

*Прогулка как средство
адаптации детей
к детскому саду*



Прогулка – это одно из основных оздоровительных мероприятий в детском саду, предупреждающая охрану и укрепление здоровья детей, полноценное физическое развитие, различную двигательную деятельность детей. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детей.



Прогулка является неотъемлемой частью во время адаптации. Ведь именно с прогулки, в большинстве случаев, начинается первое знакомство с садиком, другими ребятами и воспитателями. На детской площадке есть много способов отвлечь малыша от ухода мамы, прервать его горестные мысли.



На прогулке дети учатся взаимодействовать друг с другом. Всему этому способствуют игры на свежем воздухе и природные материалы (цветы, деревья, красивые листочки) например песок, который еще и успокаивает нервную систему. Игра является главным расслабляющим средством, что так необходимо во время адаптации. Основными задачами игры в этот период являются налаживание доверительных отношений с каждым ребенком и попытка вызвать у детей положительное отношение к детскому саду.





Таким образом, правильно организованная прогулка помогает ребенку намного быстрее адаптироваться к смене обстановки и детскому саду.

***Информацию подготовила:
Половникова Ирина Сергеевна,
воспитатель группы «Маргаритка»,
д/с 162, к. 3, октябрь 2025***