

Артемова О.В.

воспитатель ГБДОУ детский сад №90  
Невского района  
Санкт - Петербурга

### **Игры во время прогулки: приемы и методы работы.**

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития и профилактики утомления. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закалывания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды особенно к простудным заболеваниям. Активная двигательная активность детей наиболее целесообразна во время прогулок, как утром так и вечером. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. Дети становятся более подвижными, ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус. Длительность пребывания на свежем воздухе в разные сезоны года меняется, но даже в холодное время и ненастную погоду она не должна быть меньше 3-4 часов. Летом это время значительно увеличивается. Чтобы дети охотно собирались на прогулку, мы заранее продумываем её содержание, вызываем у малышей интерес к ней с помощью игрушек, сюрпризных моментов или рассказа о том, чем они будут заниматься. Учим детей одеваться и раздеваться самостоятельно и в определённой последовательности. Сначала все они одевают колготки, футболки, кофты, гамаши, брюки, пальто, шапку, шарф, обувь и варежки. При возвращении с прогулки раздеваются в обратном порядке. Детей помогает одевать помощник воспитателя, но давая им возможность самим сделать то, что они могут. Приучаем детей к тому, чтобы они оказывали помощь друг другу, не забывали поблагодарить за оказанную услугу. Когда подгруппа детей оденется, выходим с ними на участок. За остальными детьми следит помощник воспитателя, затем провожает их воспитателю. Выходя на прогулку, дети помогают выносить игрушки и материал для игр и занятий на воздухе. Чтобы прогулка была содержательной и интересной, планируем наблюдения за природой, за окружающим миром, подвижные, спортивные игры, индивидуальную работу по развитию движений, трудовые поручения так же являются неотъемлемой частью прогулки. Наблюдение проводим в начале прогулки: обращаем внимание детей на состояние погоды, отмечаем сезонные изменения в природе, наблюдаем за деревьями, птицами, животными, транспортом, прохожими, за трудом взрослых. Используем художественное слово, читаем стихи, учим поговорки, пословицы, учим отгадывать загадки. Ведущее место на прогулке отводится подвижным играм. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий. Если занятия были с умственной нагрузкой, то прогулку начинаем с подвижной игры, если предшествовали динамические занятия (физкультурные, музыкальные), то

игру организуем в середине прогулки. Подвижную игру начинаем с выбора на роль водящего. Дети сами предлагают выбирать водящего считалкой. Перед началом игры напоминаем правила игры. Побуждаем активно двигаться малоподвижных ребят, которые во время прогулки предпочитают спокойные игры. Наши дети любят играть в игры: «Мы весёлые ребята», «Хитрая лиса», «Мышеловка», «Баба Яга», «Затейники», «Удочка», «Охотники и зайцы», «Бездомный заяц», «Попади в обруч» и другие. Затем предлагаем детям игрушки для организации творческих игр. Дети играют в семью, Затем предлагаем детям игрушки для организации творческих игр. Дети играют в семью, путешествие, моряки, космонавтов, больницу. Предлагаем обыгрывать день рождения зайки, покатать кукол с горки, строить замок, для игрушек. Выносим кукол, детские коляски, саночки, машины (обязательно должны быть с верёвочками), предметы-заместители. Дети самостоятельно договариваются о сюжетах игр, распределяют роли, подбирают атрибуты, игрушки. Для самостоятельной двигательной активности детей на прогулку выносим кегли, обручи, вожжи, скакалки, мячи, карандаши, печатки, песочные наборы, предлагая ребятам заняться самостоятельными играми. В это время приглашаем к себе детей для индивидуальной работы на закрепление основных видов движений. Это - игры с мячом, метание в цель, упражнения в равновесии, спрыгивание с пеньков, перешагивание через предметы. Во время прогулок следим за тем, чтобы все дети были заняты, не скучали, чтобы никто не замёрз или не перегрелся. Тех детей, кто много бегают, привлекаем к участию в более спокойных играх. Также большое внимание уделяем трудовой деятельности детей. Содержание и формы её организации зависит от погоды и времени года. Так, осенью дети собирают семена, листья, зимой могут сгребать снег, делать из него разные сооружения. Также поручаем детям уборку участка от камушков, веточек, подмести дорожки, помочь малышам младшей группы убирать игрушки. В конце обращаем внимание на результаты своего труда. Применяем пословицы: «Кто не работает – тот не ест», «Умелые руки не знают скуки», «Сделал дела – гуляй смело». Прогулки не рекомендуется завершать подвижной игрой, поэтому мы в конце прогулки играем в малоподвижные, спокойные игры: «Море волнуется», «Карусели», «Кого не стало». «Узнай по голосу», «Водяной». По завершению прогулки дети спокойные поднимаются в группу, у них хороший аппетит, здоровый сон. В режиме дня детского сада предусматриваются две прогулки: в первой половине дня и во второй. Во время прогулки в полной мере должны реализовываться воспитательно-образовательные задачи. Оздоровление детей. Физическое развитие. Развитие самостоятельности. Расширение кругозора. Ознакомление с окружающим миром. Воспитание эстетических чувств, культуры поведения. Педагог способствует развитию у детей элементарных естественно - научных представлений о физических свойствах окружающего мира, формированию географических представлений (в соответствии с возрастными возможностями) и экологической культуры, эмоционально положительного отношения к живой и неживой природе. В целях успешной реализации вышеперечисленных задач необходимо тщательное перспективное планирование этого режимного момента. При планировании прогулки воспитатель должен учитывать

