



ПРИНЯТО:  
на педагогическом совете  
протокол № 3 от 28.08 2020г.

ПРИНЯТО:  
Общим собранием трудового коллектива  
МБДОУ № 37 «Теремок»  
Протокол № 38 от 19.08.2020г.

Председатель  
общего собрания трудового коллектива  
 / Ю.В.Минеева/

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ № 37 «Теремок»  
 Минеева Ю.В.  
Приказ № 37/264 от 01.09.2020г.

СОГЛАСОВАНО:  
Советом родителей  
Председатель Совета родителей  
 А.Г.Алемова  
01.09.2020

**Положение  
об организации прогулок с воспитанниками  
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад № 37 «Теремок»»**

г. Железногорск

2020г.

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее положение разработано для Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 37 «Теремок»» (далее – ДООУ) в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012г, СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013, Уставом ДООУ, инструкцией по охране жизни и здоровья детей, режимом воспитания и обучения детей.

1.2. Настоящее положение регламентирует организацию прогулок в ДООУ.

1.3. Срок данного Положения не ограничен. Данное Положение действует до принятия нового.

## **2. Цели, задачи и виды прогулок**

2.1. Прогулка – режимный момент жизнедеятельности детей в ДООУ.

2.2. Цель прогулки – укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

2.3. Задачи прогулки:

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;
- способствовать повышению уровня физической подготовленности дошкольников;
- оптимизировать двигательную активность детей;
- способствовать познавательно-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному развитию детей.

2.4. Виды прогулки (по месту проведения):

- на участке ДООУ;
- пешеходные прогулки за пределы участка (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров);
- в функциональных помещениях ДООУ (в активированные дни).

## **2. Подготовка к прогулке**

3.1. Подготовка и возвращение с прогулки:

3.1.1. Перед выходом на прогулку воспитатель организывает с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты; проведение инструктажа с детьми о правилах безопасного поведения во время сборов, выхода на прогулку, на прогулке.

3.1.2. С целью профилактики несчастных случаев и переохлаждения детей перед выходом на прогулку воспитатель проверяет одежду детей на наличие исправных застежек («молний», пуговиц, шнурков и т.д.). С целью профилактики падения ребенка во время движения воспитатель проверяет обувь ребенка на отсутствие оторванных деталей, дефектов, на наличие исправных застежек («молний», пуговиц, шнурков, «липучек» и т.д.).

3.1.3. Одевать и раздевать детей при подготовке и возвращении с прогулки необходимо по подгруппам (в летний период всей группой):

- воспитатель выводит одеваться первую подгруппу детей;
- младший воспитатель проводит гигиенические процедуры со второй, и выводит детей в приемную. В первую подгруппу следует включать медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания;
- воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а младший воспитатель заканчивает одевание второй подгруппы и провожает детей на участок к воспитателю;
- в помощь при одевании в каждую группу раннего и младшего дошкольного возраста закрепляются сотрудники ДОУ.
- детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

3.1.4. Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться порядка одевания: вначале дети одевают колготки, брюки, затем кофты, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду, и шарф.

3.1.5. Возвращаются дети с прогулки также по подгруппам. Младший воспитатель забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 12—18 мин с воспитателем.

3.1.6. Младший воспитатель помогает детям развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Раздевшись, дети спокойно идут в туалетную комнату мыть руки, затем в группу и играют.

3.1.7. В летний период после возвращения с прогулки необходимо организовать мытье ног.

3.2. Требования к одежде детей:

- в любое время года одежда и обувь должна соответствовать погоде на данный момент, должна не перегревать и не переохлаждать детей;
- при колебаниях температуры от +3 до -3°С и слабом ветре 3-7 м/с одежда детей должна состоять из трех слоев, включая белье. Верхняя одежда состоит из утепленной куртки, брюк; на ногах утепленные ботинки;
- при температуре от -4 до -10°С детям надевают зимнюю куртку или пуховик при трех слоях одежды.
- при более низких температурах рекомендуется увеличивать количество слоев одежды до четырех или пяти в зависимости от теплозащитных свойств верхней одежды.
- в летний период во избежание перегрева воспитатель должен проконтролировать, чтобы у детей были легкие головные уборы.
- одежда и обувь ребенка должна иметь исправные застежки, не иметь дефектов, провоцирующих падение ребенка либо иные несчастные случаи (например: отсутствие шнурков, оторванный обувной рант, кружевные платки и шарфы и т.д.).

