

Прогулка детей группы «Подснежник» в ДОУ

*Информацию подготовила воспитатель группы «Подснежник»
Козлова Светлана Анатольевна
октябрь 2022 года*

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, 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.



Прогулка способствует умственному развитию, так как дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем мире.



Прогулка – режимный момент жизнедеятельности детей в детском саду.

