

## Полезьа прогулок на свежем воздухе для детей

*Для чего на улице ребятам гулять?*

*Чтобы щёчки на лице солнцу подставлять.*

*Чтобы бегать как зверушки и как птички щебетать.*

*Чтоб в любимые игрушки на веранде поиграть.*

*Свежий воздух детям нужен и полезен- помогает их носам  
избежать болезней.*

В своей работе можно очень часто услышать от родителей такой вопрос: А вы сегодня пойдете гулять? Очень часто родители тревожатся над тем, чтобы их ребенок не заболел, не промочил обувь, да и просто не запачкался.

Прогулка в жизни ребенка занимает важное место. Во время прогулки ребенок познает окружающий мир, свежий воздух положительно влияет на обмен веществ, способствует повышению аппетита, также прогулка имеет оздоровительное значение. Прогулка способствует не только физическому, но и умственному воспитанию. Во время пребывания на участке дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире: о работе дворника, о движущимся транспорте, так же об особенностях сезонных изменений в природе. Такие наблюдения вызывают интерес и ряд вопросов у дошколят. Все это развивает наблюдательность, способность мыслить и воображать.

Но и, конечно, самое ведущее место на прогулке занимают – подвижные игры. В играх развиваются основные движения, снимается моральная усталость от занятий, воспитываются моральные качества.

Длительность прогулки соблюдается согласно погодным условиям( чтобы детки не замерзли или наоборот не перегрелись на солнышке).

Таким образом, правильно организованная и продуманная прогулка, помогает осуществлять задачи всестороннего развития детей и сохранения жизни и здоровья дошкольников.

Выполнила: Матецкая А.В.