

Консультация для родителей «Осенние прогулки»

Прогулка это один из важнейших компонентов дневного режима в детском саду. Это наиболее доступное средство закаливания. Прогулка способствует повышению выносливости детского организма и его устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

Прогулка способствует развитию движений, потому как там дети играют и активно двигаются. Ознакомление с окружающим миром способствует воспитанию у детей любви к родному городу. Для детей организуются утренние и вечерние прогулки, продолжительность каждой от часа до двух.

Но часто воспитатели сталкиваются с проблемой, неосведомленности родителей о пользе прогулки. 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. Во время прогулки ребенок получает необходимый компонент для развития организма- витамин Д, и кислород. Точнее, воздуха, который более насыщен кислородом, чем в помещении. Несмотря на состояние экологии в больших городах, воздух вне помещения до сих пор более «свежий», чем внутри него. Кроме того, для многих будет откровением, что он менее насыщен разного рода вредной «химической» пылью, чем в доме — если, конечно, вы не избегаете использования пластика, синтетических материалов и моющих средств в вашей квартире. Регулярное получение более насыщенного кислородом воздуха стимулирует кровообращение, улучшает аппетит, повышает мозговую активность вашего ребёнка. У дошкольников вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система. А преодоление различных препятствий делает их ловкими, подвижными, выносливыми и укрепляет их мышечную систему.

Прогулку необходимо правильно организовать. В первую очередь необходимо удостовериться в готовности и безопасности оборудования на участке, предназначенном для прогулок. Все игровые снаряды должны быть укреплены. Во вторых необходимо проверить соответствие одежды детей погоде. Нельзя допускать переохлаждения и перегрева организма ребенка. Одним из главных моментов, помимо безопасности, является сама деятельность на прогулке. Она должна быть разнообразной.

Составные части прогулки:

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

Наблюдение

Задача взрослого: поддержать у детей стремление замечать изменения в природном окружении, а если что-то упустили — привлечь внимание. Наблюдательность предполагает умение слушать и активно воспринимать услышанное. Но на прогулке ребенок сталкивается с массой отвлекающих его

моментов: пролетела бабочка, шум проезжающей машины и т. д. Удержать внимание ребенка младшего дошкольного возраста очень не просто.

Поэтому наблюдения должны быть нерастяннутыми по времени (не более 7—10 минут, яркими, интересными, содержательными, несущими в себе новизну. Этому способствуют, во-первых, сами объекты наблюдения и всплеск положительных эмоций детей при их виде, во-вторых, образная речь взрослого, его умение использовать стихотворные тексты, загадки, пословицы и поговорки, которые воспринимаются детьми с большим интересом, обогащают их словарный запас, развивают эстетические чувства. Главное — не оставлять детей равнодушными при виде ярких образов природного окружения. Поддержание интереса к ежедневным наблюдениям происходит за счет того, что детям каждый раз предлагается новый объект для непосредственного ознакомления. Наблюдения за растениями, животными, птицами и насекомыми перемежаются знакомством с людьми разных профессий, ознакомлением с общественной жизнью — жизнью улицы. Целевые прогулки по территории детского сада способствуют возникновению стойкого желания наблюдать.

Трудовая деятельность

На прогулке большое воспитательное значение имеет трудовая деятельность.

Формами организации труда детей являются:

- Индивидуальные трудовые поручения;

индивидуальные трудовые поручения применяются во всех возрастных группах.

- Коллективный труд.

Игровая деятельность:

Проведение подвижных игр на открытом воздухе обеспечивает выполнение одной из важных задач физического воспитания – совершенствование функциональных систем и закаливание организма ребёнка.

Прогулка с ребенком должны быть каждый день и в любую погоду. Не должны пугать ни 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. Прогулки на улице являются отличной профилактикой проблем со зрением, и в том числе близорукости. Дело в том, что при нахождении на улице ребенок постоянно перемещает взгляд с близлежащих объектов на предметы, находящиеся вдалеке, и обратно, а это является своеобразной тренировкой для глаз, укрепляющей зрение малыша.

Наиболее яркие впечатления ребенок получает во время осенних прогулок. Осень переходный сезон, в это время природа очень быстро меняется. Сначала появляются яркие краски, потом листва с деревьев опадает, и они становятся серыми и унылыми. Температура воздуха понижается, и ребенок понимает, что на улице с каждым днем становится все холоднее. Но именно в это время года легко привлечь внимание детей к природе, заинтересовать их и показать, как устроена жизнь.

Как сделать так, чтобы осенняя прогулка стала для детей интересной и познавательной?

Чем можно занять ребёнка на прогулке осенью?

Наблюдение во дворе. Оглянемся вокруг и задумаемся – что изменилось в природе с приходом осени? Пусть во дворе растёт одно – единственное дерево – и оно может стать замечательным пособием. Подходите к нему раз в несколько дней – рассматривайте и трогайте листики. Качаясь на качелях, можно «полететь вместе с птичками» в теплые края, любуясь цветом осеннего неба. В песочнице – потрогать прохладный песок и обратить внимание на теплую одежду приятелей. А потом вместе с ними отправиться на поиски тонких корочек льда. Если подержать в руке это прозрачное хрупкое чудо, кроха увидит и почувствует, как холодное стёклышко на глазах превращается в тёплую капельку. Вот так фокус. Прогулка в парк. В разных уголках парка можно наблюдать многоликость пейзажей и растений. Сегодня вы полюбуетесь раскидистым клёном и соберёте под ним нарядный букет. Завтра добавите в композицию веточки рябины. Дуб по праву займёт почётное место в прогулках. Обнаружив под ним однажды гладкий жёлудь, да ещё с симпатичной шляпкой. Поиграйте в игры, их можно придумать прямо на ходу. Например, показывая лист, попросить ребёнка определить с какого дерева он упал, постараться вспомнить его название. Можно сопровождать игру такими слоганами как: «Раз, два, три, дерево с такими листьями найди!». Такая игра будет и интересна, и познавательна. Будет веселей, если пригласить к участию других детей. Также осенью будут интересны наблюдения за насекомыми. В самом её начале они ещё ползают, летают, особенно если стоят солнечные деньки. Насекомые проявляют свою активность именно в то время, когда стоит теплая погода. Объясните, что с наступлением холодов насекомые исчезнут, поэтому и улетают в тёплые края птицы, которые ими питаются (такие как дрозды, грачи, скворцы, соловьи, журавли).

Во время прогулки дети очень радуются осенним листьям. Благодаря этому на прогулке можно закрепить цвета, этот листик красный, этот листик жёлтый.

Приметы осени.

- Белки делают большой запас на зиму — жди зимой сильных морозов.
- Много рябины уродилось — значит, осень дождливая будет, а зима морозная.
- Высоко птицы перелетные летят — холода уже близко.
- Если листва с деревьев опала очень быстро, то зима будет холодной.
- Листва с берез опадает неравномерно — долго снега не будет.
- Кошка мордочку прячет, хвостиком прикрывает — к похолоданию.

Любая ваша совместная деятельность на осенней прогулке будет вдвойне полезна, если добавить к ней улыбки и хорошее настроение! Тогда никакая осенняя депрессия вам не будет страшна.