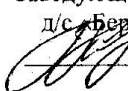


**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Машуковский детский сад «Березка»**

Принято:  
На заседании педагогического совета  
Машуковский  
МБДОУ Машуковский д/с «Берёзка»  
Протокол № 1  
от «18» 09 2021г.

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
д/с «Берёзка»  
 Хороших А.А.  
от «18» 09 2021г.

**Положение**  
**об организации прогулок с воспитанниками**  
**МБДОУ д/с «Березка»**

Пос. Машуковка

## Общие положения

1. Настоящее положение разработано для муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад «Березка» (далее — Учреждение) в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012г, СанПиН 2.4.1.3049-13 от 29.07.2013, Уставом Учреждения, инструкцией по охране жизни и здоровья детей, режимом воспитания и обучения детей.
2. Настоящее положение регламентирует организацию прогулок в Учреждении.
3. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом и утверждаются руководителем Учреждения.
4. Срок данного Положения не ограничен. Данное Положение действует до принятия нового.

### 1. Цели, задачи и виды прогулок

1. Прогулка – обязательный элемент режима дня.
2. **Цель прогулки** – укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление 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.
4. **Виды прогулок:**
  - Типовая — максимально свободная деятельность детей (максимум атрибутов).
  - Комбинированная:
    - целевая прогулка и свободная деятельность.
  - Прогулка – экскурсия - поход.
  - Спортивные эстафеты.

## 2. Подготовка к прогулке

### 1. Подготовка и возвращение с прогулки:

Перед выходом на прогулку воспитатель организует с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты.

2. Чтобы дети не перегревались во время сборов, надо определить порядок надевания теплых вещей и строго его придерживаться. Вначале лучше надевать всем находящимся в раздевалке детям колготки, рейтузы, затем свитера, обувь и лишь в последнюю очередь шапки и куртки-пуховики (шубы). 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 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 одевание второй подгруппы и провожает детей на участок к воспитателю;
- в помощь при одевании в каждую группу раннего и младшего дошкольного возраста закрепляются сотрудники из числа младшего обслуживающего персонала и специалистов ДОУ,
- детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

3. Прежде чем выйти на улицу при низкой температуре, необходимо проверить, у всех ли детей чистые носы. Обязательно следить за тем, чтобы дети были, как следует одеты. На протяжении всей прогулки воспитатель следит за тем, чтобы дети меньше кричали, не охлаждали связок. В сильные морозы особенно важно, чтобы дети как можно меньше разговаривали, а больше двигались. В летний период после возвращения детей с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру - мытьё ног.

## 3. Продолжительность прогулок. Температурный режим проведения прогулок. Питьевой режим.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет 4-4,5 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда, во вторую половину дня после дневного сна или перед уходом детей домой. В

разных возрастных группах время выхода на прогулку регулируется утвержденным режимом дня.

- В условиях дискомфортной погоды в осенне-зимний период продолжительность прогулок сокращается. Их длительность определяется в соответствии с утвержденным режимом дня. График составляется с учетом требований СанПиН, температуры воздуха, силой и направлением ветра.
- В летний период необходимо обеспечить максимальное количество времени пребывания детей на свежем воздухе. Однако нельзя допускать в жаркие дни длительное пребывание детей под воздействием прямых солнечных лучей, и следить за наличием головного убора у каждого ребенка. Лучше организовать разнообразную деятельность в полосе светотени.
- Питьевой режим в весенне-летний период осуществлять дважды во время проведения одной прогулки с чистым набором чашек.

#### **4. 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 должен обеспечить детей легкими головными уборами.

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

1. На момент прихода детей в детский сад, дворник должен предварительно осмотреть территорию МБДОУ д/с «Березка» на предмет соответствия нормам требований техники безопасности.
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.

3. Прогулка должна состоять из следующих структурных элементов:

- Разнообразные наблюдения.
- Основные движения и подвижные игры.
- Дидактические игры.
- Трудовая деятельность.
- Самостоятельная игровая деятельность детей.

