

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 90 «Цветик-семицветик»**

**ПРИНЯТО:**

Педагогическим советом  
МБДОУ «ДС № 90 «Цветик-семицветик»  
Протокол № 4 от 30.04.2021

**УТВЕРЖДАЮ:**

Заведующий  
МБДОУ «ДС № 90 «Цветик-семицветик»  
\_\_\_\_\_ Е.Г. Янгурская  
« 30 » 04 \_\_\_\_\_ 2021

**ПОЛОЖЕНИЕ**

об организации и проведению прогулок в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад № 90 «Цветик-семицветик»

**1. Общие положения**

1. Настоящее положение разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" СанПиН 2.4.3648-20, утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;

- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными Постановлением главного государственного врача РФ от 28.01.2021 № 2.

2. Положение регламентирует организацию и проведение прогулок с воспитанниками муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 90 «Цветик-семицветик» (далее – учреждение).

**1. Цели, задачи и виды прогулок в учреждении**

Прогулка – режимный момент жизнедеятельности воспитанников в учреждении.

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

Задачи прогулки:

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;
- способствовать повышению уровня физической подготовленности воспитанников дошкольного возраста;
- оптимизировать двигательную активность воспитанников;
- способствовать физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию воспитанников.

Виды прогулки (по месту проведения):

- на участке Учреждения;

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

Виды прогулок (по содержанию):

- традиционная;
- тематическая;
- целевая;
- экскурсия;
- поход, пеший переход.

## **2. Требования к оборудованию и содержанию территории участка для организации прогулок**

На территории учреждения располагаются игровые и физкультурно-оздоровительная площадка, оборудованная в соответствии:

-Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" СанПиН 2.4.3648-20, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28

-Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными Постановлением главного государственного врача РФ от 28.01.2021 № 2.

## **3. Требования к продолжительности прогулки на участке учреждения**

Прогулки с воспитанниками проводятся ежедневно. Продолжительность прогулки определяется режимом дня каждой возрастной группы учреждения. Продолжительность прогулок, не менее 3 часов в день. Режим дня учреждения предусматривает проведение прогулки в первой и во второй половине дня. Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня учреждения предусматривается максимальное пребывание воспитанников на свежем воздухе.

При температуре ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Решение о проведении, отмене или сокращении времени прогулки на свежем воздухе принимает заместитель заведующего по учебно-воспитательной и методической работе учреждения на основании погодных условий в день прогулки и доводит его до сведения воспитателей и заведующего учреждения.

В случае повышения содержания посторонних газов в воздухе во время прогулки, воспитатель должен незамедлительно завести воспитанников в помещение учреждения.

## **4. Требования к подготовке и возвращению с прогулки**

Перед выходом детей на прогулку дворник учреждения осматривает территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии с должностной инструкцией.

В процессе подготовки к выходу на прогулку воспитатель и работники учреждения, занятые одеванием воспитанников, осматривают одежду на предмет ее исправности (наличие пуговиц, исправности застёжки-молнии и т.д.) и соответствия погодным условиям.

#### **4.1. Подготовка и возвращение с прогулки:**

Перед выходом на прогулку воспитатель организует с воспитанниками проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты.

Одевать и раздевать воспитанников при подготовке и возвращении с прогулки необходимо по подгруппам:

- воспитатель выводит в приемную одеваться первую подгруппу воспитанников. В эту подгруппу следует включать медленно одевающихся воспитанников, воспитанников с низкими навыками самообслуживания;

- младший воспитатель проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит воспитанников в приемную;

- воспитатель выходит с первой подгруппой воспитанников на прогулку, а младший воспитатель заканчивает одевание второй подгруппы и провожает воспитанников на участок к воспитателю;

- в помощь при одевании в каждую группу раннего и младшего дошкольного возраста закрепляются сотрудники из числа рабочего персонала учреждения согласно «Графику оказания помощи сотрудниками при организации прогулки»;

- воспитанников с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

Во избежание перегревания воспитанников необходимо придерживаться порядка одевания: вначале воспитанники надевают колготки, гамаши или теплые штаны, затем кофты, комбинезон, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду и шарф.

