Российская Федерация
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 74 комбинированного вида».
660125, г. Красноярск, ул. 9 Мая, д.40 «г», E-mail: detskisad74@mail.ru,
ОКПО 10158185 ОГРН 1122468053751 ИНН/КПП 2465279380/246501001

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
протокол № 2
от «27» февраля 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ № 74
_____ Ю.Г. Назарюк
приказ № 28
от «27» февраля 2020 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

по организации и проведению прогулок

с детьми на улице

КРАСНОЯРСК - 2020

1. Общие положения.

- 1.1. Настоящее положение разработано в соответствии законом Российской Федерации от 29.12.2012г.№273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26), Конвенцией по правам ребенка ст.6 п. 2., Уставом муниципального бюджетного образовательного учреждения «Детский сад № 74» (далее – МБДОУ).

2. Значение прогулки.

2.1. Прогулка – режимный момент жизнедеятельности детей в МБДОУ.

2.2. Цель прогулки – сохранение 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 детей дошкольного возраста; - оптимизировать двигательную активность детей;
- способствовать познавательно-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному развитию детей.

2.4. Виды прогулки (по месту проведения):

- на участке ДОУ;
- пешеходные прогулки за пределы участка МБДОУ (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров);

2.5. Виды прогулок по содержанию: ·традиционная; · тематическая; · целевая (проводится со второй младшей группы с выходом за пределы детского сада); · экскурсия (проводится систематически со средней группы не менее 1 раза в месяц); · поход, пеший переход (с детьми старшего дошкольного возраста).

3. Время прогулки в режиме дня.

3.1. Длительность пребывания на свежем воздухе в разные сезоны года существенно варьирует, но даже в холодное время она не должна быть меньше 3-4 часов.

3.2. Длительность ежедневного пребывания детей на воздухе должна соответствовать физиолого-гигиеническим рекомендациям:

- ✓ утренний прием детей проводить на участке в теплое время года (июнь, июль, август);
- ✓одно из трех физкультурных занятий для детей 5-7 лет следует круглогодично проводить на открытом воздухе. Его проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям (приложение № 1);
- ✓занятия на открытом воздухе организуют с учетом климатических особенностей. В дождливые, ветреные и морозные дни физкультурные занятия проводят в зале;
- ✓ в теплое время года при благоприятных метеорологических условиях максимальное число занятий физкультурой проводят на открытом воздухе;
- ✓четко выполнять все режимные процессы в течение дня, что позволит своевременно выходить на прогулку и обеспечит достаточную её длительность в детском саду (до 1 час. 40-50 мин. утром, до 1,5-2 час. в вечернее время) и с родителями по возвращению из детского сада (в зависимости от погодных условий до 2,5 час);

3.3. При температуре воздуха ниже -15^{0}С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха

ниже -15^{0}С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже -20^{0}С и скорости ветра более 15 м/с.

3.4. При получении информации о неблагоприятных метеорологических условиях (метеорологические условия, способствующие накоплению загрязняющих веществ в приземном слое атмосферного воздуха) МБДОУ принимаются необходимые меры:

- исключение прогулок и дополнительной физической активности детей с пребыванием на открытом воздухе;
-увеличение кратности проведения влажных уборок в помещениях, где находятся дети;
-организация проведения занятий по физической культуре в закрытом помещении;
- усиление контроля за самочувствием воспитанников, особенно за детьми, страдающими хроническими и аллергическими заболеваниями. При жалобах на ухудшение самочувствия обеспечить незамедлительный вызов скорой медицинской помощи.

4. Участок детского сада и его оборудование.

4.1. Основным гигиеническим требованиям к участку является чистота почвы, должен быть сухим, имеющим склон для стока дождевой воды и тающего снега.

4.2. Для озеленения участка рекомендуются насаждения, обеспечивающие наличие зелени в течение всего года. Не допускается посадка деревьев и кустарников с ядовитыми плодами и колючками. Ежедневно (весной проводят декоративную обрезку кустарника, вырубку сухих и низких веток деревьев и молодой поросли.

4.3. Каждая возрастная группа имеет отдельную площадку, изолированную от других групп кустарником. Располагают площадки вблизи выхода из помещения группы.

4.4. Групповые площадки, должны быть индивидуальные для каждой группы, площадью из расчета не менее 7,2 м^2 на 1ребенка ясельного возраста и не менее 9,0 м^2 на 1 ребенка дошкольного возраста.

4.5. Игровые площадки для дошкольных групп оборудуются с учетом высокой активности детей в играх – турникам, гимнастическим стенкам, горками, лесенками, качелям, крупным строительными наборами.

4.6. Уборку участка следует проводить ежедневно: утром за 1 час до выхода детей на участок и по мере загрязнения территории.

При сухой и жаркой погоде полив участка следует проводить не менее 2 раз в день.

