

Как сделать прогулку в детском саду интересной

Как можно сделать прогулку в детском саду интересной и познавательной

Что может быть приятнее, чем прогулка летом? **Прогулка** – это одно из основных оздоровительных мероприятий в детском саду, предупреждающая охрану и укрепление здоровья детей, полноценное физическое развитие, различную двигательную деятельность детей.

Разнообразить прогулку с детьми можно с помощью экскурсии по "экологической тропе". Это могут быть запланированные остановки из серии: "Аптекарский огород", "Метеостанция", "Солнечные часы". А может быть целевая прогулка по наблюдению, например, за насекомыми.

На таком маршруте можно:

1. Рассматривать и сравнивать деревья, например: сосна, ель и тополь. Чем похожи эти деревья? Чем отличаются? Почему у ёлочки колючие иголки? Рядом с деревьями удобно играть в дидактические игры: "С какого дерева листок", "Отгадай и подбегай".
2. Рассматривать цветы, называть их, сравнивать, определять, с помощью "рамки", соцветия. Делать фотографии или зарисовки для "центра природы". Именно на нашем участке, деревьев мало, поэтому такая экскурсия помогает детям пополнять наши коллекции. Природный материал - шишки разной формы, интересные камни, кора, палочки и веточки. Листья разных деревьев для альбома. "Мусорная коллекция", это я ее так называю в тайне от детей. Это всякие "блестяшки", сломанные колёсики, кусочки пазлов, фантики и так далее. Многие из этих "находок" хранятся у нас на веранде и используются потом в игре.
3. Наблюдать за погодой. Какие сегодня облака, есть ли осадки, есть ли ветер. И конечно же простые эксперименты. Например, как узнать дует ветер или нет, а в какую сторону? На деревья посмотреть? А если рядом нет деревьев? Вариантов ответов от детей очень много!
4. Наблюдать за птицами. Раскладываем корм в кормушки. Разговариваем о них. И как можно чаще задаём детям вопросы для размышлений. "А почему птицы такие пугливые?"; "А зачем им хвост?"; "А почему у них глаза по бокам расположены?"

Но **самое интересное** - это письма от "хозяина тропы", где он даёт разные задания, чтобы достигнуть какого-либо результата.

Развивающие игры на прогулке

Игра «Чья змея длиннее»

Задача игроков за определённое время, например, 30 секунд, составить из маленьких камушков, собранных во время прогулки, «змею». Выигрывает тот, чья змея окажется длиннее. №10240;

Игра «Ищу-ищу, отыскать хочу»

Как играть: ведущий загадывает слово из предметов вокруг и называет его первую букву, говоря «Ищу-ищу, отыскать хочу что-то на букву... „Д“». Игрок должен осмотреться и назвать объекты на эту букву в зоне видимости. Например, «Это дом?», «Это дерево?», «Это детский сад?». Когда он угадает, то станет ведущим. Почему это полезно: ребёнок учится разбирать слова на буквы. Одновременно он

должен

внимательно

анализировать.

Игра

«Горячо-холодно»

Спрячьте предмет или игрушку и предложите ребёнку найти её при помощи ваших инструкций: вы будете говорить «горячо», когда ребёнок близко, и «холодно», когда ребёнок отдаляется от предмета.

Игра

«Сколько

шагов?»

Выберите какой-нибудь предмет на улице и посчитайте, сколько до него шагов. Можно играть в угадайку: кто угадает, сколько шагов до предмета, тот молодец.

Игра

«Что

ты

видишь?»

Попросить ребёнка перечислить 10 предметов, которые он видит вокруг себя. Вы удивитесь, что дети видят то, что вы совсем не замечали.

Словесные

игры.

Цель: развивать фантазию, воображение, связную речь.

Правило

игры:

Пофантазировать вместе с ребенком над вопросами или придумать свои, которые заставили бы детей с интересом придумывать ответ.

- 1) Если бы с неба шел дождь из еды, что бы ты хотел, чтобы это было?
- 2) На каком животном ты хотел бы прокатиться: на слоне или на жирафе?
- 3) Если бы ты мог переименовать цвета, как бы ты их назвал?
- 4) Если бы наша кошка умела разговаривать, что бы она сказала?
- 5) Если бы ты мог задать вопрос любому дикому животному, что бы ты спросил?
- 6) Если бы у тебя была своя пещера, что было бы внутри?
- 7) Из чего можно построить стену, которую невозможно разрушить?
- 8) Какое животное могло бы хорошо водить машину?
- 9) Каких изобретений не хватает миру?
- 10) Что было бы, если бы машина времени существовала?
- 11) Как был бы устроен мир, если бы люди не придумали деньги?
- 12) Если бы у тебя была волшебная палочка, какие три желания ты бы загадал?

