

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 204 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением  
деятельности по физическому направлению развития детей»**

660021 г. Красноярск, ул. Ленина, д. 165 тел. 8 (391) 221-47-12 [dou.204@mail.ru](mailto:dou.204@mail.ru)

**ПРИНЯТО:**

На Педагогическом совете  
Протокол № 2 от 18.12.2020 г.

И.И. Булукова

**СОГЛАСОВАНО:**

Родительским комитетом

Протокол №

« 19 » 12 20 20

**УТВЕРЖДАЮ:**

И.о. заведующего МБДОУ № 204

Н.В. Матрехина

Приказ № 01-03/108-1 от 18.12.2020 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ  
ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛОК  
МБДОУ № 204**

Красноярск  
2020

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение разработано для МБДОУ № 204 (далее — Учреждение) в соответствии с Федеральным законом РФ № 273 ФЗ «Об образовании» п.5 ст. 18, Типовым положением об образовательном учреждении, Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13», Уставом Учреждения, инструкцией по охране жизни и здоровья детей, режимом воспитания и обучения детей.

1.2. Настоящее положение регламентирует организацию прогулок в Учреждении.

1.3. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом и утверждаются руководителем Учреждения.

1.4. 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 дошкольном учреждении.

2.1. Целью прогулки является укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

2.2. Цель прогулки достигается посредством следующих задач:

- 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 и физическому развитию детей.

2.3. Виды прогулки (по месту проведения):

- на участке дошкольного учреждения;
- пешеходные прогулки за пределы участка (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров);

## **3. 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.

3.1.2. 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
- приемную.

В первую подгруппу следует включать медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания. Процедура одевания заканчивается одновременно для первой и второй подгруппы детей.

- воспитатель выводит детей на прогулку после процедуры пересчета и сверки со списком

присутствующих;

- воспитатель идет впереди колонны детей;

- младший воспитатель замыкает колонну детей, следя, чтоб никто не остался в приемной, и сопровождает группу до прогулочного участка.

- в помощь при одевании в каждую группу младшего дошкольного возраста закрепляются сотрудники из числа младшего обслуживающего персонала и специалистов Учреждения, согласно распорядительному акту об оказании помощи сотрудникам при одевании детей младшей группы на прогулку;

3.1.3. Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться порядка одевания:

колготки/кальсоны, носки, кофты, шапки, верхнюю одежду, шарф, обувь одевается перед выходом на улицу.

3.1.4. Перед каждым выходом детей на прогулочный участок младший воспитатель осматривает территорию на предмет безопасности.

3.1.5. Возвращаются дети с прогулки под присмотром двух взрослых. Младший воспитатель выходит к окончанию прогулки на участок группы, дети пересчитываются воспитателем в присутствии младшего воспитателя. Группа заходит в садик колонной, впереди которой идет воспитатель, замыкает младший воспитатель.

Воспитатель и младший воспитатель помогают детям развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Воспитатель проходит вместе с первым раздевшимся ребенком в туалет для мытья рук и отслеживает эту процедуру до последнего раздевшегося ребенка, а младший воспитатель помогает раздеваться оставшимся в раздевалке детям и выходит оттуда вместе с последним воспитанником.

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°C и слабом ветре одежда детей должна состоять из трех слоев, включая белье. Верхняя одежда состоит из утепленной куртки и штанов; на ногах утепленные ботинки на нескользящей подошве;

- 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 дети должны быть обеспечены легкими головными уборами.

#### 4. Организация и содержание прогулок на участке Учреждения

4.1. Ежедневно до прихода детей в детский сад воспитатель должен предварительно осмотреть территорию ДООУ на предмет соответствия нормам требований техники безопасности.

4.2. При организации прогулки следует учитывать метеорологический прогноз, а также информацию о неблагоприятных метеорологических условиях (далее – НМУ \*).

Заведующий Учреждением получает информацию от Федеральной службы по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды (Росгидромет) о НМУ для города Красноярск, сообщает о степени НМУ старшему воспитателю, фиксирует информацию в Журнале оповещений о НМУ. Старший воспитатель информирует всех воспитателей о степени НМУ и принимает необходимые меры по ограничению пребывания детей МБДОУ на открытом воздухе.

4.3. Особенности организации прогулки в период неблагоприятных метеорологических условий:

- при НМУ первой степени время пребывания детей на открытом воздухе сокращается на 20 минут.

- при НМУ второй степени время пребывания детей на открытом воздухе сокращается на 40 минут.

