**Прогулки с детьми на продленном дне**

Я уже много лет работаю на продленном дне с детьми первого класса, и особое внимание я уделяю прогулкам на воздухе. Близко расположенные к школе парки, спортивные площадки, несколько музеев и дом творчества создают комплекс внешних условий, делающих пребывание детей на улице интересным и необычным.

Я всегда стараюсь разнообразить детский досуг вне стен школы. Поэтому у нас появились различные занятия: экскурсии-поездки, подвижные игры на школьной площадке, общественно полезный физический труд, пешеходные прогулки по маршруту. Последние оказались совсем непростым делом.

Дети, привыкшие передвигаться с родителями на машине, искренне удивлялись: зачем ходить пешком? И передо мной стала трудная задача: сделать ходьбу привлекательной. Прогулочные маршруты имели различную протяженность. Маршруты пролегали по улицам, парку и всегда включали в себя несколько остановок на детских площадках и полянках.

Перед прогулкой я рассказывала детям о том, куда мы пойдем, и что будем делать. Мы разговаривали о том, что такое активный отдых, в чем польза ходьбы и спортивных упражнений. Дети рассказывали, как они отдыхают вместе с родителями, каким спортом занимаются. Необходимо было преодолеть негативное отношение мальчиков и девочек к пешеходным прогулкам, увлечь их идеей – как поддерживать хорошее физическое состояния очень простым способом – ходьбой.

К сожалению, простая ходьба очень быстро становится неинтересной и утомительной для большинства детей. Поэтому обязательными для прогулки стали остановки в различных местах, чтобы дети могли побегать, попрыгать и поиграть. Только тогда дети ощущают себя действительно отдохнувшими.

Постепенно отношение детей к ходьбе изменилось. У ребят возникал эмоциональный подъем, радость от предстоящей прогулки. Они закидывали меня вопросами: «По какому маршруту мы сегодня пойдем?», «А куда мы сегодня пойдем?», «В какие игры мы будем играть?»

С такими прогулками каждый ученик может удовлетворить свою потребность в движении, отдохнуть перед тем, как приступить к выполнению домашних заданий. После таких прогулок дет отличались уравновешенным настроением, бодростью, более внимательным отношением к выполнению домашних заданий.