**Консультация:**

**« ПРОГУЛКи В ДЕТСКОМ САДУ»**

*Для чего на улице деточкам гулять?
Чтобы щёчки на лице солнцу подставлять.
Чтобы бегать как зверушки и как птички щебетать.
Чтоб в любимые игрушки на веранде поиграть.
Свежий воздух малышам нужен и полезен —
Помогает их носам избежать болезней.*

В практике работы воспитателя очень часто от родителей можно услышать такой вопрос: а вы пойдете сегодня гулять? 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.

Поэтому мы стараемся, довести до сознания родителей значение прогулок в детском саду.

*Прогулка* — это педагогически организованная форма активного отдыха детей на свежем воздухе. Целью, которой является укрепление здоровья детей, развитие их физических и умственных способностей.

Родители понимают, что ребенку нужно гулять как можно больше. Однако не все знают о значении прогулки для детей.

Прогулка в жизни ребенка занимает важное место. Во время прогулки происходит познание окружающего мира. Ребенок учится общаться со сверстниками, также прогулка имеет оздоровительное значение.

Прогулка является надежным средством укрепления здоровья и профилактики утомляемости, способствует повышению аппетита. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к простудным заболеваниям.

Прогулка способствует не только физическому, но и умственному воспитанию. Во время пребывания на участке или на улице 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 у них интерес, ряд вопросов, на которые они стремятся найти ответ. Все это развивает наблюдательность, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение детей.

Прогулки на свежем воздухе важны для каждого человека, и особенно для детей. Они позитивно влияют на здоровье и эмоциональное состояние ребенка. С их помощью можно улучшить состояние организма в целом.