

ПРИНЯТО

на Педагогическом совете
МАОУ СШ № 152



ТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СШ № 152

Гуторина С.А.

приказ от 19.11.2021 № 758/ш

ПОЛОЖЕНИЕ

**ОБ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ ПРОГУЛОК
С ДЕТЬМИ НА УЛИЦЕ В СТРУКТУРНОМ
ПОДРАЗДЕЛЕНИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 152 ИМЕНИ А.Д. БЕРЕЗИНА»
ДЕТСКОГО САДА «МАЛЕНЬКАЯ СТРАНА»**

1. Общие положения.

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с Законом Р.Ф. «Об образовании», Типовым положением о ДОУ, «Санитарно - эпидемиологические требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях СП 2.4.3648-20», утвержденными Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации, Конвенции по правам ребенка; Образовательной программой структурного подразделения МАОУ СШ №152 детского сада «Маленькая страна».

2. Значение прогулки.

2.1. Прогулка является надежным средством укрепления здоровья и профилактики утомления.

2.2. Пребывание на свежем воздухе положительно влияет на обмен веществ, способствует повышению аппетита, усвояемости питательных веществ, особенно белкового компонента пищи, и конечно, оказывает закаливающий эффект.

2.3. Прогулка - это элемент режима, дающий возможность детям в подвижных играх, трудовых процессах, разнообразных физических упражнениях удовлетворить свои потребности в движении.

3. Время прогулки в режиме дня.

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

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

- утренний прием детей проводить на участке в течении всего года;
- проводить на воздухе утреннюю гимнастику и часть физкультурных занятий;
- непосредственно-образовательная деятельность по физической культуре детей 5-7 лет следует круглогодично проводить на открытом воздухе. Ею проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям (*приложение № 1*). Во время прогулки с детьми необходимо проводить игры и физические упражнения. Подвижные игры и физкультурное занятия проводят в конце прогулки перед возвращением детей в учреждения;
- ✓ 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.

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

3.3. При температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5 – 7 лет при температуре воздуха ниже -20°C и скорости ветра более 15 м/с .

4. Участок детского сада и его оборудование.

4.1. Основным гигиеническим требованием 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 м² на 1 ребенка ясельного возраста и не менее 9,0 м² 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. Уборка 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, исключая 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 – поролон 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 рекомендуется носить вязаные или фетровые шапочки, хорошо прикрывающие лоб и уши; утепленные суконные или кожаные ботинки, в сильные морозы - меховые шапочки или шапки-ушанки и валенки с галошами. По возвращении с прогулок обувь обязательно снимают, очищают от снега и просушивают.

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 проложенными 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.

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 ясельного 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, предшествующей непосредственно-образовательной деятельности, интересов и возраста.

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

7.3. Подвижная игра может быть проведена в начале прогулки, если непосредственно-образовательная деятельность была связана с долгим сидением детей. Если же они идут гулять после музыкальной или физкультурной непосредственно-образовательной деятельности, 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 с бегом, 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 знания 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 наблюдениям (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 бегают, 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 – прыгивание с пеньков, перешагивание через деревья, 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 сандалии, 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.

<i>Температура воздуха при скорости ветра 0,1-0,6 м/сек.</i>	<i>Одежда (число слоев - выше пояса / ниже пояса)</i>	<i>Одежда и обувь.</i>
<i>+20°С и выше</i>	<i>1/1</i>	<i>Трусы, майка, носки, спортивные туфли.</i>
<i>От+15° до +19° С</i>	<i>2/2</i>	<i>Хлопчатобумажный трикотажный тонкий, спортивный костюм, майка, трусы, носки, спортивные туфли.</i>
<i>От+10° до +14° С</i>	<i>2/2</i>	<i>Хлопчатобумажный трикотажный спортивный костюм, майка, трусы, носки, спортивные туфли.</i>
<i>От+3° до + 9° С</i>	<i>2/2</i>	<i>Тренировочный костюм с начесом, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки, шерстяная шапочка на хлопчатобумажной подкладке.</i>

<i>От + 2°до - 5° С</i>	<i>3/3</i>	<i>Тренировочный костюм с начесом, футболка с длинными рукавами, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки, шерстяная шапочка на хлопчатобумажной подкладке.</i>
<i>От - 6°до -11° С</i>	<i>3/3</i>	<i>Тренировочный костюм с начесом, фланелевая рубашка, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки, шерстяная шапочка на хлопчатобумажной подкладке, варежки.</i>
<i>От -12°до -15° С</i>	<i>4/3</i>	<i>Ветровка (куртка из ткани типа болонья), тренировочный костюм с начесом, фланелевая рубашка, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки, шерстяная шапочка на хлопчатобумажной подкладке, варежки.</i>