Каждый из обязательных компонентов прогулки занимает по времени от 7 до 15 минут в младшем возрасте и от 20 до 25 минут в старшем и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности детей.

### ***Разнообразные наблюдения***

Наблюдения должны занимать в младшем возрасте не более 7-10 минут и быть яркими, интересными, в старшем возрасте наблюдения должны составлять от 15 до 25 минут. Проводить их надо ежедневно, но каждый раз детям должны предлагаться разные объекты для рассмотрения.

Объектами наблюдений могут быть:

- Живая природа: растения и животные;
- Неживая природа: сезонные изменения и различные явления природы (дождь, снег, текущие ручьи);
- Труд взрослых: наблюдения за трудом взрослых (дворника, шофера, строителя и т.д.) организуются 1-2 раза в квартал.

### ***Виды наблюдения:***

Кратковременные наблюдения организуются для формирования знаний детей о свойствах и качествах предмета или явления (дети учатся различать форму, цвет, величину, пространственное расположение частей и характер поверхности), а при ознакомлении с животными – характерные движения, издаваемые звуки и т.д.

Длительные наблюдения организуются для накопления знаний о росте и развитии растений и животных, о сезонных изменениях в природе. Дети при этом сравнивают наблюдаемое состояние объекта с тем, что было раньше.

### ***Основные движения и подвижные игры:***

- расширяется двигательный опыт детей;
- совершенствуются навыки в основных движениях;
- развиваются физические качества;
- формируются самостоятельность и активность положительные взаимоотношения со сверстниками;

Утренняя прогулка – наиболее благоприятное время для проведения подвижных игр и физических упражнений. На прогулке воспитатель

использует разнообразные упражнения в основных видах движений, например, пробежки с разной скоростью небольшими подгруппами (но не более 2-х раз в неделю), упражнения в прыжках, метании, бросании и ловле мяча (цель – подготовка к спортивным играм), различные виды с мячом и др.

### ***Подвижная игра***

Младший возраст – 6-10 минут

Старший возраст – 10-15 минут

Каждый месяц разучивание 2-3 п/и (повтор в течение месяца и закрепление 3-4 раза в год) В младшем возрасте рекомендуются игры с текстом (подражание действиям воспитателя). В средней группе воспитатель распределяет роли среди детей (роль водящего выполняет ребенок, который может справиться с этой задачей). В старшей и подготовительной группе проводятся игры-эстафеты, спортивные игры, игры с элементами соревнования. Заканчиваются подвижные игры ходьбой или игрой малой подвижности, постепенно снижающей физическую нагрузку.

### ***Дидактические игры и упражнения.***

Являются одним из структурных компонентов прогулки. Они непродолжительны, занимают по времени в младшем возрасте 3-4 минуты, в старшем 5-6 минут.

Каждая дидактическая игра состоит: из дидактической задачи, содержания, правил, игровых ситуаций.

При использовании д/игры воспитатель должен следовать педагогическим принципам:

- опираться на уже имеющиеся у детей знания;
- задача должна быть достаточно трудна, но и в то же время доступна детям;
- постепенно усложнять дидактическую задачу и игровые действия;
- конкретно и четко объяснять правила;

### ***Виды дидактических игр:***

Игры с предметами (игрушками или природным материалом)

Словесные игры.

Приемом стимуляции детской активности являются различные дидактические упражнения. Они проводятся несколько раз в течение одной прогулки. Дидактическое упражнение может быть предложено детям в начале, в конце, а может вплестаться в ход наблюдения, например, «Принеси желтый листик», «Найди по листу дерево», «Найди дерево или кустарник по описанию» и т.д. Проводят их со всей группой либо с частью.

### ***Трудовые поручения.***

Большое воспитательное значение имеет трудовая деятельность на прогулке. Важно, чтобы для каждого ребенка задания были посильными, интересными и разнообразными, а по длительности – не превышали 5-19 минут в младшем возрасте и 15-20 минут в старшем возрасте.

***Формами организации труда детей являются:***

- ✓ Индивидуальные трудовые поручения;
- ✓ Работа в группах;
- ✓ Коллективный труд.

