

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №46 компенсирующего вида «Лучик»  
(МАДОУ №46)

660135, г. Красноярск, ул. Взлетная, д. 22, тел. (391) 220-07-57, 228-09-15, E-  
mail:[dou46@mailkrsk.ru](mailto:dou46@mailkrsk.ru)

ОКПО 55925676      ОГРН 1022402486380      ИНН/КПП 2465041490/246501001

---

ПРИНЯТО:  
Советом педагогов  
Протокол № 3 от 16.04.2024г.

УТВЕРЖДЕНО:  
ВРИО заведующего МАДОУ №46  
И.И. Глазырина

/\_\_\_\_\_/ \_\_\_\_\_  
Приказ № 97 от 16.04.2024г.

**ПОЛОЖЕНИЕ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ ПРОГУЛОК  
С ДЕТЬМИ МАДОУ № 46**

---

## **I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящее Положение об организации и проведении прогулок с детьми (далее – Положение) разработано для муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 46 компенсирующего вида «Лучик» (далее – МАДОУ № 46) в соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. № 1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», приказом Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования», постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», постановлением главного государственного санитарного врача РФ 28.01.2021. № 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"», Уставом МАДОУ № 46, инструкцией по охране жизни и здоровья детей.

1.2. Настоящее Положение регламентирует организацию прогулок в МАДОУ № 46.

1.3. Настоящее Положение является локальным нормативным актом дошкольной образовательной организации, согласовывается на педагогическом совете МАДОУ №46 и утверждается (либо вводится в действие) приказом заведующего организацией, осуществляющей образовательную деятельность.

1.4. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

1.5. Настоящее Положение принимается на неопределенный срок, вплоть до принятия нового.

1.6. Настоящее Положение размещается на официальном сайте организации в сети «Интернет».

## **II. ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И ВИДЫ ПРОГУЛОК**

2.1. Прогулка – режимный момент жизнедеятельности детей в

---

МАДОУ № 46.

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 детей дошкольного возраста;

– оптимизировать двигательную активность детей;

– способствовать социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому и физическому развитию детей.

2.4. Виды прогулки (по месту проведения):

– на участке МАДОУ № 46;

– пешеходные прогулки по территории МАДОУ № 46;

– в функциональных помещениях МАДОУ № 46.

2.5. Виды прогулок (по содержанию):

– традиционная;

– тематическая;

– развлекательная;

– прогулка- событие;

– прогулка-путешествие;

– прогулка по экологической тропе.

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ОБОРУДОВАНИЮ И САНИТАРНОМУ СОДЕРЖАНИЮ УЧАСТКА ДЕТСКОГО САДА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОГУЛКИ**

3.1. Оборудование и санитарное содержание участка должно соответствовать требованиям СанПиН.

3.2. На территории МАДОУ № 46 располагается игровая зона (групповые и физкультурно-оздоровительная площадки).

3.3. Игровая зона включает групповые площадки, индивидуальные для каждой группы.

3.3. Игровые и физкультурные площадки для детей оборудуются с учётом их росто-возрастных особенностей.

3.5. Ежегодно, в весенний период, в песочницах, на игровых площадках проводится полная смена песка. Песок должен соответствовать гигиеническим нормативам. При обнаружении возбудителей паразитарных болезней проводится внеочередная смена песка.

3.6. Песочницы в отсутствие детей во избежание загрязнения песка накрываются защитными приспособлениями.

3.7. Уборка веранды проводится ежедневно: за 1-2 часа до выхода

---

детей на прогулку.

3.8. При сухой и жаркой погоде полив участка, песка проводится не менее 2-х раз в день.

3.9. В зимнее время рекомендуется проводить очистку территории от снега по мере необходимости, территорию допускается посыпать песком, использование химических реагентов не допускается.

#### **IV. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛОК НА УЧАСТКЕ ДЕТСКОГО САДА**

4.1. Перед выходом детей на прогулку необходимо осмотреть территорию участка на предмет соответствия требованиям безопасности в соответствии со своей должностной инструкцией.

4.2. Решение об отмене или сокращении времени прогулки на свежем воздухе принимает заместитель заведующего по учебно-воспитательной работе и руководитель на основании п.185 СанПиН1.2.36-85-21 и «Порядке организации образовательного процесса в МАДОУ № 46 в период неблагоприятных метеорологических условий», и доводит его до сведения воспитателей МАДОУ № 46.

4.3. Перед выходом на прогулку работники МАДОУ № 46, занятые одеванием детей, 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. В случае усиления ветра до недопустимых параметров, ухудшения погодных условий во время прогулки, воспитатель должен немедленно завести детей в помещение.