Игра

"Вы

поедите

на

бал?"

Правила игры: чёрного и белого не берите, „да“ и „нет“ не говорите. «Вы поедете на бал?» Нельзя ответить «да», надо придумать какую-то альтернативу, например: «Возможно (может быть, наверное)». Все вопросы вы придумываете сами!

Например: -Вы поедите на бал? Конечно.
- В чем вы поедите? В платье.
- Какого цвета? В красном.
- Куда поедите?
- На чем?

Топ

игр

с

мячом

на

прогулке.

С мячом с детства знаком каждый из нас. Мяч - любимая игрушка детей на прогулке. Я использую его и в подвижных, и математических играх, и даже в развитии речи. Мальчишки играют с ним в "футбол", девочки в "Съедобное - несъедобное", "Я знаю 5

имён" и так далее. Расскажу Вам о самых интересных, на мой взгляд, играх с мячом. Это хиты нашей группы.

Игра «Горячая картошка»

Все дети встают в круг и бросают мяч друг другу, если кто-то из ребят не поймает (упустит) мяч, то он садится в центр круга на корточки и становится "картошкой". Постепенно в центре набирается целый огород "картошек".

Игра «Убегающий мяч»

Дети встают в круг, у двух детей, которые стоят напротив друг друга по одному мячу. Один мяч "догоняет", второй "убегает". Мячи нужно быстро передавать из рук в руки и если один мячик догонит другой, то ребенок, у которого был "убегающий" мяч: 1. Выходит из игры или 2. Выполняет задание детей.

Игра "Отвечай, не зевай"

Дети стоят в кругу. В центре ведущий с мячом. Он, по очереди, задаёт каждому ребёнку вопрос, например: "Как зовут твою маму?", "Какое число следующее после 5?", "Какой день недели после вторника"? Ребенок быстро отвечает и кидает мяч обратно. Если ребенок не отвечает быстро, то выполняет задание ведущего.

Игра "Собачка"

Дети встают в круг, водящий "собачка" в центре круга. Дети начинают перебрасывать мяч друг другу через центр круга. Водящий старается дотронуться до мяча. Если ему это удалось, то он встаёт в круг, а тот, от кого "ушёл" мяч, становится "собачкой".

Прогулка в детском саду открывает большие возможности для всестороннего и гармоничного развития личности ребёнка. Познание окружающего мира, живой природы, повышение иммунитета — всё это позволяют ежедневные прогулки.

Прогулка в жизни ребенка занимает важное место.

Во время прогулки происходит познание окружающего мира, ребенок учится общаться со сверстниками, также прогулка имеет оздоровительное значение.

Родители понимают, что ребенку нужно гулять как можно больше. Однако не все знают о значении прогулки для детей. Прогулки на свежем воздухе важны для каждого человека, и особенно для детей. Они позитивно влияют на здоровье и эмоциональное состояние крохи. С их помощью можно улучшить состояние организма в целом. В первую очередь во время пребывания на свежем воздухе легкие очищаются от аллергенов и пыли, благодаря этому улучшаются функции верхних дыхательных путей и слизистой носа.

Прогулка является надежным средством укрепления здоровья и профилактики утомления. Пребывание на свежем воздухе положительно влияет на обмен веществ, способствует повышению аппетита, усвояемости питательных веществ, особенно белкового компонента пищи. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития. 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.

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.

Длительность пребывания на свежем воздухе в разные сезоны года существенно варьирует, но даже в холодное время и ненастную погоду она не должна быть отменена. Режимом дня в группах дневного пребывания предусмотрены 2 прогулки, продолжительностью около 4-4.5 ч.

Зимой прогулки с младшими дошкольниками разрешается проводить при температуре воздуха не ниже -15° , со старшими - не ниже -22° . При этих же значениях температур, но сильном ветре рекомендуется сокращать продолжительность прогулки, если нет возможности защитить детей от ветра специально устроенным навесом.

Также прогулка способствует умственному воспитанию. Во время пребывания на участке или на улице дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения. 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 стремятся найти ответ. Все это развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей.

Прогулки решают не только воспитательные, но и оздоровительные задачи. На них педагог проводит индивидуальную работу по развитию движений, подвижные, спортивные игры, развлечения и физические упражнения. Специальное время отводится для трудовой и самостоятельной деятельности детей. Разумное чередование и сочетание этих разнообразных занятий делает прогулку интересной, привлекательной. Такая прогулка обеспечивает хороший отдых, создает у детей радостное настроение.