5. Одежда и обувь для прогулок.

5.1. Одежда, предназначенная для прогулок в холодную погоду, обладает хорошими теплозащитными свойствами. Конструкция ее должна обеспечивать, возможно, большую герметичность, исключающую поступление холодного воздуха через застежки, воротники, рукава.

5.2. Осенью и весной в зависимости от погоды поверх белья детям надевают байковые или шерстяные костюмы, фуфайки и рейтузы, комбинезоны или куртки из репса с водоотталкивающей пропиткой на полушерстяном ватине (подкладку делают также из одного слоя – 3 – 4 мм – поролона либо пенопласта), демисезонные пальто, плащи.

5.3. Верхняя зимняя одежда защищает детей от холода и атмосферной влаги, поэтому должна состоять не менее чем из двух слоев: нижнего - теплозащитного (высокопористого, упругого материала) и верхнего – ветрозащитного, предохраняющего от проникновения в одежду и под нее наружного воздуха.

5.4. Головной убор малыша должен соответствовать климатическим условиям и времени года.

5.5. В летние солнечные дни головку прикрывают светлой панамой, соломенной шапочкой или легкой фуражкой с козырьком;

5.6. Весной и осенью, если не очень холодно и ветрено, девочкам надевают береты, мальчикам – береты и кепи; в прохладную ветреную погоду.

5.7. Зимой при отсутствии сильных морозов рекомендуются вязаные или фетровые шапочки, хорошо прикрывающие лоб и уши, в сильные морозы - меховые шапочки или шапки-ушанки.

5.8. В теплое время года, как в помещениях, так и на прогулках удобна текстильная и вельветовая обувь. Она легка, воздухопроницаема и гигроскопична.

5.9. Резиновые сапожки с проложенным в них стельками из ткани, хорошо впитывающей влагу, надевают в сравнительно теплую погоду на время прогулок по влажной земле и траве. При низких температурах воздуха детям лучше надевать кожаные ботинки.

5.10. зимой на прогулках следует носить утепленные суконные или кожаные ботинки, а в очень сильные морозы – валенки с галошами. По возвращении с прогулок обувь обязательно снимают, очищают от снега и просушивают.

6. Подготовка детей к прогулке.

Важный момент в организации прогулки – одевание детей и выход их на участок.

6.1. Четкость и организованность сборов на прогулку достигается в результате согласованной работы воспитателя, младшего воспитателя и всех сотрудников, распределенных по группам и времени, а также развитых навыков самообслуживания у детей.

6.2. Помощь детям младшего дошкольного возраста при одевании оказывают воспитатель, младший воспитатель и закрепленный сотрудник. Детей выводят на участок подгруппами, по мере одевания малышей. С первыми одетыми детьми воспитатель выходит на участок, остальных продолжают одевать и выводят гулять позже.

6.3. С трехлетними детьми можно использовать фронтальный метод одевания детей, когда дети одновременно надевают сначала рейтузы, обувь, кофты, шапки и затем пальто. Но и в этом случае нужна помощь взрослого, участие младшего воспитателя в подготовке детей к прогулке обязательно в любой возрастной группе.

6.4. Контролировать последовательность действий в процессе одевания на прогулку помогают детям наклеенные в раздевальной комнате на шкафчиках картинки с изображением одежды и обуви, обеспечивающие рациональную очередность действий.

7. Содержание деятельности детей на прогулке.

7.1. Планирование содержания деятельности детей на прогулке зависит от времени года, погоды, предшествующих занятий, интересов и возраста.

7.2. Ведущее место на прогулке отводится играм, преимущественно подвижным. В них развиваются основные движения, снимаются умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества.

7.3. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если занятия были связаны с долгим сидением детей. Если же они идут гулять после музыкального или физкультурного занятия, то игру можно провести в середине прогулки или за полчаса до ее окончания.

7.4. Выбор игры зависит от времени года, погоды, температуры воздуха. В холодные дни целесообразно начинать прогулку с игр большей подвижности, связанных сбегом, метанием, прыжками. Веселые и увлекательные игры помогают детям лучше переносить холодную погоду. В сырую, дождливую погоду (особенно весной и осенью) следует организовать малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства.

7.5. Игры с прыжками, бегом, метанием, упражнениями в равновесии следует проводить также в теплые весенние, летние дни и ранней осенью.

7.6. Во время прогулок могут быть широко использованы бессюжетные народные игры с предметами, такие, как бабки, серсо, кольцеброс, кегли, а в старших группах – элементы спортивных игр: волейбол, баскетбол, городки, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей. В жаркую погоду проводятся игры с водой.

Полезные игры, при помощи которых расширяются знание и представления детей об окружающем. Воспитатель дает детям кубики, лото, поощряет игры в семью, космонавтов, пароход, больницу и др. Он помогает развить сюжет игры, подобрать или создать необходимый для нее материал.

