

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 96 общеразвивающего вида»  
г. Сыктывкара**

<p>ПРИНЯТО на педагогическом совете протокол № № от «29» марта 2017 г.</p>	<p style="text-align: right;">УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ «Детский сад № 96» И. Н. Душева Приказ № 108 от «29» марта 2017 г.</p> 
--	---

**ПОЛОЖЕНИЕ  
ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛОК**

**I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящее Положение разработано для Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 96 общеразвивающего вида» г. Сыктывкара (далее - Учреждение) в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, с СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», Уставом Учреждения, Инструкцией «Организация охраны жизни и здоровья воспитанников во время пребывания в дошкольном образовательном учреждении».

1.2. Настоящее Положение регламентирует организацию прогулок в Учреждении.

1.3. Положение принимается педагогическим советом Учреждения и утверждается приказом заведующего Учреждением. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся педагогическим Советом и утверждаются приказом заведующего Учреждением.

**II. ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И ВИДЫ ПРОГУЛОК**

2.1. Прогулка – режимный момент жизнедеятельности воспитанников в Учреждении.

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

2.3. Задачи прогулки:

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;
- способствовать повышению уровня физической подготовленности воспитанников;
- оптимизировать двигательную активность воспитанников;
- способствовать познавательно-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному развитию воспитанников.

2.4. Виды прогулки (по месту проведения):

- на участке Учреждения;
- пешеходные прогулки за пределы участка Учреждения (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров);
- в функциональных помещениях Учреждения (в дни отмены прогулки по показаниям неблагоприятных погодных условий).

2.5. Виды прогулок (по содержанию):

- традиционная

- тематическая;
- целевая (проводится со средней группы с выходом за пределы участка Учреждения);
- экскурсия (проводится систематически со старшей группы не менее 1 раза в месяц);
- поход, пеший переход (с воспитанниками старшего дошкольного возраста).

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ОБОРУДОВАНИЮ И САНИТАРНОМУ СОДЕРЖАНИЮ УЧАСТКА УЧРЕЖДЕНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОГУЛОК**

3.1. Оборудование и санитарное содержание участка должно соответствовать требованиям СанПиН (п.2).

3.2. Зона игровой территории включает в себя: групповые площадки - индивидуальные для каждой группы и общую физкультурную площадку.

3.3. Уборка участка проводится дворником ежедневно: утром за 1 час до прихода воспитанников и по мере загрязнения территории.

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

### **IV. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛОК НА УЧАСТКЕ УЧРЕЖДЕНИЯ**

4.1. Перед выходом воспитанников на прогулку рабочий по обслуживанию и ремонту здания Учреждения 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 заместитель заведующего по УВР, старший воспитатель или медицинская сестра на основании графика определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками, фактического состояния погодных условий, наличия или отсутствия загазованности воздуха, и доводит его до сведения педагогических работников и заведующего Учреждения.

4.3. Перед выходом на прогулку работники Учреждения, занятые одеванием воспитанников, должны следить, чтобы они не оставались долго одетыми в помещении во избежание перегрева, следить за исправностью и соответствием их одежды и обуви микроклимату и погодным условиям.

4.4. В случае повышения содержания посторонних газов в воздухе во время прогулки, педагог должен немедленно завести воспитанников в помещение Учреждения.

4.5. При проведении прогулки педагог следит, чтобы воспитанники не уходили за пределы участка Учреждения. В случае самовольного ухода воспитанника немедленно сообщить о случившемся заведующему Учреждением, который организует поиски воспитанника, ставит в известность Управление дошкольного образования, полицию, родителей (законных представителей).

4.6. В процессе прогулки педагог должен обучать воспитанников навыкам безопасного поведения, правилам безопасного обращения с различными предметами.

4.7. При выборе игр педагог должен учитывать психофизиологические особенности воспитанников данного возраста, площадь прогулочного участка.

4.8. При раскачивании (раскручивании) качелей (карусели) следить, чтобы рядом не было других воспитанников.

4.9. Запрещается:

- оставлять воспитанников одних, без присмотра работников Учреждения;
- использовать в детских играх острые, колющие, режущие предметы, сломанные игрушки.

4.10. О каждом несчастном случае с воспитанником педагог должен немедленно известить заведующего (или дежурного администратора), родителей (законных

представителей), при необходимости привлечь медицинскую сестру Учреждения для оказания первой медицинской помощи. Организовать доставку воспитанника в травмпункт в ДРБ.

