних компонентів прогулянки може змінюватись в залежності від виду попереднього заняття. Якщо діти перебували на занятті, що вимагає підвищеної пізнавальної активності і розумової напруги, то на початку прогулянки доцільно провести рухливі ігри, пробіжки, потім — спостереження. Якщо до прогулянки було заняття з фізкультури чи музичне заняття, прогулянка починається з спостереження або спокійної гри.

***Кожен з обов’язкових компонентів прогулянки триває від 7 до 15 хвилин.***

**Спостереження.**

Велике місце на прогулянках приділяється спостереженням (заздалегідь запланованим) за природними явищами і суспільним життям. Спостереження можна проводити з цілою групою дітей, з підгрупами, а також з окремими дітьми.

В молодшому віці спостереження повинні займати не більше 7-10 хвилин і бути яскравими, цікавими, у старшому віці спостереження повинні складати від 15 до 25 хвилин. Проводити їх треба щодня, але кожен раз дітям повинні пропонуватися різні об’єкти для розгляду.

**Об’єктами спостережень можуть бути:**

* Жива природа: рослини і тварини;
* Нежива природа: сезонні зміни і різні явища природи (дощ, сніг,тощо);
* Праця дорослих.

Спостереження за працею дорослих (двірника, шофера, будівельника тощо) організовуються 1-2 рази в квартал.

Види спостереження:

* **Короткочасні спостереження**організовуються для формування про властивості і якостях предмета або явища (діти вчаться розрізняти форму, колір, величину, просторове розташування частин і характер поверхні, а при ознайомленні з тваринами — характерні рухи, видавані звуки і т. д.
* **Тривалі спостереження**організовуються для накопичення знань про ріст і розвиток рослин і тварин, про сезонні зміни в природі. Діти при цьому порівнюють спостерігається стан об’єкта з тим, що було раніше.

**Організовуючи спостереження, вихователь повинен завжди дотримуватися дану послідовність:**

1. встановлюються факти;
2. формуються зв’язки між частинами об’єкта;
3. йде накопичення уявлень у дітей;
4. проводяться зіставлення;
5. робляться висновки і встановлюються зв’язки між проведеним зараз спостереженнями і проведених раніше.

Навколишнє життя і природа дають можливість для організації цікавих і різноманітних спостережень.

**Рухливі ігри.**

Провідне місце на прогулянці відводиться іграм, переважно рухливим. У них розвиваються основні рухи, знімається розумове напруження від занять, виховуються моральні якості.

Вибір гри залежить від часу року, погоди, температури повітря. У холодні дні доцільно починати прогулянку з ігор більшої рухливості, пов’язаних з бігом, метанням, стрибками. Веселі та захоплюючі ігри допомагають дітям краще переносити холодну погоду.

Ігри зі стрибками, бігом, метанням, вправи в рівновазі слід проводити також у теплі весняні, літні дні і ранньої осені.

Час проведення рухливих ігор та фізичних вправ на ранковій прогулянці: в молодших групах — 6 — 10 хвилин, у середніх — 10-15 хвилин, у старших та підготовчих — 20-25 хвилин. На вечірній прогулянці: в молодших і середніх групах — 10-15 хвилин, у старших та підготовчих — 12 -15 хвилин.

Кожен місяць розучування 2-3 гри (повтор протягом місяця і закріплення 3-4 рази в рік)

В молодшому віці рекомендуються ігри з текстом (наслідування дій вихователя).

В середній групі вихователь розподіляє ролі серед дітей (роль ведучого виконує дитина, який може впоратися з цим завданням).

У старшій і підготовчій групі проводяться ігри-естафети, спортивні ігри, ігри з елементами змагання.

Закінчуються рухливі ігри ходьбою або грою малої рухливості, поступово знижує фізичне навантаження.

Не допускається тривале перебування дітей на прогулянці без рухів. Особливої уваги потребують діти зі зниженою рухливістю, безініціативні, яких слід залучати в рухливі ігри.

Під час прогулянок вихователь проводить індивідуальну роботу з дітьми: для одних організовує гру з м’ячем, метання в ціль, для інших — вправу в рівновазі, для третіх — зістрибування з пеньків, перешагування через дерева.

Приблизно за півгодини до закінчення прогулянки вихователь організовує спокійні ігри. Потім діти збирають іграшки, обладнання. Перед входом у приміщення вони витирають ноги. Роздягаються діти тихо, без шуму, акуратно складають і забирають речі в шафи. Перевзуваються, призводять костюм і зачіску в порядок і йдуть в групу.

**Особливості організації рухової активності у зимовий період:**

* в холодний період року, вихователю необхідно стежити за тим, щоб діти дихали носом. Носове дихання відповідає формуванню у дітей уміння правильно дихати, попереджає захворювання носоглотки;
* при низьких температурах повітря недоцільно організовувати ігри великої рухливості, так як вони призводять до форсування дихання, коли діти починають дихати ротом. Не слід також в цих умовах проводити ігри, що вимагають вимовляння дітьми в повний голос чотиривіршів, приспівок, якого — небудь тексту.

