

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Падовка муниципального района Пестравский Самарской области**

ПРИНЯТО:

На Управляющем совете  
школы

Протокол № 1

от 20 января 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор ГБОУ СОШ

с. Падовка

\_\_\_\_\_ В. Е. Железникова

**Положение об организации  
прогулок в структурных  
подразделениях ГБОУ СОШ с.  
Падовка, реализующих программы  
дошкольного образования**

«Рассмотрено»

на заседании  
общешкольного  
родительского  
комитета

Протокол № 1 от 20.01.2022

Председатель

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее положение регламентирует порядок организации прогулок с обучающимися (воспитанниками) структурных подразделений ГБОУ СОШ с. Падовка, реализующих программы дошкольного образования (далее – СП) в соответствии с:

- Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,
- Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Уставом ГБОУ СОШ с. Падовка,
- инструкцией по охране жизни и здоровья детей,
- режимом дня в каждой возрастной группе.

1.2. Положение принимается Общим собранием, с учетом мнения родителей и педагогического совета и утверждается приказом директора. Изменения и дополнения в настоящее положение вносятся Общим собранием работников, с учетом мнения родителей и педагогического совета и утверждаются приказом директора.

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 СП ГБОУ СОШ с. Падовка.

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

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;

- способствовать повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста;
- оптимизировать двигательную активность детей;
- способствовать познавательному-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному развитию детей.

2.2. Виды прогулки (по месту проведения):

- на участке ОУ;
- пешеходные прогулки за пределы участка ДОО (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров).

2.3. Виды прогулок (по содержанию):

- традиционная;
- тематическая;
- целевая (проводится со старшей группой с выходом за пределы участка детского сада);
- экскурсия (проводится, начиная со старшей группы не чаще 1 раза в квартал);

2.1. Виды прогулок (по содержанию):

- традиционная;
- тематическая;
- целевая (проводится со старшей группой с выходом за пределы участка детского сада);
- экскурсия (проводится, начиная со старшей группы не чаще 1 раза в квартал);

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

3.1. Оборудование и санитарное содержание участка должно соответствовать СП 2.4.3648-20 , СанПиН 1.2.3685-21

3.2. Зона игровой территории включает в себя :

- групповые площадки

- индивидуальные для каждой группы.

3.3. Уборка участка проводится пом. воспитателя ежедневно: утром за 1 час до выхода детей и по мере загрязнения территории.

3.4. При сухой и жаркой погоде полив участка, песка проводится не менее 2 - х раз в день.

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

4.1. Перед выходом детей на прогулку пом. воспитателя осматривает территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности.

Решение о проведении, отмене или сокращении времени прогулки на свежем воздухе принимает ст. воспитатель в соответствии с фактическим состоянием погодных условий и доводит его до сведения воспитателей и директора. Информация о сокращении времени или отмены прогулок на свежем воздухе в зимний период доводится до сведения родителей (законных представителей) воспитанников. В случае отмены прогулок из-за погодных условий с детьми организуются занятия, компенсирующие недостаток двигательной активности в помещениях СП.

4.2. Перед выходом на прогулку работники СП, занятые одеванием детей, 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.

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

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

4.5. При выборе игр воспитатель должен учитывать психофизиологические особенности детей данного возраста, площадь прогулочного дворика.

4.6. При раскачивании качелей следить, чтобы рядом не было других детей.

4.7. Запрещается:

- оставлять детей одних, без присмотра работников СП;

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

4.8. О каждом несчастном случае с ребенком воспитатель должен немедленно известить директора, родителей, при необходимости привлечь медицинского работника для оказания первой медицинской помощи. Организовать доставку ребёнка в пункт скорой помощи.

### **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.

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;
- пом. воспитателя проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит детей в приемную;
- воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а пом. воспитателя заканчивает одевание второй подгруппы и провожает детей на участок к воспитателю;
- в помощь при одевании в каждую группу младшего дошкольного возраста закрепляются сотрудники из числа работников СП;
- 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.

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

5.1.5. Пом. воспитателя 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 необходимо организовать гигиенические процедуры.

