

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение  
«Детский сад комбинированного вида «Орешек»**

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ «Орешек»

С.А. Бокерия

Приказ № 51 от 04.09 2019 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ  
об организации и проведении прогулок  
в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном  
учреждении «Детский сад комбинированного вида «Орешек»**

**I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1. Настоящее положение разработано для Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида «Орешек» (далее - Учреждение) в соответствии со статьей 41 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1. 3049-13 от 15.09.2013г., Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования от 30 августа 2013 г. № 1014, Уставом Учреждения и регламентирует организацию прогулок.
2. Настоящее положение регламентирует организацию прогулок в Учреждении.
3. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся педагогическим советом Учреждения и утверждаются приказом руководителя Учреждения.
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.

2.2. **Цель прогулки** – укрепление здоровья, физического и умственного развития детей, восстановления сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

### 3. **Задачи прогулки:**

- 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 развитию детей.

2.4. Виды прогулки (по месту проведения):

- на участке дошкольного учреждения;
- пешеходные прогулки за пределы участка (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров);
- прогулка при открытых фрамугах в физкультурном зале и групповых помещениях Учреждения в активированные дни.

## 3. ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ

3.1. Процедура подготовки и возвращения с прогулки:

- перед выходом на прогулку воспитатель организует с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты;
- одевание и раздевание детей при подготовке и возвращении с прогулки проводится по подгруппам (в летний период всей группой): воспитатель выводит одеваться первую подгруппу детей (в первую подгруппу следует включать медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания), в это время младший воспитатель – проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой, а затем 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.
- во избежание перегревания детей необходимо придерживаться порядка одевания: в начале дети одевают колготки, штаны, затем кофты, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду, и шарф.

• возвращаются дети с прогулки также по подгруппам. Младший воспитатель забирает с участка первую подгруппу детей.

3.2. В любое время года одежда и обувь должны соответствовать погоде, не перегревать и не переохлаждать детей.

#### **4. ОРГАНИЗАЦИЯ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГУЛОК НА УЧАСТКЕ УЧРЕЖДЕНИЯ**

4.1. 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.

4.2. 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.

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 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.

4.5. 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).

4.6. Организация двигательной активности:

• в двигательную деятельность детей на прогулке следует включать подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке: в группе от 3 до 4 лет – 6-10 мин, в группе от 4 до 5 лет – 10-15 мин, в группах от 5 до 7 лет – 20-25 мин. На вечерней прогулке: в группах от 3 до 5 лет – 10-15 мин, в группах от 5 до 7 лет – 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.

- организация самостоятельной двигательной активности зависит от индивидуальных потребностей и интересов детей, а также развивающей среды.

- индивидуальные задания проводятся в соответствии с календарным планированием.

4.7. 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 метеословия.

4.8. 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.

4.9. 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.

4.10. 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.

4.11. 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.

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 необходимый выносной материал, пособия для различных видов детской деятельности, соответствующей санитарно-гигиеническим требованиям, спортивный инвентарь (мячи, скакалки, кегли, обручи, самокаты, клюшки, санки, лыжи и т. д.)

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

## **5. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОГУЛОК ЗА ПРЕДЕЛАМИ УЧАСТКА УЧРЕЖДЕНИЯ**

- 5.1. Планирование прогулок за пределы участка начинается со средней группы.
- 5.2. Содержание прогулок определяется основной образовательной программой дошкольного учреждения.
- 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 экскурсий за пределы детского сада.
- 5.7. При движении колонны детей один взрослый идет впереди колонны, другой – сзади с сигнальными флажками.
- 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 АКТИРОВАННЫЕ 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 физкультурном зале и групповых помещениях Учреждения.
- 6.2. В активированные дни прогулка проводится при открытых фрамугах в физкультурном зале (согласно графику проведения прогулок) или групповых помещениях Учреждения согласно режиму дня.
- 6.3. В содержание прогулки должны быть включены все структурные элементы прогулки на участке с учетом имеющихся условий в физкультурном зале и групповых помещениях Учреждения.

## **7. ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ПРОГУЛОК**

- 7.1. В течение года прогулки проводятся ежедневно. Общая продолжительность прогулки составляет не менее 3-4 часов.

7.2. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом дня в Учреждении.

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. В летний период младший воспитатель должен обеспечить соблюдение питьевого режима.

7.4. В зимний период прогулки проводятся во всех возрастных группах в зависимости от погодных условий 2 раза в день: утренняя пробежка, в первую половину дня и во вторую половину дня после дневного сна и перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с для детей до 5 лет, а для детей 5 - 7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 7 м/с.

Пронумеровано, пронумеровано  
6 (шесть) листов

Заведующий МДБОУ «Орешек»

С. А. Бокерия

