**Всестороннее развитие детей на прогулке**

**(консультация для родителей)**

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

**Поэтому ведущее место на прогулке нужно отводить подвижным играм**. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества.
Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни вы можете начать прогулку с игр большей подвижности, связанных с бегом, метанием, прыжками. Веселые и увлекательные игры помогут детям лучше перенести холодную погоду. В сырую, дождливую погоду (особенно весной и осенью) играйте в малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства.
Во время прогулок вы можете использовать игры с предметами, такие, как кольцеброс, кегли, городки, бадминтон, футбол, хоккей. В жаркую погоду - игры с водой.
Во время прогулки полезны для детей также и **спортивные упражнения.**  Летом - это езда на велосипеде, плавание, зимой - катание на санках, коньках, скольжение на ногах по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах.

Прогулка способствует и **умственному воспитанию**. Во время пребывания на улице дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения и т.д. Вы можете превратиться в космонавтов, пароход, путешественников и др. В этом возрасте взрослые развивают сюжет игры, подбирают или создают необходимый для нее материал. Во время таких игр можно предложить собрать камушки, веточки, шишки и т.д. Не забудьте захватить с собой рюкзачок для этого природного материала, а дома ещё раз рассмотреть весь материал, создать композицию, поделку.

**А чтобы дети играли, нужно развивать воображение. Для этого детям нужно обо всём рассказывать, показывать, наблюдать.** Наблюдайте за природными явлениями и общественной жизнью,

за сезонными изменениями в природе;
особенностями растительного мира; жизнью домашних и диких животных;
трудом и отдыхом людей.
Наблюдения вызывают у них интерес, ряд вопросов, на которые они стремятся найти ответ. А помочь в этом можете вы. Например, можно обратить внимание на облака, определить их форму, цвет, сравнить их с известными детям образами. Определить высоту предмета, его цвет.

Все это развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей.

Во время прогулки можно дать детям задание, например,
отыскать лекарственные травы; природный материал для гербария, коллекции, редкие цветы, деревья, кустарники; отследить количество красных машин, знакомятся с правилами поведения в общественных местах и правилами уличного движения ( зебра, дорожные знаки) и т.д.

На прогулках дети получают много непосредственных впечатлений об окружающем, расширяется их кругозор, углубляются знания и представления, развивается наблюдательность и любознательность. А длительная ходьба во время прогулки требует от детей определенной выдержки, организованности и выносливости.
Прогулки дают также возможность решать задачи **нравственного воспитания**. Знакомьте детей с родным городом, его достопримечательностями, названиями улиц, с трудом взрослых. При этом подчеркивается коллективный характер труда и его значение: все делается для того, чтобы нашим людям жилось удобно, красиво и радостно.

А чтобы дети это осознали, надо **уделять внимание трудовой деятельности** детей. Содержание и формы ее организации зависят от погоды и времени года. Так, осенью вы собирали семена, урожай на огороде, зимой сгребали снег, делали из него разные сооружения. Малыши трудятся в цветнике - сажают цветы, поливают их, рыхлят землю. У них воспитывается трудолюбие, любовь и бережное отношение к природе. Они учатся замечать ее красоту. Обилие в природе красок, форм, звуков, их сочетание, повторяемость и изменчивость- все это вызывает даже у самых маленьких радостные переживания. Необходимо стремиться сделать детский труд радостным, помогающим малышам овладеть полезными навыками и умениями. Трудовые задания должны быть посильны детям и вместе с тем требовать от них определенных усилий. И, конечно, всегда следить за тем, чтобы они выполняли свою работу хорошо, доводили начатое дело до конца.

На прогулках осуществляется работа и по развитию речи ребенка: разучивание потешки или небольшого стихотворения, закрепление трудного для произношения звука и т. п. Родители вместе с детьми могут вспомнить слова и мелодию песни, которую разучивали на музыкальном занятии.

Таким образом, правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей.

Все прогулки в летний период должны представить возможность:
сделать зарисовку;
изготовить поделку из природного материала;
сплести венок, корзину;
составить букет из листьев, цветов, веток;
придумать сказку, стихотворение, рассказ и т.д.