Большинству кажется, что на зимней прогулке ребенок замерзнет и непременно заболеет. И связывают простудные заболевания детей именно с прогулками в зимний период.

Прогулки с ребенком должны быть каждый день и в любую погоду. Вас не должны пугать ветер, дождь, холод или жара. Ребенок должен со всем этим сталкиваться, чтобы в дальнейшем не возникало «сюрпризов» в виде простуды при первом же ветре и прочего.

Как одевать ребенка на прогулку?

Чтобы прогулка приносила только радость, необходимо знать, как одевать ребенка по погоде. В противном случае перегрев или переохлаждение могут привести к различным заболеваниям, а иммунитет ребенка будет подвергаться постоянным испытаниям.

Летом одежда должна быть из легких тканей, хорошо впитывающих и легко отдающих влагу.

Ребенок легко перегревается и переохлаждается, поэтому ему нужно создать состояние теплового равновесия, которое достигается правильно подобранной одеждой. Последнее особенно важно, если ребенок, гуляя, много двигается.

Не забывайте и о том, что двигательная активность детей на прогулке значительно выше, чем у взрослых. Поэтому одевайте ребенка так, чтобы, если жарко, вы могли что-то снять или если наоборот прохладно, возьмите с собой какую-то кофточку. Выбирая детскую одежду, ориентируйтесь на то, чтобы ребенок на прогулке не был стеснен в движениях, чтобы ему было удобно бегать, прыгать, подниматься после падений, крутить головой. Детская одежда должна быть не только красивой, но и удобной и практичной! Как же все-таки одевать ребенка летом, осенью, зимой? Существует очень простая система, но не многие о ней знают. Называется она «один – два – три». Расшифровывается она достаточно просто: прогулки с детьми летом сопровождаются одним слоем одежды, весной и осенью двумя, ну а зимой одевают три слоя одежды. Прогулки с детьми летом старайтесь устраивать не в самую жару, но и выходя на улицу утром и вечером на улице достаточно жарко. Поэтому выбирайте дышащие ткани, лучше всего хлопчатобумажные. Не поддевайте майку, достаточно будет тоненькой футболки или сарафанчика. Под сандалики надевайте тоненькие льняные носочки. Без носков ребенок может натереть ножки.

А не замерз ли ребенок?

- Во-первых, необходимо обратить внимание на поведение самого ребенка. На холод ребенок очень бурно реагирует - громко кричит, двигается. Кожа приобретает бледный оттенок.

- Во-вторых, по шее, переносице и руке выше кисти.

- В-третьих, ледяные ноги (проверьте, не стала ли обувь маленькой или впрыток, это способствует переохлаждению).

- В-четвертых, ребенок не будет молчать, если ему холодно. Если он «не замечает» - это означает, что ему хорошо.

Признаки перегрева ребёнка.

- Первый признак перегрева - жажда, то есть ребенок просит пить;

- на прогулке постоянно теплое лицо, а на улице при этом ниже -8° ;

- слишком теплая, почти горячая спина и шея;

- очень теплые руки (руки и ноги, это такие специальные части тела, которые должны быть, по причине особенностей кровообращения, «комнатной» температуры).

Нельзя гулять!

- Нельзя гулять, когда ребенок болен (высокая температура, слабость, боль, тем более,

если болезнь заразна, чтобы не заражать других людей.

- Но в период выздоровления гулять можно и нужно. Свежий прохладный воздух способствует выздоровлению. Особенно при болезнях дыхательных путей. Так как он способствует разжижению слизи. На улице ребенок будет эффективно кашлять, отхаркивая мокроту. Это хорошо, и не является признаком ухудшения его состояния!

Плюсы прогулки:

- + повышает приспособляемость и работоспособность организмов и систем растущего организма;
- + содействует закаливанию организма, профилактике простудных заболеваний;
- + формирует здоровье сберегающее и здоровье укрепляющее двигательное поведение;
- + формирует правильные навыки выполнения основных движений, важных элементов сложных движений;
- + идет ускоренное развитие речи через движение;
- + воспитывает положительное отношение к природе, чувство ответственности за состояние окружающей среды и природы в целом;
- + развивает способность отмечать и производить первичный анализ сезонных изменений в жизни окружающей среды. Каждый ребенок должен как можно больше бывать на свежем воздухе – это совершенно необходимо для его здоровья. Прогулка – это замечательное время, когда взрослый может постепенно приобщать малыша к тайнам природы – живой и неживой, рассказывать о жизни самых различных растений и животных. Это можно делать везде и в любое время года – во дворе городского и сельского дома, в парке, в лесу и на поляне, возле реки, озера или моря. Гуляйте больше со своими детьми и получайте от прогулок как можно больше удовольствия.