

Рассмотрено  
на заседании педагогического совета  
протокол № 2 от 11.11.2022 г.



Утверждаю  
Директор: И.Г.Парфенова  
Приказ № 57 от 24.01.2022

## Положение об организации и проведении прогулок с воспитанниками СП «детский сад» ГБОУ СОШ «Центр образования» пос. Варламово

### 1. Общие положения

Настоящее положение разработано для структурного подразделения, реализующего общеобразовательные программы дошкольного образования именуемого «детский сад» ГБОУ СОШ «Центр образования» пос. Варламово (далее — СП «детский сад») в соответствии со следующими документами:

- "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" СП2.4.3648-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. N28)
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. N2)
- Основная общеобразовательная программа – образовательная программа дошкольного образования СП «детский сад» ГБОУ СОШ «Центр образования» пос. Варламово
- Устав ГБОУ СОШ «Центр образования» пос. Варламово (далее Учреждение)

Настоящее Положение регламентирует организацию и проведение прогулок в СП «детский сад».

Положение принимается Педагогическим советом Учреждения и утверждается приказом директора Учреждения. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом и утверждаются директором Учреждения.

Данное Положение обязательно для исполнения всеми воспитателями и помощниками воспитателей.

### 2. Цели, задачи и виды прогулок

2.1 Прогулка – режимный момент жизнедеятельности детей в СП «детский сад».

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

#### **Задачи прогулки:**

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;
- способствовать повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста;
- оптимизировать двигательную активность детей;
- способствовать физическому, познавательному, социально-коммуникативному, речевому, художественно-эстетическому развитию детей.

2.2 **Виды прогулки** (по месту проведения):

- на участке СП «детский сад»;
- пешеходные прогулки за пределы участка СП «детский сад» (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров).

## **Виды прогулок (по содержанию):**

- традиционная;
- тематическая;
- целевая (проводится со 2-й младшей группы с выходом за пределы участка детского сада);
- экскурсия (проводится со старшей группы не менее 1 раза в квартал);
- поход, пеший переход (с детьми старшего дошкольного возраста).

## **1. Требования к оборудованию и санитарному содержанию участка детского сада для проведения прогулок**

3.1 Оборудование и санитарное содержание участка должно соответствовать требованиям, изложенным в Постановлении Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Санитарные правила СП 2.4.-3648-20 «Санитарно-гигиенические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», в Постановлении Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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».

3.2 Зона игровой территории включает в себя: групповые площадки – индивидуальные для каждой группы и общую физкультурную площадку (зона с оборудованием для подвижных игр, зоны с гимнастическим оборудованием и спортивными снарядами, беговой дорожкой, ямой для прыжков, полосой препятствий). Для отделения площадок друг от друга используются зеленые насаждения. На территории групповых площадок имеется теневой навес, песочницы и иные приспособления для игр.

3.3 На территории СП «детский сад» обеспечено отсутствие грызунов и насекомых, в том числе клещей, способами, предусмотренными соответствующими санитарными правилами.

3.4 Ежегодно в весенний период в песочницах, на игровых площадках осуществляется полная смена песка. При обнаружении возбудителей паразитарных и инфекционных болезней осуществляется внеплановая замена песка.

Песочницы в отсутствие детей во избежание загрязнения песка закрываются крышками, полимерными пленками или иными защитными приспособлениями.

3.5 Уборка участка проводится дворником ежедневно: утром за 1 час до прихода детей и по мере загрязнения территории в отсутствие детей. Игрушки, предназначенные для игр на прогулке, хранятся отдельно от игрушек, используемых в группе, в специально отведенных местах. При сухой и жаркой погоде полив участка, песка проводится не менее 2-х раз в день.

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

4.1 Перед выходом детей на прогулку помощник воспитателя подготавливает территорию участка для прогулки воспитанников (теневые навесы) перед каждым выходом на улицу на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии со своей должностной инструкцией.

4.2 Одежда и обувь детей должны соответствовать погоде:

- 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 детям надевают легкие головные уборы.

4.3 Порядок хранения одежды в шкафчике: на верхней полке хранится шарф, шапка, кофта, гамаши, колготки. Тёплые штаны, верхнюю одежду вешают на крючок. Обувь ставят на нижнюю полку, сверху кладут носки.

4.4 Перед выходом на прогулку работники СП «детский сад», занятые одеванием детей, следят за исправностью и соответствием одежды и обуви детей погодным условиям, а также за тем, чтобы дети не оставались долго одетыми в помещении во избежание перегрева. Перед выходом на прогулку воспитатель организует с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты.

