

*Для чего нужна прогулка в детском саду?*

В практике работы воспитателя очень часто от родителей можно услышать такой вопрос:

«А вы пойдете сегодня гулять?...»  
Особенно это волнение со стороны родителей в сезонный период от середины осени до середины весны. Родители тревожатся и задумываются над тем, чтобы их ребенок не заболел, не простыл, не промочил одежду и обувь, да и просто не запачкался. В связи с этим многие не хотят, чтобы их дети гуляли на улице вообще.

**Поэтому задача педагога, довести до сознания родителей значение прогулок в детском саду.**

### **Значение прогулок**

Прогулка – это одно из основных оздоровительных мероприятий в детском саду, предупреждающая охрану и укрепление здоровья детей, полноценное физическое развитие, различную двигательную деятельность детей.

Очень важно, чтобы у детей во время прогулки была соответствующая, облегченная одежда. Она позволяет ребенку не бояться испачкаться, смело играть в любимые игры, бегать и прыгать.

**Помните!**

**Общая продолжительность прогулки в детском саду составляет 4 – 4,5 часа.**  
*(утверждено расписанием в СЭС)*

### **Прогулка и движение**

Во время прогулки необходимо поощрять стремление детей к движению, тренировке равновесия, умению ползать, метать в цель. Для этого у нас в запасе имеется большое количество подвижных игр, а также игр с мячом, со скакалкой.

Один раз в неделю на прогулке проводится физкультурное занятие.



## **Человек и природа**

*Все знают, насколько общение с природой благотворно влияет на взрослого и ребенка. Оказываясь в окружении природы, ребенок приучается любоваться ею, наблюдать за снегом, ветром, дождем.*

## **Прогулка и воспитание**

*В любое время года взрослый во время прогулки может найти интересную и полезную работу. Например, осенью, с детьми сгребаем листья граблями, собираем сухие ветки, мусор, перекапываем огород и сажаем озимые растения (чеснок, календула, шпинат), собираем семена, затем их сушим и складываем в мешочки, чтобы весной вновь посадить. Зимой на участке не обойтись без горки. Вместе с детьми мы сооружаем ее, поливая в морозные дни водой.*

## **В заключение**

*И все-таки, несмотря на разнообразие игр и занятий, есть дети, которые не любят гулять. Зачастую, родители таких детей сами не находят времени для прогулок с ребенком. **Хочется напомнить таким родителям, что пренебрегать прогулкой нельзя. Это один из видов закаливания детского организма. Не лишайте детей радости движения и заряда бодрости!***

*Прогулка делает детей физически более выносливыми, укрепляет здоровье детей, улучшает настроение, а значит, способствует в дальнейшем успешному обучению в школе.*

**Да здравствуют  
ежедневные  
прогулки!**

