

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Короткова Ивана  
Никоновича с. Дмитриевка муниципального района Нефтегорский Самарской области  
446611, Самарская обл., Нефтегорский р-н, с. Дмитриевка, ул. Советская, 6 Телефон  
(факс): 8(846)7045399; E-mail: dmitrskola2007@yandex.ru

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ СОШ с. Дмитриевка  
Охрименко Н.И.  
« 01 » 09 2022 г.  
Приказ № 28/12-09



## ПОЛОЖЕНИЕ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛОК С ОБУЧАЮЩИМИСЯ (ВОСПИТАННИКАМИ) СП ГБОУ СОШ с. Дмитриевка

### 1. Общие положения

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012г, Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СП 2.4.3648-20), Уставом ГБОУ СОШ с. Дмитриевка, инструкцией по охране жизни и здоровья детей, режимом воспитания и обучения детей.

1.2. Настоящее положение регламентирует организацию прогулок в ДОУ.

1.3. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом и утверждаются директором ГБОУ СОШ с. Дмитриевка.

### 2. Цели, задачи и виды прогулок

2.1. Прогулка – режимный момент жизнедеятельности детей в дошкольном учреждении.

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-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);
- в функциональных помещениях Учреждения (в активированные дни).

### 3. Подготовка к прогулке

#### 3.1. Подготовка и возвращение с прогулки:

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

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, и выводит детей в приёмную. В первую подгруппу следует включать медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания;
- 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 младшего обслуживающего персонала ДОО, согласно «Графика оказания помощи сотрудниками при одевании детей на прогулку»;
- детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

3.1.3. Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться порядка одевания: в начале дети одевают колготки, гамаша, затем кофты, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду, и шарф.

3.1.4. Возвращаются дети с прогулки также по подгруппам. Помощник воспитателя забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять ещё в течение 12—18 мин с воспитателем.

3.1.5. Помощник воспитателя помогает детям развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Раздевшись, дети спокойно идут в группу и играют.

3.1.6. В летний период 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 трёх слоёв, включая бельё. Верхняя одежда состоит из утеплённой куртки, брюк или гамаш; на ногах утеплённые ботинки;
- при температуре от -4 до -10°C детям 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 воспитатель должен обеспечить детей лёгкими головными уборами.

## 4. Организация и содержание прогулок на участке Учреждения.

4.1. Перед выходом на прогулку дворник должен 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, 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 предыдущей деятельности. Если дети занимались непосредственно образовательной деятельностью, требующей повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, вначале на прогулке необходимо провести подвижные игры, пробежки, затем перейти к наблюдениям. 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 учётом 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; приёмы привлечения внимания детей к наблюдению и возбуждения интереса (сюрпризные моменты, загадки, постановка познавательной задачи, проблемная ситуация); приёмы 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;  
– организацию 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.

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.

4.6.5. 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 познавательно-речевому, социально-личностному, 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 (сметание незначительного мусора со стола, скамейки) и т.д.

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 ребёнка немедленно сообщить о случившемся директору Учреждения, который организует поиски ребёнка, ставит в известность Управление, милицию, 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 Учреждения.**

- 5.1. Планирование прогулок за пределы участка начинают со средней группы.
- 5.2. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим.
- 5.3. При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, согласовывать с директором.
- 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 директора должны находиться под присмотром определённого сотрудника.
- 5.5. В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчёта 15 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 идёт впереди колонны, другой – сзади.
- 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 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 Учреждения.
- 6.2. В содержание прогулки должны быть включены все структурные элементы прогулки на участке Учреждения (см. п. 4.) с учётом имеющихся условий в функциональных помещениях.
- 6.3. Организация прогулки при сниженной температуре на прогулочной веранде Учреждения с детьми раннего возраста:
  - температура на веранде доводится до +13°C. Для наблюдения за изменением температуры необходимо наличие термометра: на высоте 80 см от пола;
  - 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;
- при подъёме температуры до +18°C детей раздевают, воспитатель организует спокойные игры или самостоятельную деятельность детей.

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

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

Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

7.2. Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе с перерывами для приёма пищи и сна.

7.3. Проведение прогулок в зимний период регламентируется СанПин с учётом температуры воздуха и силы ветра.

7.4. График определения погодных условий для установления возможности не проведения прогулок на улице с воспитанниками дошкольных образовательных учреждений доводится до сведения родителей всего Учреждения под роспись.

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 группы, учебным планом.