Возвращаются воспитанники с прогулки также по подгруппам. Младший воспитатель забирает с участка первую подгруппу воспитанников. Воспитанники второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 10—15 минут с воспитателем.

Младший воспитатель помогает воспитанникам развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Раздевшись, воспитанники возвращаются в групповое помещение, где педагоги организуют проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты, мытье рук.

В летний период после возвращения воспитанников с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру – мытьё ног.

#### **4.2. Требования к одежде воспитанников:**

- в любое время года одежда и обувь должна соответствовать погоде на данный момент и не должна перегревать или переохлаждать воспитанников;

- в летний период во избежание перегрева воспитанников надевают легкие головные уборы;

- рекомендуется для воспитанников закрепить рукавицы на резинку, которая продевается через рукава зимней верхней одежды;

- в весенний, осенний, летний периоды обязательно наличие запасной одежды.

#### **4.3. Порядок хранения одежды в шкафчике:**

- на верхнюю полку кладется шарф, шапка. Кофта, гамаши, колготки, тёплые штаны, верхнюю одежду вешают на крючок. Обувь ставят на нижнюю полку, сверху кладут носки.

После прогулки воспитатель, младший воспитатель обеспечивают обязательную просушку одежды воспитанников при необходимости.

## **5. Требования к содержанию прогулок на участке учреждения**

Содержание прогулок определяется в соответствии с основной образовательной программой учреждения.

Прогулка должна состоять из следующих структурных элементов:

1. Наблюдение.
2. Подвижные игры: 2-3 игры большой подвижности, 2-3 игры малой и средней подвижности, игры на выбор детей, дидактические игры.
3. Индивидуальная работа с детьми по развитию движений, физических качеств.
4. Элементарный бытовой труд на участке.
5. Самостоятельная игровая деятельность.

Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от вида предыдущей формы образовательной деятельности. Если дети находились на занятии, требующем повышенной познавательной активности и умственного напряжения, то в начале прогулки целесообразно провести подвижные игры, пробежки, затем – наблюдения. Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, прогулка начинается с наблюдения или спокойной игры. Каждый из обязательных компонентов прогулки длится от 7 до 15 минут и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности детей.

Организация наблюдений: процесс наблюдения может быть организован за объектами и погодными явлениями. При планировании наблюдений воспитатель продумывает: оборудование и материалы, используемые по ходу наблюдения, размещение воспитанников; приемы привлечения внимания воспитанников к наблюдению (сюрпризные моменты, загадки, постановка познавательной задачи, проблемная ситуация); приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение, использование детского опыта).

### **Организация двигательной активности.**

В двигательную деятельность воспитанников на прогулке следует включать:

- подвижные игры и физические упражнения;
- организацию самостоятельной двигательной активности;
- индивидуальные задания.

В зависимости от погодных условий двигательная деятельность воспитанников на воздухе может быть различной интенсивности, чтобы воспитанники не переохлаждались или не перегревались.

Нельзя допускать, чтобы на прогулке воспитанники находились длительное время без движений. Особого внимания требуют воспитанники со сниженной потребностью в движении, малоинициативные, которых следует вовлекать в подвижные игры.

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

### **Особенности организации двигательной активности на прогулке в зимний период:**

- в холодный период года воспитателю необходимо следить за тем, чтобы воспитанники 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 воспитанники начинают дышать ртом. Не следует также в этих условиях проводить игры, требующие произнесения воспитанниками в полный голос четверостиший, припевок, какого-либо текста.

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

В зависимости от целей и задач прогулки воспитатель готовит необходимый выносной материал, пособия для различных видов детской деятельности, соответствующей санитарно-гигиеническим требованиям.

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

## **6. Требования к организации прогулок за пределами участка учреждения**

Проведение прогулок за пределами участка учреждения (далее – выход) разрешается только при наличии благоприятных погодных условий.

Сотрудникам, сопровождающим воспитанников, необходимо согласовать с заведующим учреждения маршрут, время выхода и возвращения, а также длительность прогулки.

Заведующий учреждением издает приказ о выходе воспитанников за пределы участка с указанием количества воспитанников и подписью ответственных лиц.

