

Консультация для родителей «Оздоровление детей в холодное время года»



Составитель: воспитатель
Кудрявцева Елена Геннадьевна

Прогулка в детском саду является важнейшей составляющей образовательного и воспитательного процесса, так как способствуют расширению представлений детей об окружающем мире (природе, деятельности и взаимоотношениях людей), а также обогащают их внутренний мир. Прогулка является одним из важнейших компонентов дневного режима в детском саду. Чаще всего для детей организуются утренние и вечерние прогулки, продолжительность каждой от часа до двух.

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

Задачи прогулки:

Физическое развитие детей – прогулка является наиболее доступным средством закаливания детского организма, способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

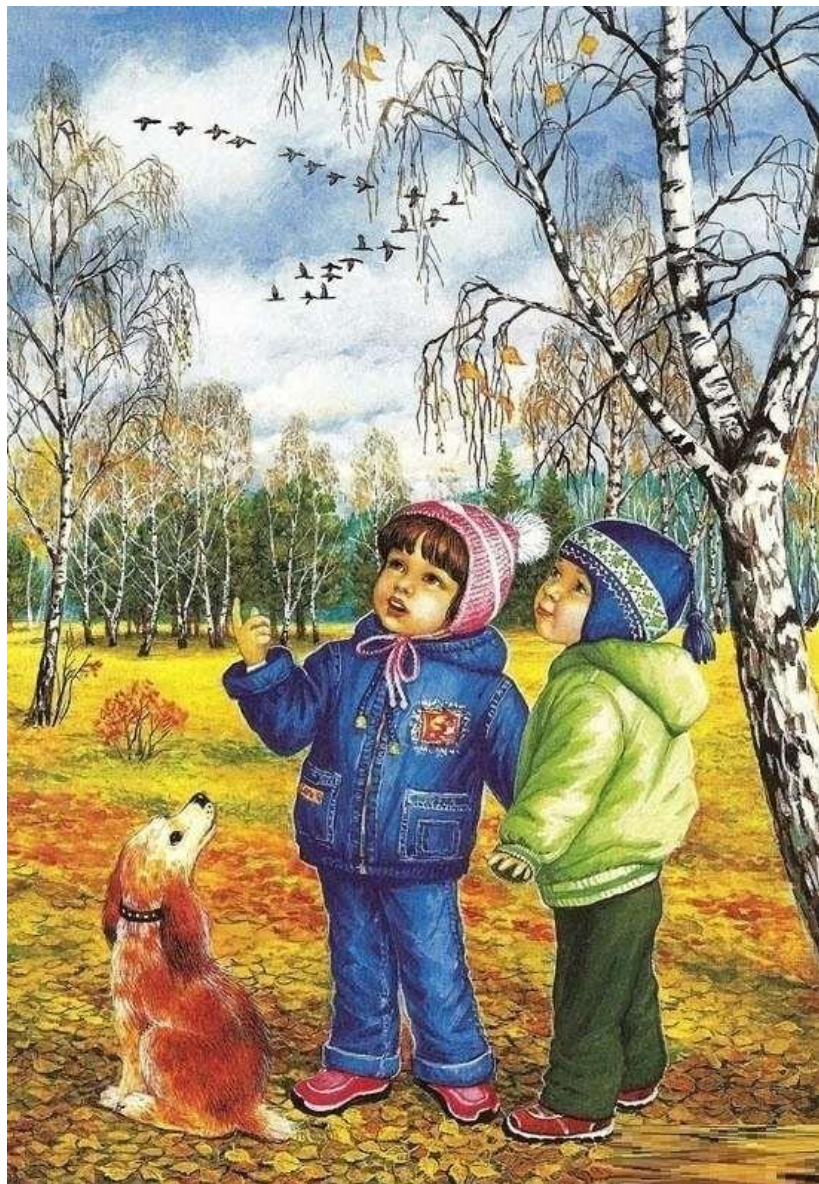
Оптимизация двигательной активности – на прогулке дети много двигаются, а движения усиливают обмен веществ, кровообращение, улучшают аппетит. Дети учатся преодолевать препятствия, становятся более подвижными, ловкими, смелыми и выносливыми. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус.

Умственное развитие детей – дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения и т.д. из наблюдений они узнают об особенностях сезонных изменений в природе, подмечают связи между различными явлениями, устанавливают элементарную зависимость. Наблюдения вызывают интерес, вопросы, на которые они стремятся найти ответ. Все это развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей.