- при НМУ третьей степени прогулка и дополнительная физическая активность детей разновозрастных групп с пребыванием на открытом воздухе исключается.

При НМУ третьей степени воспитатели и инструктор по физической культуре организуют проведение образовательной деятельности по физической культуре в закрытых помещениях, усиливают контроль за самочувствием детей, особенно за детьми, страдающими хроническими аллергическими заболеваниями.

---

*\* Неблагоприятные метеорологические условия – это метеорологические условия, способствующие накоплению загрязняющих веществ в приземном слое атмосферного воздуха. Вредоносное воздействие атмосферного воздуха на человека, в том числе на детей, создается при условии превышения установленных гигиенических нормативов загрязняющих веществ, содержащихся в нем.*

При жалобах воспитанников на ухудшение самочувствие воспитатели незамедлительно сообщают медицинскому сотруднику, заведующему МБДОУ, обеспечивают незамедлительный вызов скорой медицинской помощи.

4.4. Прогулка должна состоять из следующих структурных элементов:

- наблюдение, беседа;
- индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников;
- трудовые поручения;
- самостоятельная деятельность детей;
- дидактические игры;
- двигательная активность: подвижные, спортивные игры, спортивные упражнения (в случае, если в этот день на улице проводится занятие по физической культуре, двигательную активность можно заменить играми малой подвижности в

целях профилактики физического переутомления дошкольников);

4.5. 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, то на прогулке необходимо сначала провести малоподвижные игры, затем пробежки, затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, то прогулка начинается с наблюдения или спокойной игры. Заканчивается прогулка всегда подвижной или спортивной игрой.

4.6. Каждый из обязательных компонентов прогулки длится от 7 до 15 минут и осуществляется

на фоне самостоятельной деятельности детей.

4.7. 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. Проведение непосредственно образовательной деятельности во время прогулки допускается, если это входит в план работы воспитателя или инициировано детьми под непосредственным контролем взрослого, а также не нарушает режима дня и нагрузки детей.

4.8. Организация наблюдений: процесс наблюдения может быть организован за объектами и погодными явлениями, в начале 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). Обязательно обеспечивается процесс наблюдения за живыми объектами на безопасном расстоянии от детей.

4.9. Организация двигательной активности.

4.9.1. 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 (если соблюдаются правила безопасности и позволяет территория участка ДООУ). К спортивным играм относятся: городки, баскетбол, пионербол, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей.

- организация самостоятельной двигательной активности, характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей, организации развивающей среды.

- индивидуальные задания (в соответствии с календарным планированием).

4.9.2. 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 метеоусловия в тот или иной день.

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

4.10. Особого внимания требуют дети со сниженной подвижностью, малоинициативные,

которых следует выделять из общей массы и вовлекать в подвижные игры.

4.11. 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.

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

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

4.14. 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.

4.15. 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, полицию, родителей согласно схеме оповещения.

4.16. 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.

4.17. Воспитателю запрещается

- оставлять детей одних, без присмотра подменного воспитателя либо младшего воспитателя;

- использовать в детских играх острые, колющие, режущие предметы, сломанные игрушки.

4.18. О каждом несчастном случае с ребенком воспитатель должен немедленно известить руководителя, родителей (законных представителей), при необходимости привлечь медицинский персонал Учреждения для оказания первой медицинской помощи, организовать доставку ребёнка в травмпункт.

4.19 Воспитатель обязан следить за тем, чтобы все воспитанники находились на закрепленном за группой участке. О выходе воспитанника за пределы МБДОУ необходимо незамедлительно сообщить заведующему Учреждением, действовать в соответствии с алгоритмом и должностной инструкцией.

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

5.1. Планирование прогулок за пределы участка подтверждается заявлением воспитателя и приказом заведующего с разрешением на выход, а также согласием родителей всех детей, выходящих на экскурсию/прогулку за пределы территории ДОУ;

5.2. Планирование прогулок за пределы участка начинают со старшей группы (5-6 лет).

5.3. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим миром или в соответствии с планом воспитателя;

5.4. При подготовке к прогулке/экскурсии воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, согласовывать с заведующим. Маршрут движения группы должен предусматривать меньшее число пересечений проезжей части и, по возможности, использование только регулируемых переходов;

5.5. Заведующий или старший воспитатель проводит целевой инструктаж по организации прогулок и экскурсий за пределы участка Учреждения со всеми работниками, сопровождающими детей, согласовывает общее количество детей, отправляющихся на прогулку.;

5.6. В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчета один взрослый на 10 детей. В прогулке за пределы МБДОУ участвуют один воспитатель, младший воспитатель и старший воспитатель. В качестве сопровождающих лиц на прогулке/экскурсии могут присутствовать родители (законные представители) воспитанников группы.

