

ПРИНЯТО:  
на Общем собрании  
работников МБДОУ  
«Детский сад № 231» г.о. Самара

«14» марта 2017 г.  
Протокол № 4

УТВЕРЖДЕНО:  
Заведующим МБДОУ  
«Детский сад № 231» г.о. Самара

\_\_\_\_\_ Л.Т. Кичайкина

Приказ № 25-од от 14.03.2017 г.

**ПРАВИЛА**  
организации и проведения прогулок  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад комбинированного вида № 231» городского округа Самара

## **1. Общие положения**

1.1 Настоящие правила разработаны муниципальным бюджетным дошкольным образовательным учреждением «Детский сад комбинированного вида № 231» городского округа Самара (далее – ДООУ) в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», "Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" СанПиН 2.4.1.3049-13, Уставом ДООУ и регламентирует организацию прогулок воспитанников в образовательном учреждении.

## **2. Цели, задачи и виды прогулок**

2.1. Прогулка – режимный момент жизнедеятельности воспитанников в ДООУ. Цель прогулок – укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей.

2.2. 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.

2.3. Виды прогулки по месту проведения:

- на участке ДООУ,
- пешеходные прогулки за пределы ДООУ (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров),
- в функциональных помещениях образовательного учреждения.

2.4. Виды прогулок по содержанию:

- традиционная,
- тематическая,
- целевая,
- экскурсия,
- поход, пеший переход (с детьми старшего дошкольного возраста).

## **3. Требования к оборудованию и санитарному содержанию участка ДООУ для проведения прогулок**

3.1. Оборудование и санитарное содержание участка должно соответствовать требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13.

3.2. Зона игровой территории включает в себя: групповые площадки – индивидуальные для каждой группы и общую физкультурную площадку (зона с оборудованием для подвижных и спортивных игр, зоны с

гимнастическим оборудованием и снарядами, беговой дорожкой, ямой для прыжков, полосой препятствий).

3.3. Уборка участка проводится дворником ежедневно: утром за час до прихода детей и по мере загрязнения территории.

При сухой и жаркой погоде полив участка, песка проводится не менее 2-х раз в день. У входа в образовательное учреждение должны быть установлены решетки, коврики.

#### **4. Требования безопасности при организации прогулок на участке ДОО**

4.1. Перед выходом детей на прогулку дворник либо охранник ДОО осматривает территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии со своими должностными инструкциями.

4.2. Решение о проведении, отмене или сокращении времени прогулки на свежем воздухе принимает медицинская сестра либо старший воспитатель на основании графика определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками ДОО, фактического состояния погодных условий, и доводит его до сведения воспитателей и заведующего образовательного учреждения.

4.3. Перед выходом на прогулку работники ДОО, занятые одеванием воспитанников, должны следить, чтобы дети не оставались долго одетыми в помещении во избежание перегрева; следить за исправностью и соответствием одежды и обуви детей микроклимату и погодным условиям.

4.4. При проведении прогулки воспитатель следит, чтобы воспитанники не уходили за пределы участка ДОО. В случае самовольного ухода ребенка необходимо немедленно сообщить о случившемся заведующему ДОО, который организует поиски ребенка, поставить в известность Департамент образования Администрации городского округа Самара, полицию, родителей (законных представителей) воспитанника в соответствии со схемой оповещения.

4.6. В процессе прогулки воспитатель должен обучать воспитанников навыкам безопасного поведения, правилам безопасного обращения с различными предметами.

4.7. При выборе игр воспитатель должен учитывать психофизиологические особенности воспитанников данного возраста, площадь прогулочной площадки.

4.9. Запрещается: оставлять детей одних без присмотра работников ДОО, использовать в детских играх острые, колющие, режущие предметы, сломанные игрушки.

4.10. О каждом несчастном случае с ребенком на прогулке воспитатель обязан немедленно известить заведующего ДОО, родителей (законных представителей) воспитанников, а также медицинский персонал образовательного учреждения для оказания первой медицинской помощи и организовать доставку ребенка в травмпункт.

