

Как проводить прогулку в соответствии ФОП ДО

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. 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.



Цель прогулки – укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

Задачи прогулки:

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;
- способствовать повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста;
- оптимизировать двигательную активность детей;
- способствовать познавательно-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному, физическому развитию детей.

На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать различные препятствия, становятся ловкими, смелыми, выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус.

Основная задача педагогической работы воспитателя на прогулке состоит в обеспечении активной, содержательной, разнообразной, интересной для детей деятельности. 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.

Кроме СанПиН, прогулки нужно проводить в соответствии с ФОП ДО.

1. Место прогулки в образовательной деятельности ДОО. В ходе прогулки с детьми педагоги организуют разные виды деятельности. Прогулка – один из компонентов режима дня в ДОО, как и сон, образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору – самостоятельная деятельность, прием пищи, личная гигиена (п. 35.3 ФОП ДО). Сама прогулка не является занятием, но в ходе нее педагоги могут проводить различные занятия. Форма организации жизни и деятельности детей в ДОО – это игра, которая занимает особое место в образовательном процессе (п. 24.7 ФОП ДО). Культурные практики – это игровая, продуктивная, познавательно-исследовательская, коммуникативная практики, чтение художественной литературы (п. 24.19 ФОП ДО)

2. Организационные моменты до и после прогулки. Так как прогулка – режимный момент, ее необходимо включать в режим дня. Также важно заложить время на организационные моменты. Согласно режиму дня осмотр воспитанников педагоги проводят во время утреннего приема. А вот кроме непосредственно самой прогулки, в

режиме дня необходимо учитывать подготовку к ней, когда воспитатель организует детей и выводит их в приемную. Вместе с помощником воспитателя он помогает одеваться воспитанникам, которые сами с этим еще не справляются. Перед прогулкой важно заложить время на водные процедуры – умывание и посещение туалета. Возвращение воспитанников с прогулки тоже занимает время, которое нужно предусмотреть в режиме. После прогулки дети также посещают туалет, моют руки, чистят нос. Время на беседу перед прогулкой закладывать не нужно, так как воспитатель общается с детьми в процессе сборов. Например, напоминает им правила поведения, формирует интерес к тому, чем они будут заниматься на улице. Проверять детские шкафчики педагог должен в свободное время, которое включать в режим дня не нужно.

3. Содержание прогулки на территории детского сада. Разработчики ФОП ДО уделили внимание образовательной деятельности во время прогулок с детьми на территории ДОО и описали ее в отдельном пункте программы. Образовательная деятельность во время прогулки на территории ДОО может включать разные виды деятельности. Например, дети наблюдают за объектами и явлениями природы. Чтобы оптимизировать режим двигательной активности детей, педагоги проводят подвижные игры и спортивные упражнения. При необходимости организуют спортивные праздники. На прогулке дети экспериментируют с объектами неживой природы, играют в сюжетно-ролевые и конструктивные игры. Также педагоги организуют элементарную трудовую деятельность детей на участке, проводят с ними индивидуальную работу (п. 24.15 ФОП ДО). С памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий педагоги знакомят детей в ходе туристских прогулок за территорией ДОО с дополнительным сопровождением и санитарными стоянками (п. 22.7.2 ФОП ДО)

4. Разновидности прогулок с детьми по ФОП ДО. Педагоги могут гулять с детьми не только на территории детского сада, поэтому прогулки отличаются целями, задачами и содержанием. Авторы методических пособий приводят свои классификации прогулок. Разработчики ФОП ДО выделили в документе только основные виды. ФОП ДО предусматривает пешие прогулки на территории детского сада, а также за его пределами. Когда педагоги выходят с детьми за территорию, они организуют туристскую прогулку, прогулку-экскурсию. Туристская прогулка – это одна из форм активного отдыха детей в ДОО. В ходе прогулок педагоги организуют разные виды детской деятельности, предусматривают время для самостоятельных игр детей, в том числе по интересам. При этом отдельную прогулку по интересам, например с подгруппой детей, педагоги не проводят.

5. Организация прогулок с детьми. Основные компоненты режима дня в детском саду: сон, прогулка, образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору – самостоятельная деятельность, прием пищи, личная гигиена (ФОП ДО). Режим дня должен быть гибким, а время приема пищи, интервалы между приемами пищи, длительность суточного сна, время отхода ко сну; ежедневная прогулка должны оставаться неизменными (ФОП ДО). Продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3 часов в день. Если температура воздуха ниже -15 °С, а скорость ветра более 7 м/с, продолжительность прогулки сокращается (СанПиН 1.2.3685-21). А вот увеличивать прогулку за счет сна детей нельзя. Когда педагог собирается с группой на прогулку, он не должен допускать того, чтобы дети в одежде толпились в раздевалке и ждали, пока остальные оденутся. Они вспотеют в верхней одежде, могут замерзнуть на прогулке и заболеть. Чтобы избежать этого, воспитатель и помощник воспитателя могут собирать и выводить детей на улицу по подгруппам. Во время прогулок, нужно контролировать состояние здоровья детей. При необходимости педагог должен ограничить физическую нагрузку.