множество разнообразных факторов: погодные условия, возраст и контингент детей, наличие инвентаря и соответствующего оборудования, предыдущие занятия в группе и многое другое. Структуру прогулки условно можно представить следующим образом: наблюдение, рассматривание; трудовая деятельность детей; подвижные игры; индивидуальная работа детьми; самостоятельная деятельность детей; индивидуальные беседы с детьми; организация свободной деятельности детей; индивидуальная работа с детьми (развитие речи, познавательное развитие); работа по звукопроизношению, разучивание стихотворений. Разновидности прогулок Типовая — максимально свободная деятельность детей (максимум атрибутов). Комбинирование: целевая прогулка и свободная деятельность. Прогулка — экскурсия — поход. Спортивные эстафеты. Наблюдения — это в первую очередь наблюдения за сезонными явлениями в живой и неживой природе. Важно закреплять представления детей о том, что эти изменения влияют на жизнь животных и человека, научить делать выводы о взаимосвязях различных природных явлений. Предпочтительно планировать наблюдения на прогулке по дням недели. Наблюдение развивает пытливость, любознательность. Воспитатель поддерживает интерес детей к приметам времени года, задает вопросы, которые направляют внимание ребенка и побуждают его к дальнейшим наблюдениям. Полученные наблюдения можно закрепить последующими зарисовками, составлением рассказов. На летней, весенней, зимней, осенней прогулке педагоги периодически обращают внимание детей на цветовую гамму окружающих детский сад деревьев. Использование стихотворений на определенную тему при наблюдениях и рассматривания помогает усилить впечатления детей от осенней прогулки. Стихи о природе, загадки, народные приметы и пословицы — все эти нехитрые словесные приемы позволяют сделать прогулку более эмоциональной, направить наблюдение детей в нужное русло. Трудовая деятельность. Детей привлекают к сбору семян: с клумбы, осенних листьев для гербария и украшения групповой комнаты, пересаживанию цветы с клумбы в горшки для уголка природы, поддержанию порядок на прогулочном участке и верандах. Для успешного решения задач по развитию самостоятельно и аккуратности, привитию трудолюбия очень важно правильно подобрать детский инвентарь — грабли, лопатки, совки, ведерки. Большое значение при организации работы с детьми на прогулке имеет эмоциональное отношение к делу, которое задает воспитатель еще до начала работы. Не всегда сама работа будет интересовать детей, иногда их привлекает цель, поставленная воспитателем, а во время выполнения работы захватывают общность интересов, слаженность, соревновательного момента. Не менее важно создать правильную мотивацию, объяснить, почему необходимо сделать эту работу именно сегодня и именно таким способом. Детей старшей группы следует подводить к пониманию того, что нужно делать не только интересную работу, но и необходимую разнообразить и скрасить монотонную деятельность, воспитатель может предложить детям отгадать загадки. Чтобы правильно руководить наблюдениями и трудовой деятельностью детей на прогулке, воспитатель должен пополнять свои знания по биологии растений и животных, владеть практическими умениями и навыками в этой