#### **4. Организация и содержание прогулок на участке ДОУ.**

4.1. Перед выходом на прогулку воспитатель должен предварительно осмотреть территорию участка на предмет соответствия нормам требований техники безопасности.

4.1.1 В случаях, когда санитарное состояние прогулочных участков не позволяет проводить прогулки из-за наледи, обильного таяния снега, грязи и прочих природных явлений, рекомендуется:

- ограничивать опасные места ленточками,
- организовывать прогулки на асфальте в специально закреплённом за каждой группы участке;
- предоставлять в пользование детей выносной материал с участков.

4.2. Выводить детей на прогулку необходимо, убедившись в отсутствии признаков загазованности воздуха. В случае повышения содержания посторонних газов в воздухе во время прогулки, детей необходимо немедленно завести в помещение.

4.3. Прогулка должна состоять из следующих структурных элементов:

- наблюдение;
- двигательная активность: подвижные, спортивные игры, спортивные упражнения;
- индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников;
- трудовые поручения;
- самостоятельная деятельность детей.

4.4. Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от вида предыдущего занятия. Если дети находились на занятии, требующем повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, вначале на прогулке необходимо провести подвижные игры, пробежки, затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, то прогулка начинается с наблюдения или спокойной игры.

4.5. Каждый из обязательных компонентов прогулки длится от 7 до 15 минут и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности детей.

4.6. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим с учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствие с календарным планированием в каждой возрастной группе.

4.7. Организация наблюдений: процесс наблюдения может быть организован за объектами и погодными явлениями, в начале или конце прогулки. При планировании наблюдений воспитатель продумывает: отбор и расположение оборудования и материалов, используемых по ходу наблюдения, размещение детей; приемы привлечения внимания детей к наблюдению и возбуждения интереса (сюрпризные моменты, загадки, постановка познавательной задачи, проблемная ситуация); приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение, использование детского опыта).



Необходимо обеспечить процесс наблюдения за живыми объектами на безопасном расстоянии от детей.

#### 4.8. Организация двигательной активности.

4.8.1. В двигательную деятельность детей на прогулке следует включать:

– организованные подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке: в младшей группе – 6-10 мин, в средней группе – 10-15 мин, в старшей и подготовительной группах – 20-25 мин. На вечерней прогулке: в младшей и в средней группах – 10-15 мин, в старшей и подготовительной группах – 12-15 мин. Подвижные игры можно дополнять или заменять, спортивными упражнениями или в старшем дошкольном возрасте спортивными играми, играми с элементами соревнований. К спортивным упражнениям относятся: катание на санках, на лыжах, катание на велосипедах, самокатах. К спортивным играм относятся: городки, баскетбол, пионербол, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей;

– организацию самостоятельной двигательной активности. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей, организации развивающей среды;

– индивидуальные задания (в соответствии с календарным планированием).

4.8.2. В зависимости от погодных условий двигательная деятельность детей на воздухе может быть более или менее интенсивной по уровню двигательной активности, с тем, чтобы дети не переохлаждались или не перегревались. Всё это необходимо продумывать воспитателю перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеословия в тот или иной день.

4.8.3. Нельзя допускать, чтобы на прогулке дети находились длительное время без движений.

4.8.4. Особого внимания требуют дети со сниженной подвижностью, малоинициативные, которых следует выделять из общей массы и вовлекать в подвижные игры.

4.8.5. Игры с высоким уровнем интенсивности движений не следует проводить в конце утренней прогулки перед уходом с участка, так как дети в этом случае становятся перевозбужденными, что отрицательно сказывается на характере их дневного сна, увеличивает длительность периода засыпания, может быть причиной снижения аппетита.

4.9. Организация индивидуальной работы: в соответствии с календарным планированием воспитатель осуществляет индивидуальную работу по познавательно-речевому, социально-личностному, физическому или художественно-эстетическому развитию детей. С этой целью подготавливает все необходимые материалы и оборудование.

4.10. Трудовые поручения: воспитатель привлекает детей к сбору игрушек, оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке после прогулки, уход за растениями и т.д.

4.11. В зависимости от целей и задач прогулки воспитатель готовит выносной материал соответствующий санитарно-гигиеническим требованиям, для организации различных видов детской деятельности.

4.12. Воспитатель должен руководить самостоятельной деятельностью детей: обеспечить им полную безопасность, научить использовать пособия в соответствии с их предназначением, осуществлять постоянный контроль за деятельностью детей на протяжении всей прогулки.

4.13. При проведении прогулки следить, чтобы дети не уходили за пределы участка детского сада. В случае самовольного ухода ребенка немедленно сообщить о случившемся заведующему Учреждения, который организует поиски ребенка, ставит в известность Управление Образования, полицию, родителей согласно схеме оповещения.

