

**ПРИНЯТО:**

на Педагогическом совете  
Протокол № 3  
от "30" марта 2021г.

**С учетом мнения**

Совета родителей  
Протокол № 3  
от "31" марта 2021г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Заведующий**  
МБДОУ "Детский сад №76"  
Е.С. Маркова



Приказ № 501  
от "31" марта 2021г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**ОБ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ**  
**ПРОГУЛОК С ВОСПИТАННИКАМИ**  
Муниципального бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения  
"Детский сад №76"

## **1. Общие положения**

1.1 Настоящее Положение разработано для Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №76» (далее - Учреждение) в соответствии с:

- Законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. №26;
- Уставом Учреждения;
- Инструкциями по организации охраны жизни и здоровья воспитанников;
- Режимом пребывания воспитанников в ДООУ.

1.2. Настоящее положение регламентирует организацию прогулок с воспитанниками в МБДОУ «Детский сад №76».

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

2.1 Прогулка - режимный момент жизнедеятельности детей в Учреждении.

2.2 Цель прогулки:

- укрепление здоровья, профилактика утомления;
- физическое и умственное развитие детей;
- восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

2.3 Основные задачи прогулки:

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях (повышение его выносливости и устойчивости к воздействию внешней среды, простудным заболеваниям);
- оптимизировать двигательную активность воспитанников;
- способствовать реализации задач основной образовательной программы дошкольного образования Учреждения (далее ООП).

2.4 Виды прогулок (по месту проведения):

- на участке Учреждения;
- пешеходные прогулки за пределы участка Учреждения (старший дошкольный возраст);

## 2.5 Виды прогулок по содержанию:

- целевая прогулка (проводится со старшей группы с выходом за пределы участка детского сада);
- экскурсия (проводится со старшей группы);
- традиционная;
- тематическая.

## **3. Требования к оборудованию и санитарному содержанию прогулочного участка**

3.1 Оборудование и санитарное содержание участка должно соответствовать требованиям СП 2.4. 3648-20.

3.2 Зона игровой территории включает в себя: групповые площадки индивидуальные для каждой группы с верандой для защиты воспитанников от осадков и солнца, оборудованием для игр с песком и водой, игровым и спортивным оборудованием и общую физкультурную площадку (зона с оборудованием для подвижных и спортивных игр, зоны с гимнастическим оборудованием и снарядами).

3.3 Игрушки и игровое оборудование, используемое на прогулке, хранится на прогулочных верандах.

## **4. Требования безопасности при организации прогулок на участке Учреждения**

4.1. Перед выходом детей на прогулку воспитатель осматривает территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии со своей должностной инструкцией, организует необходимый игровой и дидактический материал в соответствии с целью и задачами прогулки.

Не допускается наличие на участке травмоопасных предметов: сухостойных деревьев, сломанных кустарников, торчащих палок, битого стекла и т.п., а так же посторонних, подозрительных предметов, пакетов, сумок на предмет взрыво- и другой опасности.

4.2. Перед выходом на прогулку работники Учреждения, занятые одеванием детей, должны следить, чтобы дети не оставались долго одетыми в помещении во избежание перегрева.

4.3. При проведении прогулки воспитатель следит, чтобы дети не уходили за пределы участка Учреждения. В случае самовольного ухода ребенка немедленно сообщить о случившемся руководителю Учреждения, который организует поиски ребенка, ставит в известность Управление образования, полицию, родителей (законных представителей) в соответствии со схемой оповещения.

4.4. При выборе игр воспитатель должен учитывать психофизиологические особенности детей данного возраста, площадь прогулочного участка.

4.5. Запрещается:

- оставлять детей одних, без присмотра работников Учреждения;
  - использовать в детских играх острые, колющие, режущие предметы, сломанные игрушки.
- 4.6. О каждом несчастном случае с ребенком воспитатель должен немедленно известить руководителя, родителей, при необходимости привлечь медицинский персонал Учреждения для оказания первой медицинской помощи. Организовать доставку ребенка в травмпункт.

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

### 5.1. Подготовка и возвращение с прогулки:

5.1.1. Перед выходом на прогулку воспитатель организывает с детьми проведение гигиенических процедур.

5.1.2. Одевать и раздевать детей при подготовке и возвращении с прогулки необходимо по подгруппам:

- воспитатель выводит в приемную одеваться первую подгруппу детей. В эту подгруппу следует включать медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания;
- младший воспитатель проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит детей в приемную;
- воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а младший воспитатель заканчивает одевание второй подгруппы и провожает детей на участок к воспитателю;
- детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

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

5.1.4. Возвращаются дети с прогулки по подгруппам. Второй воспитатель забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 10 минут с воспитателем.

5.1.5. Воспитатель помогает детям развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Раздевшись, дети спокойно идут в группу и играют.

5.1.6. В летние каникулы, после возвращения детей с прогулки, необходимо организовать гигиеническую процедуру - мытье ног.