4.5 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;

- помощник воспитателя проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит детей в приемную;

- воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а помощник воспитателя 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 рабочего и медицинского персонала СП «детский сад»;

- детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

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

4.7 При проведении прогулки воспитатель следит, чтобы дети не уходили за пределы участка СП «детский сад». В случае самовольного ухода ребенка воспитатель должен немедленно сообщить о случившемся заведующему СП «детский сад», который организует поиски ребенка, ставит в известность директора ГБОУ СОШ «Центр образования» пос. Варламово, полицию, родителей в соответствии со схемой оповещения.

4.8 На прогулке воспитатель проводит работу по обучению воспитанников навыкам безопасного поведения, правилам безопасного обращения с различными предметами, животными, игровым оборудованием (качелью, качалками).

4.9 При выборе игр воспитатель должен учитывать возрастные и психофизиологические особенности детей данного возраста, площадь и качество покрытия участка.

4.10 Запрещается:

- оставлять детей одних, без присмотра работников СП «детский сад»,

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

О каждом несчастном случае с ребенком воспитатель немедленно извещает руководителя, родителей, при необходимости привлекает медицинский персонал для оказания первой медицинской помощи.

4.11 Решение о проведении, отмене или сокращении времени прогулки на свежем воздухе принимается старшей медсестрой совместно с заведующим структурного подразделения на основании «Графика определения погодных условий, устанавливающего возможность отмены прогулок на свежем воздухе с воспитанниками», фактического состояния погодных условий (приложение 1), наличия или отсутствия загазованности воздуха, и доводится до сведения воспитателей.

В случае возникновения неблагоприятных условий во время прогулки (сильных порывов ветра, сильного дождя, грозы, повышения содержания посторонних газов в

воздухе и др.), воспитатель должен немедленно завести детей в помещение.

## 5. Требования к содержанию прогулок

5.1 Прогулка состоит из следующих структурных элементов:

- наблюдение;
- двигательная активность: подвижные, спортивные игры, спортивные упражнения;
- индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников;
- трудовые поручения;
- самостоятельная деятельность детей.

5.2 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.

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

5.3 Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим с учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствии с календарно-тематическим планированием в каждой возрастной группе.

5.4 Процесс наблюдения может быть организован за объектами природы и погодными явлениями, за трудовой деятельностью взрослых, за объектами окружающего мира. 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, проблемные ситуации); приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнения, использование детского опыта).

5.5 Двигательная активность детей на прогулке включает:

- 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.);
- спортивные упражнения (катание на санках, на лыжах, катание на велосипедах, самокатах);
- спортивные игры, игры с элементами соревнований (городки, баскетбол, пионербол, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей);
- самостоятельная двигательная активность детей, характер и продолжительность которой зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей, развивающей среды;
- индивидуальные задания по физическому развитию (в соответствие с календарным планированием).

5.6 Двигательная активность детей на воздухе в зависимости от погодных условий может быть различной интенсивности. Особого внимания требуют дети со сниженной двигательной активностью, малоинициативные. 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.

5.7 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.

5.8 В соответствии с календарно-тематическим планированием воспитатель осуществляет индивидуальную работу по познавательному, речевому, социально-коммуникативному, физическому и художественно-эстетическому развитию детей.

5.9 Воспитатель привлекает детей к трудовым действиям, не противоречащим требованиям, изложенным в Постановлении Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Санитарные правила СП 2.4.-3648-20 «Санитарно-гигиенические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», в Постановлении Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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», самообслуживанию, оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке после прогулки (к сбору игрушек).

5.10 Воспитатель руководит самостоятельной деятельностью детей, обеспечивая им полную безопасность, учит использовать пособия в соответствии с их назначением, осуществляет постоянный контроль за деятельностью детей на протяжении всей прогулки.

5.11 В зависимости от целей и задач прогулки воспитатель готовит необходимый выносной материал, пособия для различных видов детской деятельности, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям.

## **6. Требования к продолжительности прогулки на свежем воздухе**

6.1 В соответствии с требованиями, изложенными в Постановлении Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Санитарные правила СП 2.4.-3648-20 «Санитарно-гигиенические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», в Постановлении Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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» продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 часа. При температуре воздуха ниже - 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется Режимом дня.

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

6.3 Проведение прогулок в зимний период регламентируется «Графиком определения погодных условий, устанавливающим возможность отмены прогулок на свежем воздухе с воспитанниками» (приложение № 1), который доводится до сведения родителей и размещается на информационных стендах всех возрастных групп.