## **5. Требования к подготовке и возвращению воспитанников с прогулки**

5.1. Подготовка к прогулке и возвращение воспитанников с прогулки:

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

5.1.2. Одевать и раздевать воспитанников при подготовке и возвращении с прогулки необходимо по подгруппам: воспитатель выводит в раздевальную 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 помещение ДОО; 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 образовательного учреждения; детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

5.1.3. Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться порядка одевания: сначала дети одевают колготки, штаны, затем кофты, комбинезон, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду и шарф.

5.1.4. Возвращаются воспитанники с прогулки также по подгруппам. Помощник воспитателя забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 10-15 минут с воспитателем.

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

5.1.6. В летний период после возвращения детей с прогулки необходимо организовать гигиеническую процедуру – мытье ног.

5.2. Требования к одежде воспитанников:

в любое время года одежда и обувь должна соответствовать погоде на настоящий момент и не должна перегревать или переохлаждать детей; при колебаниях температуры от +3°C до -3°C и слабом ветре одежда детей должна состоять из трех слоев, включая белье. Верхняя одежда состоит из утепленной куртки, брюк и гамаш; на ногах утепленные ботинки; при температуре от - 4 °C до -10 °C градусов детям надевают зимнюю куртку или пуховик при трех слоях одежды; в летний период во избежание перегрева детям надевают легкие головные уборы.

5.3. Порядок хранения одежды в шкафчике: на верхней полке кладется шарф, шапка. Кофта, колготки, теплые штаны, верхнюю одежду вешают на крючок. Рукавички на резинке должны быть продернуты через рукава и вешалку верхней одежды. Обувь ставят на нижнюю полку, сверху кладут носки.

## 6. Требования к содержанию прогулок на участке ДОО

6.1. 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.

6.2. 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.

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

6.4. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению воспитанников с окружающим миром с учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствии с календарным планированием в каждой возрастной группе воспитанников.

6.5. Организация наблюдений: процесс наблюдения может быть организован за объектами и погодными явлениями. 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, проблемная ситуация и др.); приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение, использование детского опыта и т.п.).

6.6. Организация двигательной активности.

6.1.1. В двигательную деятельность детей на прогулке следует включать:

подвижные игры и физические упражнения

на утренней прогулке: в младшей группе 6-10 минут, в средней – 10-15 минут, в старшей и подготовительной – 20-25 минут;

на вечерней прогулке: в младшей и средней группах – 10-15 минут, в старшей и подготовительной – 12-15 минут. Подвижные игры можно дополнять или заменять, спортивными упражнениями или в старшем дошкольном возрасте спортивными играми, играми с элементами соревнований. К спортивным упражнениям относятся: городки, 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, развивающей

среды; включают индивидуальные задания (в соответствии с календарным планированием).

6.6.2. В зависимости от погодных условий двигательная деятельность детей на воздухе может быть различной интенсивности, чтобы дети не переохлаждались или не перегревались. Все это необходимо продумывать воспитателю перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеоусловия.

6.6.3. Нельзя допускать, чтобы на прогулке дети находились длительное время без движений. Особого внимания требуют дети со сниженной подвижностью, малоинициативные, которых следует вовлекать в подвижные игры.

6.6.4. Игры с высоким уровнем интенсивности движений не следует проводить в конце утренней прогулки перед уходом с участка, так как дети в этом случае становятся перевозбужденными, что отрицательно сказывается на характере их дневного сна, увеличивает длительность периода засыпания, может быть причиной снижения аппетита.

6.6.5. 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 заболевание 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.

6.7. 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.

6.8. Трудовые поручения: воспитатель привлекает детей к сбору игрушек, оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке после прогулки, уход за растениями и т.д. В зависимости от целей и задач прогулки воспитатель готовит необходимый выносной материал, пособия для различных видов детской деятельности, соответствующий санитарно - гигиеническим требованиям.

6.10. Воспитатель должен руководить самостоятельной деятельностью воспитанников: обеспечить им полную безопасность, научить использовать пособия в соответствии с их предназначением, осуществлять постоянный контроль за деятельностью детей на протяжении всей прогулки.

## **7. Требования к организации прогулок за пределами ДОУ**

7.1. Планирование прогулок за пределы участка начинают со 2 младшей группы. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению воспитанников с окружающим миром.

7.2. При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, согласовать с заведующим. Маршрут движения группы должен предусматривать наименьшее число пересечений проезжей части и, по возможности, использование только регулируемых переходов. Следует избегать прогулок по улицам с большим движением.