4.14. Особенности организации прогулки в зимний период:

- в холодный период года, воспитателю необходимо следить за тем, чтобы дети дышали носом. Носовое дыхание содействует формированию у детей умения правильно дышать, предупреждает заболевания носоглотки;

- при низких температурах воздуха нецелесообразно организовывать игры большой подвижности, так как они приводят к форсированию дыхания, когда дети начинают дышать ртом. Не следует также в этих условиях проводить игры, требующие произнесения детьми в полный голос четверостиший, припевок, какого-либо текста.

## **5. Организация прогулок за пределами участка ДОУ.**

5.1. Планирование прогулок за пределы участка начинают со средней группы;

5.2. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим;

5.3. При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, в приказе отобразить маршрут следования в виде карты с указанием улиц, перекрестков по пути следования, согласовать с заведующим;

5.4. Отправляясь на экскурсию, прогулку, за пределы участка детского сада, воспитатель должен точно знать число детей, которых он берет с собой. Если в Учреждении по каким-то причинам остались дети из группы, они по указанию заведующего должны находиться под присмотром определенного сотрудника;

5.5. В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчета 15 детей на двух взрослых;

5.6. Все сотрудники, сопровождающие детей, должны пройти целевой инструктаж по организации прогулок и экскурсий;

5.7. При движении колонны детей один взрослый идет впереди колонны, другой – сзади;

5.8. При переходе через улицу сопровождающие должны обеспечить строгое соблюдение правил дорожного движения для пешеходов, избегать прогулок по улицам с большим движением.

## **6. Организация прогулки в активированные дни.**

6.1. В активированные дни или в дни сокращения продолжительности прогулки необходимо компенсировать недостаток двигательной активности на прогулках хорошо продуманной организацией динамической (двигательной прогулки) в функциональных помещениях Учреждения.

6.2. В содержание прогулки должны быть включены все структурные элементы прогулки на участке ДООУ (см. п. 4.) с учетом имеющихся условий в функциональных помещениях.

6.3. Организация прогулки при сниженной температуре в музыкальном или физкультурном зале

Учреждения с детьми раннего возраста:

- снижение температуры в зале на 2-3 °С. Для наблюдения за изменением температуры необходимо наличие термометра: на высоте 80 см от пола;

- одежда детей состоит из трех слоев, включая бельё. Верхний слой состоит из утепленных кофточки и брюк, ботиночки;

- в начале прогулки воспитатель организует подвижные игры средней двигательной активности для поддержания положительно-эмоционального тонуса, далее воспитатель организует спокойные игры или самостоятельную деятельность детей.

## **7. Продолжительность прогулок. График проведения прогулок.**

7.1. В течение года прогулки проводятся ежедневно. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Прогулка не проводится:

- при температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 15 м/с с детьми до 4 лет;

- при температуре воздуха ниже минус 20°С и скорости ветра более 15 м/с с детьми до 5-7 лет;

7.2. Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе с перерывами для приема пищи и сна.

7.3. В зимний период прогулки на воздухе проводятся 2 раза в день в первую половину дня – до обеда, во вторую половину дня после дневного сна или перед уходом детей домой для детей старшего дошкольного возраста; 1 раз в день в первую половину дня – до обеда для детей младшего дошкольного возраста.

7.4. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом воспитания и обучения, утвержденным старшим воспитателем.

## Температурный режим прогулок в холодный период года.

Возрастные группы	Температура воздуха	Продолжительность прогулки
1 младшая	до -15° С, тихо	30 – 40 мин.
2 младшая	до -15° С, до 7 м/с	не менее 45 - 50 мин.
Средняя группа	до -15° С, до 7 м/с	не менее 1 часа
Старшая группа и подготовительная группа	до -15° С, до 7 м/с	не менее 1 часа

## Температурный режим прогулок в теплый период года.

Возрастные группы	Температура	Особенности прогулки
1 младшая	от + 16° С, без тумана	Прием детей на улице (кроме понедельника)
	+ 25° С	Прогулки босиком от 5 мин
	+ 28° С	без гимнастики,
	отсутствие тени	игры с водой, питьевой режим в группе, одностороннее проветривание
2 младшая	от + 16° С, без тумана	Прием детей на улице (кроме понедельника)
Средняя группа		
Старшая группа и подготовительная группа	+ 25° С	Прогулки босиком от 5 мин
	+ 28° С	утренняя гимнастика на улице игры с водой, питьевой режим