**Дидактичні ігри і вправи.**

Є одним із структурних компонентів прогулянки. Вони нетривалі, займають за часом в молодшому віці 3-4 хвилини, в старшому 5-6 хвилин. Кожна дидактична гра складається: з дидактичного завдання, змісту, правил, ігрових ситуацій. При використанні д/гри вихователь повинен дотримуватися педагогічних принципів:

* опиратися на вже наявні у дітей знання;
* завдання повинне бути достатньо важке, але в той же час доступне дітям;
* поступово ускладнювати дидактичне завдання та ігрові дії;
* конкретно і чітко пояснювати правила;

**Види дидактичних ігор:**

* Ігри з предметами (іграшками або природним матеріалом),
* Словесні ігри.

Прийомом стимуляції дитячої активності є різні дидактичні вправи. Вони проводяться кілька разів протягом однієї прогулянки. Дидактична вправа може бути запропоновано дітям на початку, в кінці, а може вплітатися в хід спостереження, наприклад, «Принеси жовтий листочок», «Знайди дерево по листу», «Знайди дерево або чагарник з опису» і т. д. Проводять їх з усією групою або з частиною її.

На прогулянках здійснюється робота з розвитку мовлення дитини: розучування потішки або невеликого вірша, закріплення важкого для вимови звуку і т. п. Вихователь може пригадати з дітьми слова і мелодію пісні, яку вивчали на музичному занятті.

Під час самостійної ігрової діяльності діти відображають враження, отримані в процесі НОД, екскурсій, повсякденному житті, засвоюють знання про працю дорослих. Відбувається це в процесі сюжетно-рольових ігор.

**Трудова діяльність дітей на ділянці.**

Велике виховне значення має трудова діяльність на прогулянці. Важливо, щоб для кожної дитини завдання були посильними, цікавими та різноманітними, а за тривалістю — не перевищували 5-19 хвилин в молодшому віці і 15-20 хвилин в старшому віці.

**Формами організації праці дітей є:**

* Індивідуальні трудові доручення;
* Робота в групах;
* Колективна праця.

Індивідуальні трудові доручення застосовуються у всіх вікових групах дитячого саду. Колективна праця дає можливість формувати трудові навички і вміння одночасно у всіх дітей групи. Під час колективної праці формуються вміння приймати загальну мету праці, узгоджувати свої дії, спільно планувати роботу.

У молодшій групі діти отримують індивідуальні доручення, що складаються з однієї-двох трудових операцій, наприклад, взяти корм для птахів і покласти в годівницю. Вихователь по черзі приваблює до годівлі птахів всіх дітей. Або, наприклад, збір камінчиків для виробів. Організовує роботу як «праця поруч», при цьому діти не відчувають ніякої залежності один від одного

У середній групі одночасно можуть працювати дві підгрупи і виконувати різні трудові доручення; потрібна постійна увага вихователя до якості роботи; показ і пояснення всього завдання — послідовні етапи.

У дітей старшого віку необхідно сформувати вміння прийняти трудове завдання, представити результат  виконання, визначити послідовність операцій, відібрати необхідні інструменти, самостійно займатися трудовою діяльністю (за невеликої допомоги вихователя).

**Цільові прогулянки**.

Вихователь організовує спостереження дітей за громадським життям і явищами природи і за межами ділянки. З цією метою організовуються цільові прогулянки.

У молодшій групі цільові прогулянки проводяться раз в тиждень на невелику відстань, на вулиці, де знаходиться дитячий садок. Зі старшими дітьми такі прогулянки проводяться два рази на тиждень і на більш далекі відстані.

Дітям молодшої групи вихователь показує будинки, транспорт,, пішоходів, середньої групи — будівлі громадського призначення (школа, Будинок культури, театр тощо). Зі старшими дітьми проводяться цільові прогулянки на інші вулиці, в найближчий парк або ліс. Діти ознайомлюються з правилами поведінки в громадських місцях та правил вуличного руху.

На цільових прогулянках діти отримують багато безпосередніх вражень про навколишній світ, розширюється їх кругозір, поглиблюються знання та уявлення, розвивається спостережливість і допитливість. Руху на повітрі надають позитивний вплив на фізичний розвиток. Тривала ходьба під час прогулянки вимагає від дітей певної витримки, організованості і витривалості.

В ході прогулянки можлива інтеграція різних освітніх галузей, таких як «Фізична культура», «Здоров’я», «Безпека», «Соціалізація», «Пізнання», «Комунікація» і «Праця».