### 5.2. Требования к одежде детей:

- в любое время года одежда и обувь должна соответствовать погоде на данный момент и не должна перегревать или переохлаждать детей;
- при колебаниях температуры от +3 до -3 и слабом ветре 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 градусов детям надевают зимнюю куртку или пуховик при трех слоях одежды;

- в летний период во избежание перегрева детям надевают легкие головные уборы.

5.3. Порядок хранения одежды в шкафчике: на верхней полке кладется шарф, шапка. Кофта, колготки, теплые штаны, верхнюю одежду вешают на крючок. Рукавички на резинке должны быть продернуты через рукава верхней одежды. Обувь ставят на нижнюю полку.

## **6. Требования к содержанию прогулок на участке Учреждения**

6.1. 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.

6.2. Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от:

- предшествующей деятельности. Если дети находились на занятии, требующем повышенной познавательной активности и умственного напряжения, то вначале прогулки проводятся подвижные игры, пробежки, затем - наблюдения. Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, то прогулка начинается с наблюдения или спокойной игры;
- от времени года (в холодный период времени предусматривается проведение игр с большей подвижностью воспитанников);
- от познавательных и индивидуально-возрастных особенностей. В младшем возрасте целесообразнее начинать прогулку с наблюдения, в старшем – с игры).

6.3. Каждый из обязательных компонентов прогулки длится от 7 до 15 минут в младшем возрасте и 15-20 минут в старшем возрасте и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности детей.

6.4. Содержание прогулок определяется основной образовательной программой МБДОУ «Детский сад №76» и строится в соответствии с календарным планированием в каждой возрастной группе.

6.5. 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 детей;
- приемы привлечения внимания детей к наблюдению (сюрпризные моменты, загадки, постановка познавательной задачи, проблемная ситуация);

- приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение, использование детского опыта).

## 6.6. Организация двигательной активности.

### 6.6.1. В двигательную деятельность детей на прогулке следует включать:

- организованные подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке: в младшей группе 6-10 минут, в средней - 10-15 минут, в старшей и подготовительной - 20-25 минут. На вечерней прогулке: в младшей и средней группах - 10-15 минут, в старшей и подготовительной - 12-15 минут. Подвижные игры можно дополнять или заменять, спортивными упражнениями или в старшем дошкольном возрасте спортивными играми, играми с элементами соревнований. К спортивным упражнениям относятся: городки, катание на велосипедах, самокатах. К спортивным играм относятся: городки, баскетбол, пионербол, бадминтон, футбол, хоккей;
- организацию самостоятельной двигательной активности. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей, развивающей среды;
- индивидуальная работа по развитию основных видов движений организуется в соответствии с планом работы образовательной деятельности группы.

6.6.2. В зависимости от погодных условий двигательная деятельность детей на воздухе может быть различной интенсивности, чтобы дети не переохлаждались или не перегревались. Это необходимо продумывать воспитателю перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеоусловия в тот или иной день.

6.6.3. Нельзя допускать, чтобы на прогулке воспитанники находились длительное время без движений. Особого внимания требуют дети со сниженной подвижностью, малоактивных воспитанников следует выделять из общей массы и вовлекать в подвижные игры.

6.6.4. Игры с высоким уровнем интенсивности движений не следует проводить в конце утренней прогулки перед уходом с участка.

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

6.8. Трудовые поручения: воспитатель привлекает детей 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.

6.9. Организация самостоятельной деятельности воспитанников: структурные компоненты прогулки должны проходить на фоне самостоятельной деятельности всех воспитанников, которая занимает основную часть времени

пребывания детей на свежем воздухе. Воспитатель руководит самостоятельной деятельностью детей: предлагает разнообразный дидактический и игровой материал, учит использовать пособия в соответствии с их назначением, обеспечивает им полную безопасность, осуществляет постоянный контроль за деятельностью детей на протяжении всей прогулки.

6.10. Особенности организации двигательной активности на прогулке в зимний период:

- воспитателю необходимо следить за тем, чтобы дети дышали носом. Носовое дыхание содействует формированию у детей умения правильно дышать, предупреждает заболевание носоглотки;
- при низких температурах воздуха нецелесообразно организовывать игры большой подвижности, так как они приводят к форсированию дыхания, когда дети начинают дышать ртом. Не следует проводить игры, требующие произнесения детьми в полный голос четверостиший, припевок, какого-либо текста.

## **7. Требования к продолжительности прогулок. Режим длительности проведения прогулок**

7.1. В течение года прогулки проводятся ежедневно. Общая продолжительность прогулки составляет 3 - 4 часа.

7.2. Для достижения оздоровительного эффекта в летние каникулы в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на свежем воздухе с перерывами для приема пищи и сна.

7.3. Проведение прогулок в зимний период организуется с учетом погодных условий. Длительность прогулки на улице сокращается при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с установленных в графике показателей соответствующих возрасту детей:

- младшие группы до -20°С тихо - не менее 1 часа, от -18°С ветер до 5 м/с - не менее 30 мин;
- средние группы до -25°С тихо - не менее 1 часа, от -20°С ветер до 7 м/с до -24°С ветер до 2 м/с (включительно) - не менее 30 мин;
- старшие, подготовительные группы до -30°С тихо не менее 1 часа, от -25°С ветер до 10 м/с до -29°С ветер до 3 м/с (включительно)- не менее 30 мин.