области, а также методикой проведения наблюдений, экскурсий, организации труда детей старшего дошкольного возраста. Подвижные игры. Подвижные игры планируются и проводятся воспитателем самостоятельно, с учетом пожеланий детей, по рекомендациям узких специалистов или тематически. Они могут быть весьма разнообразны, поэтому во избежание монотонности целесообразно спланировать подвижные игры по дням недели. Такое планирование позволяет учесть интересы каждого ребенка, полностью охватить программный материал по разделу подвижных игр, организовать деятельность воспитателя. Обязательно две подвижных игры. Индивидуальная работа Индивидуальная работа на прогулке тщательно планируется. При этом учитываются рекомендации узких специалистов. Это может быть закрепление, каких-либо навыков, разучивание физкультурного упражнения с одним или несколькими отстающими детьми, отработка звукопроизношения, заучивание стихов, беседа по рекомендации педагога – психолога. Важно, чтобы ребенок, с которым ведется индивидуальная работа, понимал ее необходимость и охотно выполнял предложенные задания. Самостоятельная деятельность Самостоятельная деятельность детей на прогулке также нуждается в грамотном руководстве. Воспитатель может предложить детям организовать сюжетно - ролевую или подвижную игру, занимательные задания, игрушки или инвентарь для труда и т.д. Необходим постоянный контроль за самостоятельной деятельностью детей. Как театр начинается с вешалки, так и прогулка начинается с раздевалки. Немаловажным фактором, влияющим на здоровье ребенка, является его одежда. Педагогический коллектив детского сада должен проводить беседы с родителями по этому вопросу одежды и обуви ребенка. Одежда и обувь ребенка должны быть легкими, подходить по размеру, стеснять движений, быть из натуральных материалов и соответствовать практическими умениями и навыками в этой области, а также методикой проведения наблюдений, экскурсий, организации труда детей старшего дошкольного возраста.

#### Подвижные игры.

Подвижные игры планируются и проводятся воспитателем самостоятельно, с учетом пожеланий детей, по рекомендациям узких специалистов или тематически. Они могут быть весьма разнообразны, поэтому во избежание монотонности целесообразно спланировать подвижные игры по дням недели. Такое планирование позволяет учесть интересы каждого ребенка, полностью охватить программный материал по разделу подвижных игр, организовать деятельность воспитателя. Обязательно две подвижных игры. Индивидуальная работа Индивидуальная работа на прогулке тщательно планируется. При этом учитываются рекомендации узких специалистов. Это может быть закрепление, каких-либо навыков, разучивание физкультурного упражнения с одним или несколькими отстающими детьми, отработка звукопроизношения, заучивание стихов, беседа по рекомендации педагога – психолога. Важно, чтобы ребенок, с которым ведется индивидуальная работа, понимал ее необходимость и охотно выполнял предложенные задания. Самостоятельная деятельность Самостоятельная деятельность детей на прогулке

также нуждается в грамотном руководстве. Воспитатель может предложить детям организовать сюжетно - ролевую или подвижную игру, занимательные задания, игрушки или инвентарь для труда и т.д. Необходим постоянный контроль за самостоятельной деятельностью детей. Как театр начинается с вешалки, так и прогулка начинается с раздевалки. Немаловажным фактором, влияющим на здоровье ребенка, является его одежда. Педагогический коллектив детского сада должен проводить беседы с родителями по этому вопросу одежды и обуви ребенка. Одежда и обувь ребенка должны быть легкими, подходить по размеру, стеснять движений, быть из натуральных материалов.