Завдання освітніх галузей «Фізична культура» і «Здоров’я» вирішуються на прогулянці в ході рухливих ігор з дітьми і розвитку основних рухів і складають один напрямок — фізичний розвиток.

Завдання освітніх галузей «Безпека», «Соціалізація», «Праця» вирішуються на прогулянці в ході трудових доручень, ознайомлення з працею дорослих, спостережень, самостійної ігрової діяльності, дидактичних ігор з дітьми і складають один напрям — соціально-особистісний розвиток.

Завдання освітніх галузей «Пізнання» і «Комунікація» вирішуються на прогулянці через рухливі ігри з дітьми, трудові доручення, ознайомлення з працею дорослих, спостережень, експериментів з предметами навколишнього світу, цільових прогулянок, самостійної ігрової діяльності, дидактичних ігор з дітьми і складають один напрямок — пізнавально-мовленнєвий розвиток.

Змістовні зв’язки між різними розділами програми дозволяють вихователю інтегрувати освітній зміст при вирішенні виховно-освітніх завдань. Наприклад, розширюючи уявлення дітей про природу, педагог виховує у дітей гуманне ставлення до живого, спонукає до естетичних переживань, пов’язаних з природою, вирішує завдання розвитку мовлення, оволодіння відповідними практичними і пізнавальними вміннями, вчить відображати враження про природу в різноманітній ігровій діяльності.

Інтегративний підхід до проведення прогулянок дає можливість розвивати в єдності пізнавальну, емоційну і практичну сфери особистості дитини.

**Вимоги безпеки при організації прогулянок на ділянці дитячого саду.**

Перед виходом дітей на прогулянку, вихователь оглядає територію ділянки на предмет відповідності вимогам безпеки згідно зі своєю посадовою інструкцією.

Перед виходом на прогулянку працівники  , зайняті одяганням дітей повинні стежити, щоб діти не залишалися довго одягненими в приміщенні, щоб уникнути перегріву. Стежити за справністю і відповідністю одягу та взуття дітей мікроклімату і погодних умов.

У разі посилення вітру до неприпустимих параметрів, погіршення погодних умов (дощ, заметіль та ін) під час прогулянки, вихователь повинен негайно завести дітей в приміщення.

При проведенні прогулянки вихователь стежить, щоб діти не йшли за межі ділянки дитячого садка.

У процесі прогулянки вихователь повинен навчати навичкам безпечної поведінки, правилам безпечного поводження з різними предметами.

При виборі ігор вихователь повинен враховувати психофізичні особливості дітей даного віку, попередню діяльність дітей, погодні умови.

Забороняється:

* Залишати дітей самих, без нагляду працівників  ;
* Використовувати в дитячих іграх гострі, колючі, ріжучі предмети, зламані іграшки.

**Про кожний нещасний випадок з дитиною вихователь повинен негайно** сповістити керівника, батьків, при необхідності залучити медичний персонал для надання першої медичної допомоги. При необхідності організувати доставку дитини у відділення швидкої допомоги.

Інструкція проведення прогулянок у ДНЗ.

1. Розробку прогулянки почніть з календарного планування. Її цілі і завдання повинні відповідати поточним планам на даний період часу. Включіть в програмне зміст прогулянки виховні, навчальні та розвиваючі завдання.
2. Підготуйте все необхідне обладнання для організації діяльності дітей. Зверніть увагу на виносний матеріал. Він повинен відповідати змісту прогулянки, відповідати вимогам безпеки. Крім того, виносний матеріал повинен бути підібраний у відповідності з віком дітей. Обов’язково перевірте кількість іграшок. Їх має вистачити для всіх дітей. Неприпустимо, щоб хтось із дошкільників випробував недолік устаткування для гри.
3. Складіть короткий план прогулянки і зафіксуйте його на картці. Це дозволить планомірно здійснити намічені завдання. Крім того, це полегшить проведення прогулянки.
4. Обов’язково налаштуйте вихованців на прогулянку. Нехай вони відчують радість від майбутньої діяльності. У такому випадку вона виявиться продуктивною. Крім того, гарний настрій у поєднанні з фізичними вправами сприятиме поліпшенню загального самопочуття дошкільнят.
5. Підготуйте ділянку для проведення прогулянки. На ньому не повинно бути отруйних або колючих рослин, грибів, кущів з ягодами. Крім того, необхідно прибрати все сміття з території ділянки. У літній час щоранку необхідно поливати і перекопувати пісок у пісочниці. Це допоможе підготувати пісочницю до приходу дітей, а також дозволить виявити можливий сміття в піску.
6. При проведенні прогулянки обов’язково чергуйте види діяльності дошкільнят. Прогулянку почніть із спостереження. Це можуть бути спостереження за об’єктами живої і неживої природи, людьми різних професій.
7. Включіть в прогулянку трудову діяльність. Це може бути допомога дітей розчищення ділянки від снігу, восени — листя і т. д.