7.4. Время выхода воспитанников на прогулку определяется режимом дня каждой возрастной группы, утвержденным приказом руководителя Учреждения на текущий учебный год.

7.5. Решение об отмене или сокращении времени прогулки принимает заведующий или старший воспитатель на основании прогноза погодных условий и доводит его до сведения воспитателей Учреждения. Прогулка не проводится для детей 2 - 4 лет при температуре воздуха ниже -15 градусов и

скорости ветра более 15 м/с, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже -20 градусов и скорости ветра более 15 м/с.

7.6. В случае отмены прогулок в Учреждении с воспитанниками организуются различные виды деятельности, компенсирующие недостаток двигательной активности в функциональных помещениях и группах Учреждения.

## **8. Требования к организации прогулок за пределами Учреждения**

8.1. Планирование прогулок за пределы участка начинают со старшей группы.

8.2. При подготовке к прогулке воспитатель предварительно осматривает место прогулки, маршрут следования, согласовывает с руководителем образовательной организации. Маршрут движения группы должен предусматривать возможно меньшее число пересечений проезжей части и, по возможности, использование только регулируемых переходов.

8.3. Руководитель издает приказ и проводит внеплановый инструктаж по организации прогулок и экскурсий за пределы участка Учреждения со всеми работниками, сопровождающими детей, согласовывает общее количество детей, отправляющихся на прогулку.

8.4. В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчета один взрослый на 15 детей. Воспитатель должен предварительно осмотреть маршрут следования и согласовать его с руководителем Учреждения.

8.5. Если часть детей группы остались в Учреждении, они находятся под присмотром младшего воспитателя или другого специалиста Учреждения, на которого возможно возложение ответственности за жизнь и здоровье детей.

8.6. Детей во время прогулок, экскурсий должны сопровождать не менее двух взрослых. Один из сопровождающихся назначается ответственным.

8.7. Дети строятся в колонну по два и берут друг друга за руки. Во время движения колонной в руках у детей не должно быть никаких предметов или игрушек.

8.8. Один из сопровождающих колонну находится впереди колонны, второй - позади.

8.9. Каждый из сопровождающих должен иметь красный флажок. Группа должна быть обозначена красными флажками, которые несут первая и последняя пары детей.

8.10. Группа детей должна двигаться по тротуару или пешеходной дорожке, придерживаясь правой стороны. Если тротуар или пешеходная дорожка отсутствует, разрешается вести группу детей по левой обочине навстречу движению транспортных средств. Движение по обочине разрешается только в светлое время суток.

8.11. Перед пересечением проезжей части группу следует остановить на тротуаре, чтобы растянувшийся строй сгруппировался.



8.12. Пересекать проезжую часть разрешается только по обозначенным пешеходным переходам.

8.13. На регулируемом пешеходном переходе пересечение проезжей части разрешается только по разрешающим сигналам светофора или регулировщика.

Начинать движение можно только одновременно с включением разрешающего сигнала. Во время движения группы через проезжую часть дороги оба сопровождающих должны стоять на проезжей части по обеим ее сторонам лицом навстречу движения транспортных средств, с поднятыми вверх красными флажками.

В случае смены сигналов до окончания пересечения группой проезжей части сопровождающие остаются на ней до окончания движения группы и покидают проезжую часть после последней пары детей.

8.14. При пересечении проезжей части на нерегулируемых перекрестках и пешеходных переходах группу следует остановить на тротуаре. Перед началом перехода сопровождающие должны выйти на обе стороны проезжей части с поднятыми красными флажками, чтобы привлечь внимание водителей, и, только убедившись, что их сигналы восприняты, старший сопровождающий разрешает переход. Сопровождающие покидают проезжую часть после последней пары детей.

8.15. Пересечение проезжей части вне обозначенных пешеходных переходов или перекрестков запрещено. Пересекать проезжую часть разрешается под прямым углом к краю проезжей части и только на участках без разделительной полосы и ограждений, там, где она хорошо просматривается в обе стороны. Перед началом пересечения группой проезжей части сопровождающие выходят на нее, становятся с поднятыми красными флажками лицом навстречу движения транспортных средств. Убедившись в безопасности перехода, старший сопровождающий подает команду, разрешающую начало перехода.

8.16. Избегать прогулок по улицам с большим движением.

8.17. По окончании прогулки, экскурсии проверить наличие воспитанников, сообщить заведующему о возвращении.

## **9. Изменения, дополнения, срок действия**

9.1. Настоящее Положение действует до принятия нового.

9.2. Изменения в настоящее Положение могут вноситься в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации и Уставом Учреждения.

9.3. Положение принимается Педагогическим советом с учетом мнения Совета родителей и действует со дня утверждения его приказом руководителя Учреждения.

9.4. Настоящее положение размещается на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Прошнуровано, прошумеровано,  
скреплено печатью  
9 / *девять* листов

Заведующий МБДОУ "Детский сад №76"  
*Е.С. Маркова*  
Е.С. Маркова