Для детей этого возраста игры усложняются по содержанию, правилам, количеству ролей, введению заданий на коллективное соревнование. Подвижные игры и игровые упражнения мы организуем ежедневно во время утренней и вечерней прогулок. Организуя прогулку, мы учитываем, какие занятия предшествовали ей. Если они носили подвижный характер, то прогулку начинаем с наблюдения или самостоятельной деятельности детей. Если же дети на занятиях были ограничены в движениях, то прогулку начинаем с проведения подвижной игры, игровых или спортивных упражнений. Стараемся соотносить содержание и проведение игр со временем года, состоянием погоды, местом проведения, периодом прохождения определённого раздела программы. Учитываем также интересы и желания детей, их подготовленность. Так при холодной погоде игры с активными движениями (бег, прыжки) чередуем с видами деятельности умеренно подвижного характера (ходьбой, метанием, подлезанием). Такое чередование характера и темпа двигательной деятельности создаёт возможность отдыха для детей и предохраняет их как от замерзания, так и от перегревания, поддерживает положительно – эмоциональное состояние психики. В основном мы проводим на прогулке одну, общую для всех детей подвижную игру и 1 – 2 игры с подгруппой детей (по желанию детей). В таких играх как «Ловишки», «Хитрая лиса», «Караси и щука», «Два Мороза», «Чьё звено скорее построится?» и др. активное участие могут принимать все дети группы. Игры, построенные на очередности действий (н-р, «Кто скорее вытянет ленту?», «Попади в обруч», «Пройди – не упади» и т.п.), способствуют воспитанию воли, приучают к сдержанности, но связаны с ожиданием, однообразием статического положения. Поэтому, их целесообразнее проводить с подгруппой детей. Стараемся организовывать подвижные игры различные по содержанию (сюжетные: «Гуси-лебеди», «Караси и щука», и несюжетные: «Ловишки», «Третий лишний», «Кто скорее к своему флажку»), по преобладающему виду движений (бег, прыжки, метание, лазание, ходьба), по степени подвижности (большой, средней и малой подвижности). Используем в играх различные физкультурные пособия (мячи, обручи, кегли, флажки и др.), оборудование на участке (лестницы, дуги для подлезания, скамейки). Для совершенствования движений, развития физических качеств и повышения интереса к игре мы изменяем или усложняем правила, вводим дополнительную роль, проводим разные варианты одной игры (н-р, «Ловишки», «Ловишки с мячом», «Ловишки с лентами», «Ловишки – ноги от земли»). При организации подвижных игр и игровых упражнений на прогулке мы принимаем во

внимание и степень двигательной активности каждого ребёнка. Так, у детей с высокой двигательной активностью преобладают игры и упражнения высокой степени интенсивности (бег друг за другом, с ловлей, прыжки, подскоки). Они отличаются неумением выполнять движения в умеренном темпе и нежеланием заниматься спокойными видами деятельности. Поэтому от таких детей мы добиваемся более точного выполнения движений, даём упражнения на воспитание выдержки, настойчивости, стараемся регулировать их самостоятельную деятельность, чередуя деятельность с интенсивными движениями с деятельностью, предполагающей более спокойные движения (упражнения с кеглями, мячом). Малоподвижным детям присуща деятельность с преобладанием статических поз. Они не любят коллективные игры, предпочитают игры низкой степени интенсивности. Таких детей на прогулке мы чаще привлекаем к спортивным и игровым упражнениям, требующих активных движений (бег за мячом, катание мяча, прыжки) и состоящих из навыков, усвоенных детьми на занятиях. Для развития уверенности в себе и воспитания интереса к подвижным играм часто даём им ведущие роли, отмечаем их успехи. Объяснение новой игры в старшей группе в отличие от предыдущих групп чаще всего даётся не только в её ходе. Мы рассказываем детям всё содержание игры от начала до конца, особенно обращая внимание на правила. Наиболее сложные правила показываем (где и как нужно встать, как подлезть, оббежать и т.п.). С помощью вопросов предлагаем детям повторить ход и правила игры. Распределение ролей и выбор водящего чаще происходит с помощью воспитателя. Мы можем сами назначить, кто будет водить, чтобы поощрить новенького ребёнка или, наоборот, показать на примере активного, как нужно выполнять правила в игре, или отклонить просьбу самоуверенного ребёнка и поручить её робкому, застенчивому. В другом случае используем считалки. Можно предложить самим детям выбрать водящего и объяснить, почему они поручают эту роль именно данному ребёнку. Иногда, чтобы оживить игру или показать некоторые действия, правила, роль водящего мы берём на себя. В процессе игры мы следим за движениями, действиями и взаимоотношениями детей, выполнении ими правил, дозировкой нагрузки, подаём сигналы к выполнению действий, даём краткие указания, поощрения. В этом возрасте дети могут и самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры. В этом случае мы наблюдаем за ходом игры и взаимодействиями детей, направляя и поддерживая развитие игры. Детей в старшем возрасте интересует не только процесс игры, но и её результат. Им хочется знать, кто был самым ловким, самым быстрым, метким и т.д. Поэтому в конце игры мы кратко подводим её итог. Отмечаем успехи детей, называем удачно выполнивших свои роли, проявивших смелость, выдержку, ловкость, а также указываем на нарушение правил и связанные с этим действия детей.