## **V. ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ И ВОЗВРАЩЕНИЮ С ПРОГУЛКИ**

5.1. Подготовка и возвращение с прогулки:

5.1.1. Перед выходом на прогулку педагог организывает с воспитанниками проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты.

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

-педагог выводит в приёмную одеваться первую подгруппу (в эту подгруппу следует включать медленно одевающихся воспитанников и воспитанников, не владеющих / слабо владеющих навыками самообслуживания);

-младший воспитатель проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит воспитанников в приёмную;

-педагог выходит с первой подгруппой воспитанников на прогулку, а младший воспитатель заканчивает одевание второй подгруппы и провожает воспитанников на участок к педагогу;

-в помощь при одевании в каждую группу раннего и младшего дошкольного возраста закрепляются работники: заместители заведующего, старший воспитатель, обслуживающий персонал;

-воспитанников 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 воспитанников необходимо придерживаться порядка одевания: в начале надевают колготки, гамашы, затем кофты, комбинезон, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду и шарф.

5.1.4. Возвращаются воспитанники с прогулки также по подгруппам. Младший воспитатель забирает с участка первую подгруппу воспитанников. Воспитанники второй подгруппы продолжают гулять ещё в течение 10-15 минут с педагогом.

5.1.5. Младший воспитатель помогает воспитанникам развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Раздевшись, воспитанники спокойно идут в группу.

5.1.6. В летний период после возвращения воспитанников с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру – мытьё ног.

5.2. Требования к одежде воспитанников:

-в любое время года одежда и обувь должна соответствовать погоде на данный момент и не должна перегревать или переохлаждать воспитанников;

-при колебаниях температуры от +3 до -3° С и слабом ветре одежда воспитанников должна состоять из трёх слоев, включая бельё. Верхняя одежда состоит из утеплённой куртки, брюк, гамаш или комбинезона; на ногах утеплённая обувь (ботинки);

-при температуре от -4 до -10° С воспитанникам надевают зимнюю куртку или пуховик при трёх слоях одежды;

-при более низких температурах рекомендуется увеличивать количество слоёв одежды до четырёх или пяти в зависимости от теплозащитных свойств верхней одежды;

-в летний период во избежание перегрева воспитанникам надевают лёгкие головные уборы.

5.3. Порядок хранения одежды в шкафчике: на верхней полке кладётся шарф, шапка. Кофта, гамашы, колготки, тёплые штаны, комбинезон и верхняя одежда – подвешены на крючках. Рукавички на резинке должны быть продёрнуты через рукава и вешалку верхней одежды. Обувь ставят на нижнюю полку, сверху кладут носки.

## VI. 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 воспитанников.

6.2. Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от предыдущего вида деятельности воспитанников в режиме дня. Если воспитанники занимались видом деятельности, требующим повышенной познавательной активности и умственного напряжения, то вначале прогулки проводятся подвижные игры, пробежки, затем – наблюдения. Если до прогулки организовывались активные виды двигательной деятельности воспитанников (НОД: музыка, физическая культура), 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 воспитанников.

6.4. Содержание прогулок определяется реализуемой в Учреждении Образовательной программой с учётом уровня двигательной активности предшествующей деятельности воспитанников, с учётом оздоровительно-профилактических задач и строится в соответствии с комплексно- тематическим и ежедневным календарным планированием в каждой возрастной группе.

6.5. Организация наблюдений: процесс наблюдения может быть организован за объектами и погодными явлениями. При планировании наблюдений педагог продумывает оборудование и материалы, используемые по ходу наблюдения, размещение воспитанников, приёмы привлечения их внимания к наблюдению (сюрпризные моменты, загадки, постановка познавательной задачи, проблемная ситуация и др.), приёмы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение, использование опыта воспитанников и др.).

6.6. Организация двигательной активности

6.6.1. В двигательную деятельность воспитанников 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 воспитанников и развивающей среды);

- индивидуальные задания (в соответствии с ежедневным календарным планированием).

6.6.2. В зависимости от погодных условий двигательная деятельность воспитанников на воздухе может быть различной интенсивности, чтобы воспитанники не переохлаждались или не перегревались (деятельность планируется и продумывается педагогом перед выходом на прогулку с учётом конкретных метеоусловий).

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

6.6.4. Игры с высоким уровнем интенсивности движений не следует проводить в конце дневной прогулки перед уходом с участка, так как воспитанники в этом случае становятся перевозбуждёнными, 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 педагогу необходимо следить за тем, чтобы воспитанники дышали носом. Носовое дыхание содействует формированию умения правильно дышать, предупреждает заболевания носоглотки;

- при низких температурах воздуха нецелесообразно организовывать игры большой подвижности, так как они приводят к форсированию дыхания, когда воспитанники начинают дышать ртом. Не следует также в этих условиях проводить игры, требующие произнесения воспитанниками в полный голос четверостиший, припевок, какого-либо текста.