7.3. Заведующий ДООУ или старший воспитатель, назначенный приказом, проводит целевой инструктаж по организации прогулок и экскурсий за пределы участка образовательного учреждения со всеми работниками, сопровождающими детей, согласовывает общее количество детей, отправляющихся на прогулку.

7.4. В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчета один взрослый на 10-15 детей. Воспитатель должен предварительно осматривать маршрут следования и согласовывать его с заведующим.

7.5. Если по каким-то причинам воспитанники из группы остались в образовательном учреждении, они по указанию заведующего ДООУ должны находиться под присмотром определенного работника, на которого возможно возложение ответственности за жизнь и здоровье детей.

7.6. Воспитанников во время прогулок, экскурсий должны сопровождать не менее двух взрослых. Один из сопровождающихся назначается старшим.

7.7. Воспитанники строятся в колонну по два и берут друг друга за руки. Во время движения колонны в руках у детей не должно быть никаких предметов или игрушек. Один из сопровождающих колонну находится впереди колонны, второй – позади. Каждый из сопровождающих должен иметь красный флажок. Группа должна быть обозначена красными флажками, которые несут первая и последняя пары детей.

7.8. Группа детей должна двигаться 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 суток.

7.9. 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.

7.10. На регулируемом переходе пересечение проезжей части разрешается только по разрешающим сигналам светофора или регулировщика. 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 вверх 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.

7.11. 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, старший сопровождающий разрешает переход. Сопровождающие покидают проезжую часть после последней пары детей.

7.12. 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, старший сопровождающий подает команду, разрешающую начало перехода.

7.13. По окончании прогулки, экскурсии необходимо проверить наличие воспитанников, сообщить заведующему о возвращении.

## **8. Требования к организации прогулки в помещениях ДОО в дни отмены прогулки на улице**

8.1. В зимний период в соответствии с графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками ДОО, исключается или сокращается время пребывания детей на свежем воздухе. В дни сокращения времени или отмены прогулок на свежем воздухе необходимо компенсировать недостаток двигательной активности детей хорошо продуманной организацией динамической прогулки в помещениях образовательного учреждения.

8.2. В содержании прогулки в групповых и функциональных помещениях должны быть включены все структурные элементы с учетом имеющихся условий.

8.3. Организация прогулки при сниженной температуре в групповых и функциональных помещениях (спортивный зал, музыкальный зал) ДОО с детьми раннего возраста:

температура в групповых, функциональных помещениях доводится до +13°C градусов. Для наблюдения за изменением температуры необходимо наличие термометра:

на высоте 80 см от пола;

1-я подгруппа детей одевается и вместе с воспитателем и уходит в функциональное помещение. Остальных детей по мере готовности приводит в функциональное помещение 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 подъеме температуры до + 18 °С градусов детей раздевают, воспитатель организует спокойные игры или самостоятельную деятельность воспитанников.

## **9. Требования к продолжительности прогулок. Режим длительности проведения прогулок на улице**

9.1. В течение года прогулки проводятся ежедневно. Общая продолжительность прогулки составляет 4-4,5 часа.

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

9.3. Проведение прогулок в зимний период регламентируется графиком определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками ДОО. Длительность прогулки на улице сокращается при температуре воздуха ниже и скорости ветра более установленных в графике показателей соответствующих возрасту детей.

1 младшие группы:

до - 15 °С, тихо – не менее 1 часа; от -12 °С, ветер до 5 м/с – не менее 30 мин;

2 младшие группы:

до - 20 °С, тихо – не менее 1 часа; от -18 °С, ветер до 5 м/с – не менее 30 мин.

средние группы:

до - 25 °С, тихо – не менее 1 часа; от -20 °С, ветер до 7 м/с до - 24°С, ветер до 2 м/с (включительно) – не менее 30 мин.

старшие, подготовительные группы: до - 30°С, тихо – не менее 1 часа; от -25 °С, ветер до 10 м/с до -29 °С, ветер до 3 м/с (включительно) – не менее 30 мин.

9.4. График определения погодных условий для установления возможности отмены прогулок на улице с воспитанниками ДОО доводится до сведения родителей (законных представителей) воспитанников ДОО и размещается на информационном стенде в уголках для родителей (законных представителей).

9.5. 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 воспитанников домой.