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°C до -3°C и слабом ветре одежда детей должна состоять из трех слоев, включая белье. Верхняя одежда состоит из утепленной куртки, брюки или гамаш; на ногах утепленные ботинки;
- при температуре от -4°C до -10°C детей надевают зимнюю куртку или пуховик при трех слоях одежды.
- при более низких температурах рекомендуется увеличивать количество слое 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, гамаш, 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 СП.**

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, постановку познавательной задачи, проблемную ситуацию); приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение, использование детского опыта).

6.6. Организация двигательной активности.

6.1.1. В двигательную деятельность детей на прогулке следует включать:

- подвижные игры и физические упражнения на прогулке в первой половине дня: в младшей группе - 6-10 мин,  
в средней группе - 10-15 мин,  
в старшей и подготовительной группах - 20-25 мин.

На прогулке во второй половине дня:

в младшей и 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, 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).

6.6.2. 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.

6.6.3. 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.

6.6.4. 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.

6.6.5. 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.

6.7. 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.

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.

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

гигиеническим требованиям.

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

## **7. Требования к организации экскурсий и целевых прогулок за пределами участка.**

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

7.2. Не позднее чем за 2 (два) дня до планируемого выхода воспитанников СП необходимо уведомить родителей (законных представителей), получить их согласие (Приложение №1 к Положению).

7.3. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим.

7.4. При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, согласовывать с директором. Маршрут движения группы должен предусматривать возможность меньшего числа пересечений проезжей части и, по возможности, использование только регулируемых переходов.

7.5. Директор или старший воспитатель, назначенный приказом, проводит целевой инструктаж по организации прогулок и экскурсий за пределы участка СП со всеми работниками, сопровождающими детей, согласовывает общее количество детей, отправляющихся на прогулку.

7.6. 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 с директором.

7.7. Если по каким-то причинам дети из группы остались в СП, они по указанию директора должны находиться под присмотром определенного работника, на которого возложена ответственность за жизнь и здоровье детей.

7.9. Детей во время прогулок, экскурсий должны сопровождать не менее двух взрослых. Один из сопровождающих назначается старшим.

7.10. 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.

7.11. Один из сопровождающих колонну находится впереди группы, второй - позади.

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

7.13. Группа детей должна двигаться по тротуару или пешеходной дорожке, придерживаясь правой стороны.

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

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

7.16. 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.

7.17. Избегать прогулок по улицам с большим движением.

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

- Не допускается подвергать воспитанников опасным факторам: изменение маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;

- передвижение босиком;
- укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися и насекомыми;
- отравления ядовитыми растениями, грибами;
- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных источников.

7.22 Экскурсии на водоём или пруд могут проводиться только после предварительного посещения места экскурсии педагогом, выбора удобного берега.

7.23. Купание и катание детей на лодках запрещено.

7.24. В жаркое время во избежание тепловых ударов, дети должны носить лёгкие головные уборы. Солнечные ванны проводятся только под наблюдением медицинской сестры.

7.25. При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися или насекомыми немедленно оказать доврачебную помощь, отправить ребёнка в ближайшее лечебное учреждение. Сообщить о случившемся заведующему ОУ и родителям (законным представителям) пострадавшего ребёнка.

7.26. При получении воспитанниками травмы оказать первую помощь, отправить в случае необходимости в лечебное учреждение. Сообщить о случившемся заведующему ОУ и родителям (законным представителям) ребёнка.

7.27. Продолжительность экскурсии или целевой прогулки не может превышать 2-х часов и зависит от возраста детей.

7.28. Отправляясь на прогулку или экскурсию, педагог должен знать число детей, которых он берёт с собой.

7.29. По окончании прогулки проверить по списку наличие воспитанников в группе.

7.30. Оценить самочувствие детей, осмотреть их на наличие царапин, клещей и т.п.

7.31. Обязательным условием осуществления выходов и выездов воспитанников СП являются благоприятные погодные условия.