Ответственный за выход обязан пройти инструктаж у заведующего учреждения с обязательной личной росписью в журнале регистрации инструктажей.

При проведении выхода воспитатель должен соблюдать установленный режим, длительность прогулки, смену видов деятельности воспитанников.

Во время выхода воспитанников организуется их сопровождение в количестве не менее одного взрослого на 15 воспитанников.

Для оказания первой медицинской помощи при травмах во время выхода за пределы участка учреждения необходимо иметь с собой медицинскую аптечку с набором обязательных медикаментов и перевязочных средств.

При проведении выхода с целью безопасного пребывания воспитанников за пределами участка учреждения необходимо предварительно осмотреть участок, маршрут движения группы (территория должна быть очищена от мусора, битого стекла), исправность игрового оборудования, малых архитектурных форм.

Перед выходом нужно осмотреть одежду, обувь воспитанников на соответствие погодным условиям. В жаркие летние дни дети должны иметь легкие головные уборы (косынки, панамы).

Необходимо запастись свежей кипяченой водой для соблюдения питьевого режима в достаточном количестве.

Перед началом прогулки ответственный педагог должен проверить количественный состав воспитанников.

Необходимо обеспечить спокойный выход воспитанников из помещения и спуск с крыльца учреждения.

При переходе с воспитанниками улицы сопровождающий с красными флажками в руках прекрывает движение транспорта до полного перехода группой дороги и последним замыкает шествие колонны.

Для предотвращения переутомления, перегрева воспитанников во время игр, труда необходимо чередовать виды деятельности (от подвижной к малоподвижной) в зависимости от плана проведения прогулки.

Воспитатель обеспечивает контроль соблюдения воспитанниками требований личной гигиены (запрещается брать в руки, в рот грязные предметы, бросать друг в друга песком, землей и пр.).

Воспитатель обязан постоянно пересчитывать воспитанников, они должны находиться в поле его зрения.

**Воспитателю запрещается:**

- оставлять воспитанников без наблюдения;
- самостоятельно изменять маршрут, не поставив в известность заведующего учреждением;
- переходить дорогу с воспитанниками при интенсивном движении, в неустановленных местах;
- организовывать игры с воспитанниками у водоемов, прогулки возле проезжей части.

**Воспитанникам запрещается:**

- лазать по ограждениям, перилам, деревьям, заборам;
- трогать руками животных, колючие растения, пробовать на вкус растения, грибы, плоды во избежание отравлений и желудочно-кишечных заболеваний;
- пить сырую воду, воду из водоемов, есть невымытые корнеплоды, ягоды, фрукты;
- ломать ветки деревьев, уничтожать насекомых и птиц;
- поднимать свертки, пакеты и подозрительные предметы;
- приближаться к поврежденным электропроводам;
- входить в контакт с посторонними незнакомыми лицами.

В случаях самовольного ухода воспитанника с прогулки воспитатель должен немедленно поставить в известность заведующего учреждением, родителей (законных представителей), ближайшее отделение полиции. Немедленно организовать поиск ребенка, назвать его приметы: внешний вид, возраст, описать одежду.

По возвращении группы с прогулки необходимо проверить по списку наличие воспитанников.

Организовать спокойный заход воспитанников в помещение учреждения.

