

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
СПДС «Василек»  
ГБОУ СОШ с. Васильевка  
Протокол № 3 от 02.02.2023 года  
Председатель педагогического  
совета

\_\_\_\_\_/Л.В. Демидова

**УТВЕРЖДЕНО**

Директором  
ГБОУ СОШ с. Васильевка  
Приказ № 9/1-ОД от 02.02.2023 года  
Директор школы

\_\_\_\_\_/С.В. Хопова/

# **ПОЛОЖЕНИЕ**

## **об организации прогулок**

в структурном подразделении детский сад «Василек»  
государственного бюджетного общеобразовательного  
учреждения Самарской области  
средней общеобразовательной школы  
имени Героя Советского Союза Е. А. Никонова  
с. Васильевка муниципального района Ставропольский  
Самарской области

Срок действия Положения – без ограничений до момента принятия изменений.

## **1. Общие положения.**

1.1. Настоящее положение разработано для структурного подразделения детского сада «Василек» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы имени Героя Советского Союза Е.А. Никонова с. Васильевка муниципального района Ставропольский Самарской области, (далее — СП детский сад «Василек») в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012 г, Постановление главного санитарного врача РФ от 28.09.2020г №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Уставом, инструкцией по охране жизни и здоровья детей, основной общеобразовательной программой образовательной программой дошкольного образования дошкольной образовательной организации СП детский сад «Василек», режимом дня СП детский сад «Василек».

1.2. Настоящее положение регламентирует организацию прогулок в СП детский сад «Василек».

1.3. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом и утверждаются директором организации.

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 дошкольной организации.

2.2. Цель прогулки – укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, 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 дошкольников;
- оптимизировать двигательную активность детей;
- способствовать познавательному, речевому, художественно-эстетическому, социально-коммуникативному, физическому развитию детей.

2.4. Виды прогулки (по месту проведения):

- на участке СП детский сад «Василек»;
- пешеходные прогулки за пределы детского сада (старший дошкольный возраст (дети от 5 до 7 лет) на расстояние до двух километров);
- в функциональных помещениях СП детский сад «Василек» (согласно плану работы).

## **3. Подготовка к прогулке**

3.1. Подготовка и возвращение с прогулки:

3.1.1. Перед выходом на прогулку воспитатель организует с детьми проведение гигиенических процедур.

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;
- помощник воспитателя проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит детей в раздевальную комнату. В первую подгруппу следует включать медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания;
- воспитатель выходит с обеими подгруппами детей на прогулку, закончившими одеваться примерно в одно время; помощник воспитателя сопровождает детей до участка, замыкая строй;
- детей с ослабленным здоровьем, детей с ОВЗ рекомендуется одевать со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

3.1.3. Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться порядка одевания: вначале дети надевают колготки, носки, гамаши/комбинезоны, затем кофты, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду, и шарф.

3.1.4. Возвращаются дети с прогулки также в сопровождении помощника воспитателя по подгруппам. Помощник воспитателя забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 5—7 мин с воспитателем.

3.1.5. Помощник воспитателя помогает детям развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик (детям младшего дошкольного возраста) или развешивает одежду, при необходимости, на «сушилки», которыми обеспечены все группы СП детский сад «Василек». Раздевшись, дети спокойно идут в группу.

3.1.6. В летний период во время прогулки организуется дополнительное обеспечение питьевой водой, а 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°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 воспитатель и родители должны обеспечить детей легкими головными уборами.

#### **4. Организация и содержание прогулок на участке СП детский сад «Василек».**

4.1. Перед выходом на прогулку заведующая хозяйственной частью или дежурный администратор должны 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, малоподвижные, спортивные игры, спортивные упражнения;
- индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников;
- игры с выносным материалом, 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 детей, вначале на прогулке необходимо провести подвижные игры, пробежки, затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки была физкультурная или музыкальная деятельность, 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 тематического планирования и 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, 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.
- организация самостоятельной двигательной активности (характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей, организации развивающей среды);
- индивидуальные задания (в соответствии с календарным планированием).

4.6.2. 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 и рекомендации младшего воспитателя.

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 познавательному, речевому, социально-коммуникативному, 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 ограничивается только поливом.

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 руководителю СП детский сад «Василек», который организует поиски ребенка, ставит в известность Управление, 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 СП детский сад «Василек».**

5.1. Планирование прогулок за пределы участка начинают со старшей группы;

5.2. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим миром, социальным развитием детей дошкольного возраста;

5.3. При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, согласовывать с руководителем или старшим воспитателем;

5.4. Отправляясь на экскурсию, прогулку, за пределы участка детского сада, воспитатель должен точно знать число детей, которых он берет с собой. Если в детском саду по каким-то причинам остались дети из группы, они по указанию руководителя СП детский сад «Василек» должны находиться под присмотром определенного сотрудника;

5.5. В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчета 10 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 с флажками красного цвета;

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

### **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 СП детский сад «Василек».

6.2. В содержание прогулки должны быть включены все структурные элементы прогулки на участке СПДС (см. п. 4.) с учетом имеющихся условий в функциональных помещениях.

6.3. Прогулки при сниженной температуре, при умеренных осадках и ветреной погоде проводятся на прогулочной веранде.

Организация такой прогулки:

- 1-я подгруппа детей одевается и вместе с воспитателем уходит на веранду. Остальных детей по мере готовности приводит на веранду помощник воспитателя;
- вначале прогулки воспитатель организует подвижные игры с большей двигательной активностью для поддержания положительно-эмоционального тонуса, в которых все дети участвуют одновременно или подгруппами, далее – игра средней подвижности;
- далее воспитатель организует спокойные игры или самостоятельную деятельность детей.

### **7. Продолжительность прогулок. График проведения 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. Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности не проведения прогулок на улице с воспитанниками, который составляется с учетом температуры воздуха и силы ветра (Приложение №1)

7.4. График определения погодных условий для установления возможности не проведения прогулок на улице с воспитанниками доводится до сведения родителей воспитанников.

7.5. 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 для детей старшего дошкольного возраста; 1 раз в день в первую половину дня – до обеда для детей младшего дошкольного возраста.

7.6. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом дня СП детский сад «Василек», утвержденный руководителем СПДС.

**Температурный режим прогулок СП детский сад «Василек» ГБОУ СОШ с. Васильевка  
в холодный период года**

| <b>Возрастные группы</b>                            | <b>Температура</b>                                      | <b>Продолжительность прогулки</b>   |
|---|---|-------------------------------------|
| <b>1 младшая</b>                                    | до -15°, тихо<br>до -12°, до 5 м/с                      | не менее 1 часа<br>не менее 30 мин  |
| <b>2 младшая</b>                                    | до -20°, тихо<br>от -18°, до 5 м/с                      | не менее 1 часа<br>не менее 30 мин  |
| <b>Средние группы</b>                               | до -25°, тихо<br>до -20°, до 7 м/с                      | не менее 1 часа<br>не менее 30 мин  |
| <b>Старшие группы и<br/>подготовительные группы</b> | до -30°, тихо<br>до -25°, до 7 м/с<br>до -29°, до 3 м/с | не менее 1 часа<br>не менее 30 мин. |