7.32. Сопровождающие воспитанников СП должны иметь при себе медицинскую аптечку. Сопровождающие должны знать Инструкцию по правилам оказания первой медицинской помощи детям при травматических повреждениях, а также уметь оказывать первую доврачебную помощь до прибытия медицинского работника.

7.33. Перед осуществлением выходов воспитанников СП сопровождающие должны обеспечить запас питьевой воды, а также одноразовых стаканов для воспитанников.

7.34. До выхода воспитанников за пределы СП сопровождающий должен проверить списочный состав воспитанников СП, наличие согласия от родителей, сделать запись в Журнале регистрации выходов воспитанников за пределы СП (приложение 2).

7.35. На протяжении всего выхода (прогулки) сопровождающий постоянно пересчитывает воспитанников, контролирует, чтобы все воспитанники находились в его поле зрения.

7.36. По возвращению в детский сад, сопровождающий делает обязательную запись в Журнале регистрации выходов воспитанников о времени прибытия.

7.37 Сопровождающий, допустивший невыполнение или нарушение Инструкции для воспитателей по охране жизни, здоровья воспитанников на прогулочной площадке, во время целевых прогулок и экскурсий,

Инструкции по предупреждению детского дорожно - транспортного травматизма, Инструкции по охране жизни и здоровья детей при организации и проведении целевых прогулок за пределы детского сада, привлекается к дисциплинарной ответственности, проходит внеплановый инструктаж и проверку знаний по охране труда

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

8.1. В зимний период в соответствии с погодными условиями устанавливается возможность

сокращения времени пребывания детей на свежем воздухе или отмены прогулок на улице.

8.2. В дни сокращения времени или отмены прогулок на свежем воздухе необходимо компенсировать недостаток двигательной активности детей хорошо продуманной организацией динамической (двигательной) деятельности в помещениях СП.

## 9. Требования к продолжительности прогулки.

### Режим длительности проведения прогулок на улице.

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

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

9.3. Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками. Длительность прогулки на улице сокращается при температуре воздуха ниже и скорости ветра более установленных в графике показателей соответствующих возрасту детей.

9.4.

Группы раннего возраста	до -15 °С тихо	- не менее 1 часа
	от -12 °С ветер до 5 м/с	- не менее 30 мин
младшие группы	до -20 °С тихо	- не менее 1 часа
	от -15 °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	- не менее 30 мин
Старшие, подготовительные группы	до -25 °С тихо	- не менее 1 часа
	от -20 °С ветер до 10 м/с	- не менее 30 мин

9.5. 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.

9.6. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом дня



**Согласие родителей (законных представителей) воспитанника структурного подразделения  
детский сад «\_\_\_\_\_» ГБОУ СОШ с. Падовка на участие в экскурсии (целевой  
прогулке)**

Я, \_\_\_\_\_,

(Ф.И.О. родителя/ законного представителя полностью)

родитель (законный представитель)

(Ф.И.О. участника полностью) \_\_\_\_\_

(далее - «Участник»), \_\_\_\_\_ года рождения, зарегистрированного по адресу:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ добровольно соглашаюсь на участие моего ребенка в **экскурсии в**

\_\_\_\_\_ (далее - «Экскурсия»), проводимой по адресу

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ года в «\_\_\_\_\_» часов.

2. Я обязуюсь провести беседу с моим ребёнком о правилах поведения на экскурсии.
3. Я гарантирую, что мой ребёнок будет следовать всем требованиям организаторов экскурсии, связанным с вопросами безопасности.
4. В случае необходимости я готов воспользоваться медицинской помощью, предоставляемой моему ребёнку организаторами экскурсии.
5. Я согласен с тем, что фото и видео съёмка с участием моего ребёнка может быть размещена в средствах массовой информации.

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

(подпись) (Ф.И.О. родителя/ законного представителя)

« »

20 г.