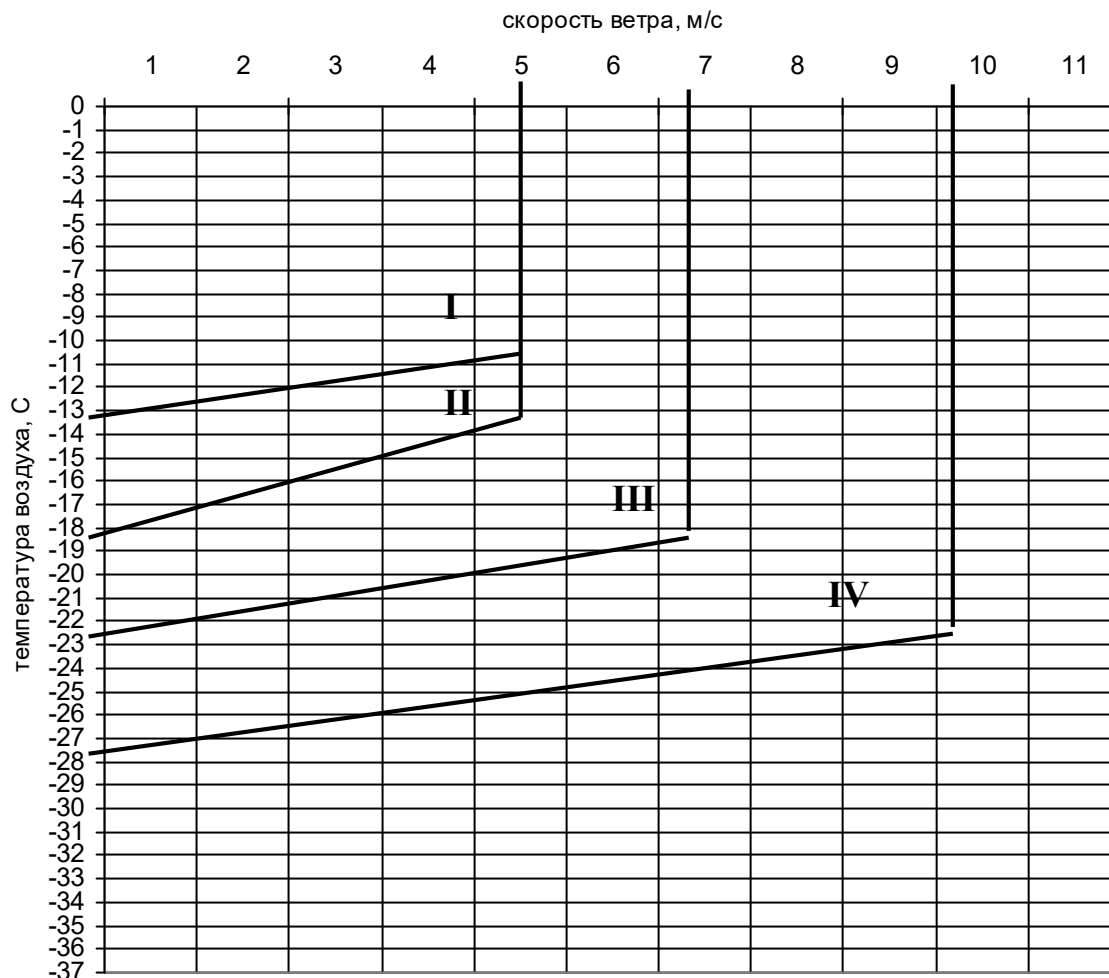
## **7. Требования к организации прогулки в функциональных помещениях учреждения в дни отмены прогулки на улице**

В дни сокращения времени или отмены прогулок на свежем воздухе необходимо компенсировать недостаток двигательной активности воспитанников хорошо продуманной организацией динамической (двигательной) прогулки в функциональных помещениях учреждения.

В содержание прогулки в групповых и функциональных помещениях учреждения должны быть включены все структурные элементы с учетом имеющихся условий.

Организация и проведение прогулки в функциональных помещениях учреждения осуществляется в соответствии с утвержденным графиком для каждой возрастной группы.

## 8.График определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками учреждения



Прогулка на улице не проводится при температуре воздуха ниже и скорости ветра более установленных в графике показателей соответствующих возрасту детей.

	Возрастная группа	Температура воздуха	Сила ветра
I	1 младшая группа (дети от 2 до 3 лет)	-12°C -15°C	5 м/с тихо
II	2 младшая группа (дети лет 3 до 4 лет)	-15°C -20°C	5 м/с тихо
III	Средняя группа (дети от 4 до 5 лет)	-20°C -25°C	7 м/с тихо
IV	Старшая группа (дети от 5 до 6 лет), Подготовительная группа (дети от 6 до 7 лет)	-25°C -30°C	10 м/с тихо

### Список литературы:

Белая К.Ю., Каралашвили Е.А., Павлова Л.И., Соляникова О.И., Филиппова Н.Н., Бурба И.В., Запивахина Е.М., Антоненкова О.В., Никомарова Е.Ю. Тематические прогулки в детском саду. – М.: УЦ «Перспектива», 2014.