## **7. Требования безопасности при возвращении с прогулки**

7.1 Возвращение с прогулки также организуется по подгруппам. Помощник воспитателя заходит в раздевальную с первой подгруппой детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 5—10 минут с воспитателем. Помощник воспитателя помогает детям развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Раздевшись, дети спокойно идут в группу и играют.

7.2 В летний период после возвращения детей с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру – мытьё ног.

## **8. Требования к организации прогулок за пределами участка**

8.1 Планировать прогулки за пределы участка начинают со средней группы.

Содержание прогулок за пределы участка определяется образовательной программой дошкольного образования СП «детский сад».

8.2 При подготовке к прогулке за пределы участка воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, наметить маршрут следования, согласовывать прогулку с заведующим. Маршрут движения группы должен предусматривать возможно меньшее число пересечений проезжей части и, по возможности, использование только регулируемых переходов.

8.3 Заведующий или заместитель заведующего проводит целевой инструктаж с записью в Журнале инструктажа, согласовывает общее количество детей, отправляющихся на прогулку, составляется приказ о выходе детей на прогулку за пределы СП «детский сад».

8.4 В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчета один взрослый на 15 детей.

Если по каким-то причинам дети из группы не смогли отправиться вместе со всеми, они по указанию заведующего, остаются под присмотром определенного работника, на которого возложена ответственность за жизнь и здоровье этих детей.

8.5 Сопровождают воспитанников во время пеших прогулок, экскурсий за пределы участка не менее двух взрослых. Один из сопровождающих колонну находится впереди группы, второй - позади. Каждый из сопровождающих должен иметь красный флажок.

8.6 Дети строятся в колонну по двое и берут друг друга за руки. Во время движения колонной в руках у детей не должно быть никаких предметов или игрушек. Группа детей обозначена красными флажками, которые несут первая и последняя пары детей.

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

Перед пересечением проезжей части группу следует остановить на тротуаре, чтобы растянувшийся строй сгруппировался. Пересекать проезжую часть разрешается только по обозначенным пешеходным переходам, а если их нет - на перекрестках по линии тротуаров или обочин. На регулируемом переходе пересечение проезжей части разрешается только по разрешающим сигналам светофора.

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.

При пересечении проезжей части на нерегулируемых перекрестках 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, сопровождающие разрешают переход. Сопровождающие покидают проезжую часть после последней пары детей.

Пересечение проезжей части вне обозначенных пешеходных переходов или перекрестков разрешается только как исключение, в одном случае: вне населенных пунктов при отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка. 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, сопровождающий подает команду, разрешающую начало перехода. Необходимо избегать прогулок по улицам с большим движением.

8.7 По окончании прогулки, экскурсии сопровождающие проверяют наличие воспитанников, сообщают заведующему СП «детский сад» о возвращении.

**9. Требования к организации двигательной активности детей  
в помещениях детского сада в дни отмены прогулки на свежем воздухе**

9.1 В зимний период в соответствии с «Графиком определения погодных условий, устанавливающим возможность отмены прогулок на свежем воздухе с воспитанниками», исключается или сокращается время пребывания детей на свежем воздухе и в летний период при: загазованности, штормовом предупреждении, грозе.

9.2 В дни сокращения времени или отмены прогулок на свежем воздухе необходимо компенсировать недостаток двигательной активности детей организацией динамической (двигательной) активности в помещениях СП «детский сад».

Принято с учетом мнения Совета родителей протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ г.

**График определения погодных условий, устанавливающий возможность отмены прогулок на свежем воздухе с воспитанниками**

Температура воздуха	Возрастная группа	Прогулка в I половину дня	Прогулка во II половину дня	Всего в минутах
-15 °С	Ранний возраст	60 мин.	60 мин.	120 мин.
	Дошкольный возраст	80 мин.	80 мин.	160 мин.
-16 °С	Ранний возраст	30 мин.	30 мин.	60 мин.
	Дошкольный возраст	60 мин.	60 мин.	120 мин.
-17-19 °С	Ранний возраст	Отмена прогулки	Отмена прогулки	Отмена прогулки
	Дошкольный возраст	40 мин.	30 мин.	70 мин.
ниже -20 °С	Ранний возраст	Отмена прогулки	Отмена прогулки	Отмена прогулки
	Дошкольный возраст	Отмена прогулки	Отмена прогулки	Отмена прогулки