6.7. Организация индивидуальной работы: в соответствии с календарным планированием педагог осуществляет индивидуальную работу по познавательному - речевому, социально - личностному, физическому или художественно - эстетическому развитию воспитанников. С этой целью заранее до выхода на прогулку подготавливает все необходимые материалы и оборудование.

6.8. Трудовые поручения: педагог привлекает воспитанников 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 педагог готовит необходимый выносной материал, пособия для различных видов детской деятельности (в соответствии с СанПиН).

6.10. Педагог должен руководить самостоятельной деятельностью воспитанников: обеспечить им полную безопасность, научить использовать пособия в соответствии с их назначением; должен осуществлять постоянный контроль деятельности воспитанников на протяжении всей прогулки.

## **VII. ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛОК ЗА ПРЕДЕЛАМИ УЧАСТКА УЧРЕЖДЕНИЯ**

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

7.2. Содержание прогулок определяется содержанием реализуемой в Учреждении Образовательной программы ДО.

7.3. При подготовке к прогулке педагог должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, согласовывать с заведующим Учреждением. Маршрут движения группы должен предусматривать возможно меньшее число пересечений проезжей части и, по возможности, использование только регулируемых переходов.

7.4. Заведующий или заместитель заведующего по УВР проводит целевой инструктаж по организации прогулок и экскурсий за пределы участка Учреждения со всеми работниками, сопровождающими воспитанников, согласовывает общее количество воспитанников, отправляющихся на прогулку.

7.5. В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчёта один взрослый на 15 воспитанников. Педагог должен предварительно осматривать маршрут следования и согласовывать его с заведующим Учреждением.

7.6. Если по каким-либо причинам воспитанники из группы остались в здании Учреждения (или на прогулочном участке), они по указанию заведующего должны находиться под присмотром определённого работника, на которого возможно возложение ответственности за жизнь и здоровье воспитанников.

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

7.8. Воспитанники строятся в колонну по два и берут друг друга за руки. Во время движения колонной в руках у воспитанников не должно быть никаких предметов или игрушек. Один из сопровождающих колонну находится впереди группы, второй – позади.

7.9. Каждый из сопровождающих должен иметь красный флажок. Группа должна быть обозначена красными флажками, которые несут первая и последняя пары воспитанников (или сопровождающие взрослые).

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

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

7.12. Пересекать проезжую часть разрешается только по обозначенным пешеходным переходам, а если их нет – на перекрёстках по линии тротуаров или обочин.

7.13. 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 её 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 воспитанников

7.14. При пересечении проезжей части на нерегулируемых перекрёстках 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 воспитанников.

7.15. Пересечение проезжей части вне обозначенных пешеходных переходов или перекрёстков разрешается только как исключение, в одном случае: вне населённых пунктов при отсутствии в зоне видимости перехода или перекрёстка. 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 подаёт команду, разрешающую начало перехода.

7.16. Избегать прогулок по улицам с большим движением.

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

## **VIII. ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛКИ В ПОМЕЩЕНИЯХ УЧРЕЖДЕНИЯ В ДНИ ОТМЕНЫ ПРОГУЛКИ НА УЛИЦЕ В ВИДУ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ МЕТЕОУСЛОВИЙ**

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 воспитанников на свежем воздухе. В дни сокращения времени или отмены прогулок на свежем воздухе необходимо компенсировать недостаток двигательной активности воспитанников организацией динамической (двигательной) прогулки в помещениях Учреждения.

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

#### **IX. 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 воспитанников на свежем воздухе с перерывами для приёма 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 воспитанников (см. таблицу).

<b>Возрастная группа</b>	<b>Метеоусловия</b>	<b>Продолжительность прогулки</b>
I-е младшие группы	до -15°C, тихо	не менее 1 часа
	до -12°C, при ветре до 5 м/с	не менее 30 мин
II-е младшие группы	до -15°C, тихо	не менее 1 часа
	до -12°C, при ветре до 5 м/с	не менее 30 мин
средняя группа	до -18°C, тихо	не менее 1 часа
	до -15°C, при ветре до 7 м/с	не менее 30 мин
старшая, подготовительная группы	до -20°C, тихо	не менее 1 часа
	до -18°C, при ветре до 10 м/с	не менее 30 мин