

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение разработано для муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Вязьма- Брянский детский сад «Солнышко» Вяземского района Смоленской области (далее – Учреждение) в соответствии с Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам учреждения, Основная образовательная программа МБДОУ Вязьма- Брянского детского сада «Солнышко» Вяземского района Смоленской области, СанПиН 2.4.1.3049-13, Уставом ДОУ, инструкцией по охране жизни и здоровья детей, режимом дня МБДОУ Вязьма- Брянского детского сада «Солнышко» Вяземского района Смоленской области.

1.2. Настоящее Положение регламентирует организацию прогулок в Учреждении.

1.3. Положение принимается Педагогическим советом Учреждения и утверждается приказом руководителя Учреждения. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом и утверждаются приказом руководителя Учреждения.

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

2.1. Прогулка – режимный момент жизнедеятельности детей в Учреждении, гуляние, отдых на открытом воздухе.

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

2.3. Задачи прогулки:

оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;  
создавать благоприятные условия развития воспитанников в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;  
формировать привычку к здоровому образу жизни;  
способствовать развитию социальных, нравственных, эстетических, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка;

оптимизировать двигательную активность детей;

способствовать социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию детей;

2.4. Виды прогулки (по месту проведения):

на участке Учреждения;

пешеходные прогулки за пределы участка Учреждения;

2.5. Виды прогулок (по содержанию):

традиционная;

тематическая;

целевая (проводится со 2-й младшей группы с выходом за пределы участка детского сада);

экскурсия (проводится систематически со средней группы не менее 1 раза в месяц);

поход (с детьми старшего дошкольного возраста);

пеший переход (согласно расписания НОД, сетевого взаимодействия).

## **3. Требования к оборудованию и санитарному содержанию участка детского сада для проведения прогулок.**

- 3.1. Оборудование и санитарное содержание участка должно соответствовать требованиям п. 3. СанПиН 2.4.1. 3049-13.
- 3.2. Зона игровой территории включает в себя: групповые площадки – индивидуальные для каждой группы и общую физкультурную площадку.
- 3.3. Уборка участков от мусора проводится дворником ежедневно: утром за 1 час до прихода детей и по мере загрязнения территории.
- 3.4. При сухой и жаркой погоде организуется полив участков, песка не менее 2-х раз в день.  
В зимнее время дорожки, ведущие к участкам и всю асфальтированную поверхность территории учреждения, дворник очищает от снега по мере необходимости, территорию допускается посыпать песком, использование химических реагентов не допускается.  
В зимнее время силами сотрудников, воспитанников и их родителей участки очищаются от снега, оформляются ледяными фигурами, горками, крепостями и пр.  
В летнее время силами сотрудников, воспитанников и их родителей участки украшаются цветами, безопасными растениями, кустарниками, допускается разбивка мини-огорода и пр.
- 3.5. У входа в здание следует иметь решетки, скребки, коврики, щетки, веники для очистки верхней одежды и обуви от мусора, песка и снега.

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

- 4.1. Перед выходом детей на прогулку младший воспитатель осматривает территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии со своей должностной инструкцией.
- 4.2. Решение о проведении, отмене или сокращении времени прогулки на свежем воздухе принимает воспитатель на основании СанПиН 2.4.1. 3049-13, п. 11.5., фактического состояния погодных условий, наличия или отсутствия загазованности воздуха, и утвержденного графика определения погодных условий для установления возможности отмены и сокращения прогулок на свежем воздухе.
- 4.3. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет до 4 часов, в зависимости от состояния погоды и утвержденного для каждого возраста режима дня.
- 4.4. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра от 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.
- 4.5. Режим длительности проведения прогулок на свежем воздухе:
- 4.5.1. Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на свежем воздухе с перерывами для приема пищи и сна.
- 4.5.2. Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены и сокращения прогулок на свежем воздухе. Длительность прогулки на улице сокращается при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра от 7 м/с и составляет:

Возраст детей	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет	От 5 до 7 лет
Температура воздуха, скорость ветра	t до -19 С, безветренно или до 3 м/с	t до - 20 С, безветренно, или до 3 м/с	t до - 20 С, безветренно, или до 3 м/с
Продолжительность прогулки	1 час	1 час, 20 мин	1 час, 30 мин
Температура воздуха, скорость ветра	t - 15 С, ветер до 7 м/с	t - 15 С, ветер до 7 м/с	t - 15 С, ветер до 7 м/с
Продолжительность прогулки	40 мин	1 час	1 час, 10 мин
Температура воздуха, скорость ветра	t от - 20 С	t от - 21 С	t от - 21 С

Продолжительность прогулки	отменяется	отменяется	отменяется
----------------------------	------------	------------	------------

До -15 С и скорости ветра до 7 м/с – длительность прогулки определяется режимом дня.

4.5.3. График определения погодных условий для установления возможности отмены и сокращения прогулок на улице с воспитанниками доводится до сведения родителей воспитанников и размещается на информационном стенде Учреждения.

4.6. В зимний период прогулки на воздухе проводятся 2 раза в день в первую половину дня – до обеда, во вторую половину дня перед уходом детей домой.

4.7. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется основной образовательной программой учреждения, режимом дня.