Приложение №2 к Положению об  
организации прогулок с воспитанниками  
структурных подразделений ГБОУ  
СОШ с. Падовка

Журнал регистрации выходов воспитанников за пределы СП

Дата, время выхода	Ответственный за выход	Цель	количество воспитанников	Сопровождающий должность, ФИО	Время возвращения

Приложение №3 к Положению об  
организации прогулок с воспитанниками  
структурных подразделений ГБОУ  
СОШ с. Падовка



Журнал регистрации инструктажа сотрудников перед выходом, выездом  
воспитанников за пределы СП

Дата	ФИО инструктируемого	Должность	Наименование инструкции	ФИО инструктирующего	Подпись	
					инструктируемого	инструктирующего

### **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 для одевания 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 процесс одевания 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.
- 3.1.3. Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться порядка одевания: сначала дети надевают колготки, гамаши, затем кофты, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду, и шарф.
- 3.1.4. Возвращаются дети с прогулки также по подгруппам. Младший воспитатель забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 12—18 мин с воспитателем.
- 3.1.5. Младший воспитатель помогает детям развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Раздевшись, дети спокойно идут в группу и играют.
- 3.1.6. В летний период после возвращения с прогулки необходимо организовать мытьё 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 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°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 дети должны быть обеспечены легкими головными уборами.

## **1. Организация и содержание прогулок на участке Учреждения**

- 4.1. Перед выходом на прогулку дворник должен предварительно осмотреть территорию участка на предмет соответствия нормам требований техники безопасности.
- 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 (познавательное, социально-личностное, художественно-эстетическое, физическое, речевое);
- трудовые поручения;
- самостоятельная деятельность детей.

4.2. Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от вида предыдущей образовательной деятельности. Если дети занимались деятельностью, требующей повышенной познавательной активности и умственного напряжения, вначале на прогулке необходимо провести подвижные игры, пробежки, затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки была образовательная деятельность по физическому или музыкальному развитию, то прогулка начинается с наблюдения или спокойной игры.

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

4.4. Содержание прогулок определяется основной образовательной программой дошкольного воспитания, рабочей программой воспитателя с учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствии с перспективным планированием в каждой возрастной группе.

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

4.6. Организация двигательной активности.

4.6.1. 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).

4.6.2. 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.

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

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

4.6.4. 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.

4.7. 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.

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

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

4.10. 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.

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

4.12. 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 Учреждения.**

5.1. Планирование прогулок за пределы участка начинают со средней группы. 5.2. Содержание прогулок определяется основной образовательной программой дошкольного образования, рабочей программой воспитателя, перспективным планом.

- 5.3. При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, согласовывать 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 одного взрослого.
- 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. Динамический час проводится в соответствии с графиком в спортивном зале, в облегченной спортивной одежде.
- 6.3. Структура динамического часа:
  - 6.3.1. Оздоровительная разминка включает различные виды ходьбы (на носках, пятках, перекатом с пятки на носок, на внутренней и внешней стороне стопы, в полуприседе, в полном приседе, высоко поднимая

колени, с различным положением рук); бег в медленном и среднем темпе и виды бега (со средней группы) (с захлестыванием к голени, на прямых ногах, с высоким подниманием бедра, спиной вперед, приставным шагом правым и левым боком); прыжки на месте и с продвижением вперед (на одной и двух ногах, 3 прыжка на правой и 3 прыжка на левой, из стороны в сторону,

ноги врозь – ноги вместе, с поворотом на 90 и 180 градусов); имитационные движения, упражнения для профилактики плоскостопия и осанки (ходьба по ребристой доске, катание стопой различных предметов, упражнения с палочками плоскими, лежать на различных массажных ковриках, самомассаж).

Оздоровительная разминка может быть заменена игровыми упражнениями и подвижными играми с ходьбой и бегом.

6.3.2. Оздоровительно-развивающая часть включает игровые упражнения и подвижные игры; игровые упражнения, подвижные и спортивные игры; спортивные игры и игровые упражнения; игровые упражнения, игры- эстафеты; игровые упражнения, хороводные игры.

6.3.3. Заключительная часть включает игры на расслабление, на внимание, игры малой подвижности.

## **7. Продолжительность прогулок**

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

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. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

7.4. 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.

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

7.6. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом дня возрастной группы.