Индивидуальные трудовые поручения применяются во всех возрастных группах детского сада.

Коллективный труд дает возможность формировать трудовые навыки и умения одновременно у всех детей группы. Во время коллективного труда формируются умения принимать общую цель труда, согласовывать свои действия, сообща планировать работу. В младшей группе дети получают индивидуальные поручения, состоящие из одной-двух трудовых операций, например, взять корм для птиц и положить в кормушку. Воспитатель поочередно привлекает к кормлению птиц всех детей. Или, например, сбор камушков для поделок. Работу организует как «труд рядом», при этом дети не испытывают никакой зависимости друг от друга. В средней группе одновременно могут работать две подгруппы и выполнять разные трудовые поручения; требуется постоянное внимание воспитателя к качеству работы; показ и объяснение всего задания – последовательные этапы. У детей старшего возраста необходимо сформировать умение принять трудовую задачу, представить результат ее выполнения, определить последовательность операций, отобрать необходимые инструменты, самостоятельно заниматься трудовой деятельностью (при небольшой помощи воспитателя). Индивидуальные поручения становятся длительными, например, собрать и оформить гербарий.

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

Планирование прогулок за пределы участка начинают со старшей группы;

- Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим;
- При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, согласовывать с заведующим;
- 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;
- В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчета 12 детей на одного взрослого;
- Все сотрудники, сопровождающие детей, должны пройти целевой инструктаж по организации прогулок и экскурсий;



- При движении колонны детей один взрослый идет впереди колонны, другой – сзади;
- При переходе через улицу сопровождающие должны обеспечить строгое соблюдение правил дорожного движения для пешеходов, избегать прогулок по улицам с большим движением, и иметь сигнальные знаки (красные флажки).

## **7. Продолжительность прогулок График проведения прогулок**

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

- Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе с перерывами для приема пищи и сна.
- Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности не проведения прогулок на улице с воспитанниками МБДОУ «Березка», который составляется с учетом температуры воздуха и силы ветра.
- График определения погодных условий для установления возможности не проведения прогулок на улице с воспитанниками МБДОУ «Березка» доводится до сведения родителей всего Учреждения под роспись.

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;

Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом воспитания и обучения, согласованным с заведующей МБДОУ «Березка».

## **8. Структура прогулки и временной алгоритм**

- Наблюдения за живой и неживой природой, за сезонными наблюдениями в природе - 5-7 минут; экскурсии по заранее проложенному плану и маршруту с разрешения администрации МБДОУ – до 1 ч.
- Труд детей на участке (трудовые поручения на участке), забота о птицах, участие детей в уходе за растениями - 10-15 минут



- Самостоятельная деятельность детей (организованная воспитателем) 15 - 20 минут
- Индивидуальная работа по развитию движений – 5-7 мин.
- Закрепление пройденного материала на занятиях: индивид. 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
- Творческие игры, сюжетно-ролевые игры – 15-30 минут
- Игры с природным материалом, сбор природного материала (доступный на территории МБДОУ) – 5- 7 минут
- Словесные игры на развитие речи, восприятия, логики, мышления, пополнения словаря) – 5 – 7 минут
- 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.
- Спортивная игра 5-7 минут (спортивное развлечение 1 раз в неделю – во всех группах - время по возрасту), старшая и подготовительная группы физкультура на воздухе 1 раз в неделю – время по возрасту.

### Температурный режим организации прогулки

Возрастные группы	Температура воздуха	Сила ветра	Продолжительность прогулки
Младшая разновозрастная группа	до -18	Без ветра	Согласно режиму дня
	от -12 до -14	До 5 м/с	Не менее 25-30 мин.
	от -14 до -17	До 5 м/с	Не менее 20-15 мин
Старшая разновозрастная группа	до -25	Без ветра	Согласно режиму дня
	от -19 до -21	До 5 м/с	Не менее 40-60 мин.
	от -22 до -25	До 3 м/с	Не менее 25-35 мин.

Примечание:

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. 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. Абсолютным запретом для проведения прогулок является сила ветра более 12 м/с и активированные дни.