Решение задач нравственного воспитания – знакомство с родным городом, его достопримечательностями, трудом взрослых, значением труда для жизни детей. Ознакомление с окружающим способствует воспитанию у детей любви к родному городу. Малыши трудятся в цветнике – у них воспитывается трудолюбие, любовь и бережное отношение к природе. Они учатся замечать её красоту. Обилие в природе красок, форм, звуков, их сочетание, повторяемость и изменчивость – все это вызывает у детей радостные переживания.

Составные части прогулки:

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



Наблюдение: Вышли дети на прогулку и сразу увидели что-то необычное или отметили, что изменилось в окружающей среде. 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

Большое воспитательное значение имеет трудовая деятельность на прогулке. Хотя мы не можем заставлять детей, но мы должны найти такие приемы и методы, чтобы они сами захотели выполнить это поручение. Важно, чтобы для каждого ребенка задания были посильными, интересными и разнообразными.

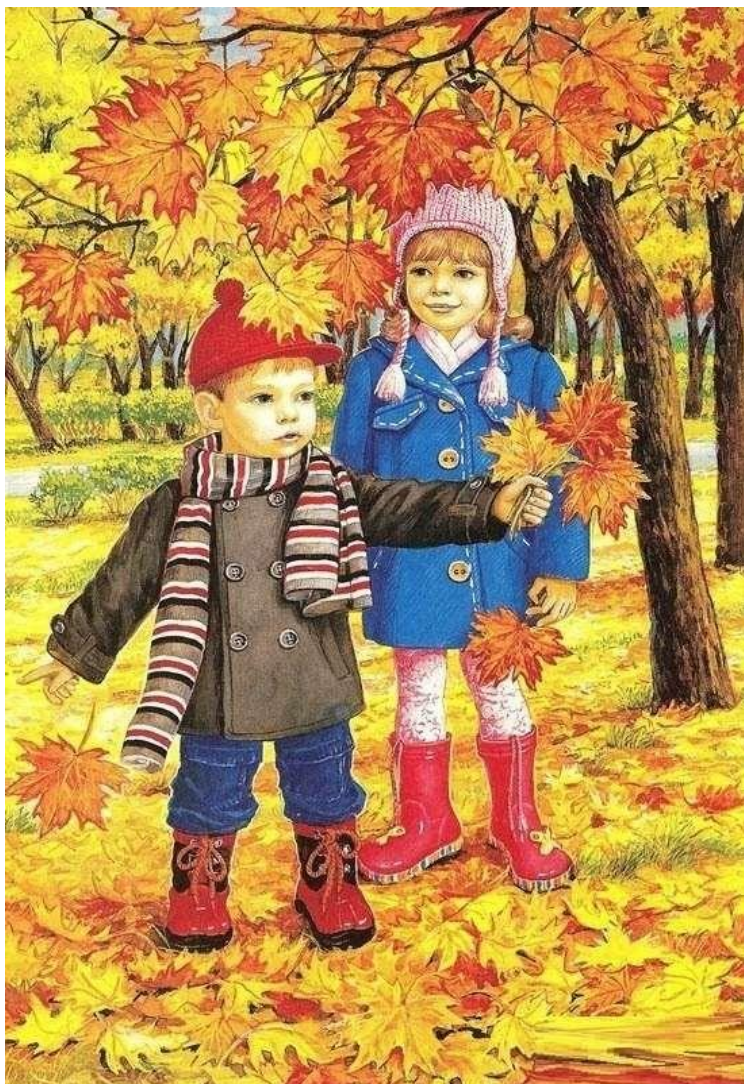
Подвижные игры

Проведение подвижных игр на открытом воздухе обеспечивает выполнение одной из важных задач физического воспитания —

совершенствование функциональных систем и закаливание организма ребёнка. При подборе игр учитывается характер предшествующей деятельности, тему недели.



Индивидуальная работа на прогулке направлена на закрепление, каких – либо навыков, разучивание физкультурного упражнения с одним или несколькими отстающими детьми, на отработку звукопроизношения, заучивание стихов, на закрепление материала по всем разделам программы, формирование нравственных качеств. Важно, чтобы ребенок, с которым ведется индивидуальная работа, понимал ее необходимость и охотно выполнял предложенные задания.



Во время **самостоятельной игровой деятельности** дети отражают впечатления, полученные в процессе ОД, экскурсий, повседневной жизни, усваивают знания о труде взрослых. Для организации самостоятельной деятельности необходимо создать условия: атрибуты, выносной материал, орудия труда для трудовой деятельности.

Все эти компоненты позволяют сделать прогулку более насыщенной и интересной. К тому же они выступают не как отдельные педагогические мероприятия, а как логически обоснованные части. Главное – каждый из компонентов прогулки вносит свое, неповторимое в развитие и воспитание, в формирование личностных качеств дошкольников.