7.7. На прогулке организуются спортивные развлечения, проводятся и физкультурные праздники. Летом – это езда на велосипеде, плавание (при наличии бассейна или водоема),

зимой – катание на санках, коньках, скольжение на ногах по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах.

7.8. Во время прогулки необходимо уделять внимание трудовой деятельности детей. Содержание и формы ее организации зависят от погоды и времени года. Осенью дети собирают семена цветов, урожай на огороде, зимой могут сгребать снег, делать из него разные сооружения

7.9. Трудовые задания должны быть посильны детям и вместе с тем, требовать от них определенных усилий, чтобы они выполняли свою работу хорошо, доводили начатое дело до конца.

7.10. Большое место на прогулках отводится наблюдения (заранее планируемым) за природными явлениями и общественной жизнью. Наблюдения можно проводить с целой группой детей, с подгруппами, а также с отдельными малышами. Одних воспитатель привлекает к наблюдениям, чтобы развить внимание, у других вызывает интерес к природе или общественным явлениям ит.д.

7.11. Во время прогулки воспитатель следит за тем, чтобы все дети были заняты, не скучали, чтобы никто не озяб или не перегрелся. Тех детей, кто много бегает, он привлекает к участию в более спокойных играх.

7.12. Во время прогулок воспитатель проводит индивидуальную работу с детьми: для одних организует игру с мячом, метание в цель, для других - упражнение в равновесии, для третьих – спрыгивание с пеньков, перешагивание через деревьев, сбегание с пригорков.

7.13. Примерно за полчаса до окончания прогулки воспитатель организует спокойные игры. Затем дети собирают игрушки, оборудование. Перед входом в помещение они вытирают ноги. Раздеваются дети тихо, без шума, аккуратно складывают и убирают вещи в шкафчики. Надевают тапочки, приводят костюм и прическу в порядок и идут в группу.

8. Целевые прогулки их организация.

8.1. В младшей группе целевые прогулки проводятся раз в неделю на небольшое расстояние, по улице, где находится детский сад. Со старшими детьми такие прогулки проводятся два раза в неделю и на более далекие расстояния.

8.2. Детям младшей группы воспитатель показывает дома, транспорт, пешеходов, средней – здания общественного назначения (школа, Дом культуры, театр и т.п.). Со старшими детьми проводятся целевые прогулки на другие улицы, в ближайший парк и лес. Дети знакомятся с правилами поведения в общественных местах и правилами уличного движения.

На целевых прогулках дети получают много непосредственных впечатлений об окружающем, расширяется их кругозор, углубляются знания и представления, развивается наблюдательность и любознательность. Движения на воздухе оказывают положительное влияние на физическое развитие. Длительная ходьба во время прогулки требует от детей определенной выдержки, организованности и выносливости.

8.3. Готовясь к прогулке, воспитатель продумывает меры предупреждающие травматизм. А это прежде всего зависит от организованности детей, дисциплины, а также от выбора маршрута, который должен проходить по хорошей, ровной дороге.

8.4. Воспитатель должен иметь при себе небольшую походную аптечку с набором дезинфицирующих и перевязочных средств, уметь оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях.

8.5. Перед выходом на прогулку взрослый тщательно проверяет готовность каждого ребенка – его самочувствие, соответствие одежды и обуви всем требованиям и погодным условиям, делает запас питьевой воды (в теплое время года), которую старшие дети могут взять с собой и нести в индивидуальных флягах.

Приложение №1

Рекомендации к одежде при проведении физкультурных занятий на воздухе

Температура воздуха при скорости ветра 0,1-0,6 м/сек.	Одежда (число слоев - выше пояса / ниже пояса)	Одежда и обувь.
+20° С и выше	1/1	Трусы, майка, носки, спортивные туфли.
От+15°до+19° С	2/2	Хлопчатобумажный трикотажный тонкий, спортивный костюм, майка, трусы, носки, спортивные туфли.
От+10°до+14° С	2/2	Хлопчатобумажный трикотажный спортивный костюм, майка, трусы, носки, спортивные туфли.
От+3°до+ 9° С	2/2	Тренировочный костюм с начесом, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки, шерстяная шапочка на хлопчатобумажной подкладке.
От + 2°до - 5° С	3/3	Тренировочный костюм с начесом, футболка с длинными рукавами, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки, шерстяная шапочка на хлопчатобумажной подкладке.
От - 6°до -11° С	3/3	Тренировочный костюм с начесом, фланелевая рубашка, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки, шерстяная шапочка на хлопчатобумажной подкладке, варежки.
От -12°до -15° С	4/3	Ветровка (куртка из ткани типа болонья), тренировочный костюм с начесом, фланелевая рубашка, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки, шерстяная шапочка на хлопчатобумажной подкладке, варежки.