4.8. Перед выходом на прогулку воспитатель и младший воспитатель группы, должны следить, чтобы дети не оставались долго одетыми в помещении во избежание перегрева. Следить за исправностью и соответствием одежды и обуви детей микроклимату и погодным условиям. (Необходимо заблаговременно ознакомить родителей (законных представителей), как одевать ребенка).

4.9. В случае повышения содержания посторонних газов в воздухе во время прогулки, воспитатель должен немедленно завести детей в помещение.

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

4.11. В процессе прогулки воспитатель должен обучать детей навыкам безопасного поведения, правилам безопасного обращения с различными предметами.

4.12. При выборе игр воспитатель должен учитывать психофизиологические особенности детей данного возраста, площадь прогулочного двора.

4.13. При раскачивании на качелях и пр. следить, чтобы рядом не было других детей.

4.14. Запрещается:

оставлять детей одних, без присмотра воспитателя, либо другого работника учреждения; использовать в детских играх острые, колющие, режущие предметы, сломанные игрушки.

4.15. О каждом несчастном случае с ребенком воспитатель должен немедленно поставить в известность руководителя, родителей, оказать первую медицинскую помощь при необходимости привлечь медицинский персонал. Организовать доставку ребёнка 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 организует с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты.

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, гетры, затем кофты, комбинезон, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду и шарф.

5.1.4. Возвращаются дети с прогулки также по подгруппам. Младший воспитатель забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 10—15 минут с воспитателем.

5.1.5. Младший 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 летний период после возвращения детей с прогулки помимо основных гигиенических процедур, необходимо организовать – мытьё 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°C и слабом ветре одежда детей должна состоять из трех слоев, включая белье. Верхняя одежда состоит из утепленной куртки, брюк или гамаш; на ногах утепленные ботинки;

при температуре от -4 до -10°C 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 детям надевают легкие головные уборы.

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

## **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 вида предыдущего занятия. 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.

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

6.4. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим с учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, 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: 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, развивающей среды; индивидуальные задания (в соответствии с календарным планированием).

6.7. В зависимости от погодных условий двигательная деятельность детей на воздухе может быть различной интенсивности, чтобы дети не переохлаждались или не перегревались. Всё это необходимо продумывать воспитателю перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеоусловия.

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

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

6.10. Особенности организации двигательной активности на прогулке 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.

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

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

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

6.14. 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.

## **7. Требования к организации прогулок за пределами участка Учреждения.**

7.1. Планирование прогулок за пределы участка начинают со 2 младшей группы.

- 7.2. Содержание прогулок определяется основной образовательной программой МБДОУ Вязьма- Брянского детского сада «Солнышко» Вяземского района Смоленской области .
- 7.3. При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, который согласовывается со старшим воспитателем. Маршрут движения группы должен предусматривать, как можно меньшее число пересечений проезжей части и, по возможности, использование только регулируемых переходов.
- 7.4. Заместитель заведующего по ВМР проводит целевой инструктаж по организации прогулок и экскурсий за пределы участка Учреждения со всеми работниками, сопровождающими детей, согласовывает общее количество детей, отправляющихся на прогулку.
- 7.5. В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчета один взрослый на 15 детей. Воспитатель должен предварительно осматривать маршрут следования и согласовывать его со старшим воспитателем.
- 7.6. Если по каким-то причинам дети из группы остались в Учреждении, они по указанию заведующего Учреждением должны находиться под присмотром определенного работника, на которого возможно возложение ответственности за жизнь и здоровье детей.
- 7.7. Детей во время прогулок, экскурсий должны сопровождать не менее двух взрослых. Один из сопровождающих назначается старшим.
- 7.8. 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.
- 7.9. Один из сопровождающих колонну находится впереди группы, второй - позади.
- 7.10. Каждый из сопровождающих должен иметь красный флажок. Группа должна быть обозначена красными флажками, которые несут первая и последняя пары детей.
- 7.11. 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.
- 7.12. Перед пересечением проезжей части группу следует остановить на тротуаре, чтобы растянувшийся строй сгруппировался.
- 7.13. Пересекать проезжую часть разрешается только по обозначенным пешеходным переходам, а если их нет - на перекрестках по линии тротуаров или обочин.
- 7.14. На регулируемом 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 движению транспортных средств с поднятыми 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.
- 7.15. 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.
- 7.16. Пересечение проезжей части вне обозначенных пешеходных переходов или перекрестков разрешается только как исключение, в одном случае: вне населенных пунктов при отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка. 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 движению транспортных средств. Убедившись в безопасности перехода, старший сопровождающий подает команду, разрешающую начало перехода.

7.17. Избегать прогулок по улицам с большим движением.

7.18. По окончании прогулки, экскурсии проверить наличие воспитанников, сообщить старшему воспитателю о возвращении.

## **8. Требования к организации прогулки в помещениях Учреждения в дни отмены прогулок на улице.**

8.1. В зимний период в соответствии с графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, исключается или сокращается время пребывания детей на свежем воздухе. В дни сокращения времени или отмены прогулок на свежем воздухе необходимо компенсировать недостаток двигательной активности детей хорошо продуманной организацией динамической (двигательной) прогулки в хорошо проветренных помещениях учреждения.

8.2. В содержание прогулки, проводимых в групповых и функциональных помещениях учреждения, должны быть включены все структурные элементы (см. п. 6.) с учетом имеющихся условий.