5.7. Ответственность за жизнь и здоровье детей во время прогулки/экскурсии несут все сотрудники МБДОУ (воспитатели, младшие воспитатели, старший воспитатель).

5.8. Построение детей на прогулку.

5.8.1. 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.

5.8.2. Старший воспитатель находится впереди группы, младший воспитатель – посередине колонны, воспитатель замыкает колонну.

5.8.3. Каждый из сопровождающих должен иметь красный флажок. Все воспитанники должны быть одеты в жилеты со светоотражающими элементами.

При отсутствии жилетов воспитатели обязаны обеспечить воспитанников светоотражаемыми элементами (фликерами).

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

5.10. 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.

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

5.12. На прогулке воспитатели обязаны обеспечить детей питьевой водой.

## **6. Продолжительность прогулок. График проведения прогулок.**

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

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

6.3. Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности не проведения прогулок на улице с воспитанниками МБДОУ, который составляется с учетом температуры воздуха и силы ветра.

6.4. График определения погодных условий для установления возможности не проведения прогулок на улице с воспитанниками МБДОУ доводится до сведения родителей всего Учреждения под роспись.

6.5. В зимний период прогулки на воздухе проводятся 2 раза в день в первую половину дня - после завтрака или перед обедом, во вторую половину дня перед уходом детей домой;

6.6. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом воспитания и обучения, согласованным с заведующим МБДОУ

## **7. Структура прогулки и продолжительность структурных элементов.**

1. Наблюдения за живой и неживой природой, за сезонными изменениями в природе - 5-7 минут;

2. экскурсии по заранее проложенному плану и маршруту с разрешения администрации ДОУ - до 1 ч.

3. Труд детей на участке (трудовые поручения на участке), забота о птицах, участие детей в уходе за растениями -10-15 минут

4. Самостоятельная деятельность детей (организованная воспитателем) 15 - 20 минут

5. Индивидуальная работа по развитию движений - 5-7 мин.

6. Закрепление пройденного материала на занятиях: индивидуальная работа с воспитанниками по ИЗО (рисование на песке, земле, снегу, асфальте мелом); по

закреплению танцевальных элементов; д/и развивающего характера; словесные игры на развитие речи, восприятия, логики, мышления, пополнения словаря; загадывание и отгадывание загадок — 5-7 минут

7. Творческие, сюжетно-ролевые игры— 15-30 минут

8. Игры с природным материалом, сбор природного материала (доступный на территории ДОУ) -5-7 минут.

9. Словесные игры на развитие речи, восприятия, логики, мышления, пополнения словаря - 5-7 минут

10. Подвижная игра (п/и с атрибутами, с текстом - в младшем и среднем возрасте обязательно, в старшем и подготовительной группах - дополнительно словесное руководство) 7-10 мин.

11. Спортивная игра 5-7 минут (спортивное развлечение 1 раз в неделю - во всех группах - время по возрасту), старшая и подготовительная группы ф-ра на воздухе 1 раз в неделю - время по возрасту

При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается, (основание - п. 11.6 СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» от 15.05.2013; с изменениями 2.4.1.3049-13 от 29.05.2013).

## **8. Требования к оборудованию и санитарному содержанию участков Учреждения для проведения прогулок.**

8.1. Оборудование и санитарное содержание участка должно соответствовать СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013 (с изменениями 2.4.1.3049-13 от 29.05.2013);

8.2. Зона игровой территории включает в себя: групповые площадки – индивидуальные для каждой группы и общую физкультурную площадку (зона с оборудованием для подвижных игр, зоны с гимнастическим оборудованием и спортивными снарядами);

8.3. Уборка участка проводится ежедневно и по мере загрязнения территории.

8.4. При сухой и жаркой погоде воспитателем производится полив песка ежедневно.

8.5. На групповых участках устанавливаются навесы, беседки для защиты от солнца и осадков. 8.6. Для хранения игрушек, используемых на территории Учреждения, выделяется специальное место. Воспитатель несет ответственность за безопасность выносных игрушек, их исправность, чистоту и условия хранения.

8.7. Обновление песка на групповых площадках проводится ежегодно в весенний период.

8.8. В отсутствие детей воспитатель закрывает песочницы защитными приспособлениями во избежание загрязнения песка. При обнаружении возбудителей паразитарных болезней проводится внеочередная смена песка.