4.5. При проведении прогулки воспитатель следит, чтобы дети не уходили за пределы участка МАДОУ № 46. В случае самовольного ухода ребенка немедленно сообщить об уходе заведующему и действовать по алгоритму.

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

4.7. При выборе игр воспитатель должен учитывать психофизиологические особенности детей данного возраста, площадь прогулочного участка.

4.8. Во время прогулки запрещается:

- оставлять детей одних, без присмотра работников МАДОУ № 46;
- использовать в детских играх острые, колющие, режущие предметы, сломанные игрушки.

4.9. О каждом несчастном случае с ребенком воспитатель должен немедленно известить заведующего, родителей, при необходимости привлечь медицинский персонал МАДОУ № 46 для оказания первой

---

медицинской помощи.

## **V. ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ И ВОЗВРАЩЕНИЮ С ПРОГУЛКИ**

### **5.1. Подготовка и возвращение с прогулки:**

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

5.1.2. 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;

– младший воспитатель проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит детей в приемную;

– воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а младший воспитатель заканчивает одевание второй подгруппы и провожает детей на участок к воспитателю;

– 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: в начале дети надевают колготки, гамаши, затем кофты, комбинезон, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду и шарф.

5.1.4. Возвращаются дети с прогулки также по подгруппам. Младший воспитатель забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 10—15 минут с воспитателем.

5.1.5. Младший воспитатель помогает детям развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик.

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

### **5.2. Требования к одежде детей:**

– в любое время года одежда и обувь должна соответствовать погоде на данный момент и не должна перегревать или переохлаждать детей;

– 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.

5.3. Порядок хранения одежды в шкафчике: на верхней полке кладется шарф, шапка. Кофта, гамаши, колготки, тёплые 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.

## **VI. ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ ПРОГУЛОК НА УЧАСТКЕ МАДОУ № 46**

6.1. Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки, включает:

– наблюдения за объектами и явлениями природы, направленные на установление разнообразных связей и зависимостей в природе, воспитание отношения к ней;

– подвижные игры и спортивные упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;

– экспериментирование с объектами неживой природы;

– сюжетно-ролевые и конструктивные игры (с песком, со снегом, с природным материалом);

– элементарная трудовая деятельность детей на участке МАДОУ № 46;

– свободное общение педагога с детьми, индивидуальную работу;

– проведение спортивных праздников (при необходимости).

6.2. Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от вида занятия, организуемого в день прогулки. Если в ходе занятия дети находились в состоянии, требующем повышенной познавательной активности и умственного напряжения, то вначале прогулки проводятся подвижные игры, пробежки, затем – наблюдения. Если до прогулки было занятие физической культурой 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 образовательной программой дошкольного образования, учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствии с календарным планированием в каждой возрастной группе.

---

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); приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение, использование детского опыта).

6.6. Организация двигательной активности.

6.11.1. В двигательную деятельность детей на прогулке следует включать:

– 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 играм относятся: городки, баскетбол, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей;

– организацию самостоятельной двигательной активности. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов детей, развивающей среды;

– индивидуальные задания (в соответствии с календарным планированием).

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

6.11.3. 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.

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

6.11.5. 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 заболевания носоглотки;

---

- при низких температурах воздуха нецелесообразно организовывать игры большой подвижности, так как это приводит 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.

6.11.6. Организация индивидуальной работы: в соответствии с календарным планированием воспитатель осуществляет индивидуальную работу по познавательному, речевому, социально-коммуникативному, физическому или художественно-эстетическому развитию детей. С этой целью подготавливает все необходимые материалы и оборудование.

6.11.7. Трудовые поручения: воспитатель привлекает детей к сбору игрушек, оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке после прогулки, уход за растениями и т.д.

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

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

## **VII. ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛОК В ПОМЕЩЕНИЯХ МАДОУ № 46 ПРИ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ПОГОДНЫХ УСЛОВИЯХ**

7.1. В зимний период для установления возможности отмены или сокращения прогулок на улице, воспитатель должен действовать в соответствии с рекомендованным режимом прогулок в определенный температурный промежуток (Приложение 1), разработанный и утвержденный заведующим МАДОУ № 46. В дни сокращения времени или отмены прогулок на свежем воздухе, необходимо компенсировать недостаток двигательной активности детей хорошо продуманной организацией динамической (двигательной) прогулки в помещениях учреждения, в соответствии с графиком прогулок.

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

## **VIII. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ПРОГУЛКИ. РЕЖИМ ДЛИТЕЛЬНОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОГУЛОК НА УЛИЦЕ**

8.1. В течение года прогулки проводятся ежедневно. Общая



---

продолжительность прогулки составляет 3-4 часа в день.

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

8.3. Проведение прогулок в зимний период регламентируется п.185. СанПиН1.2.3685-21: при температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. На основании СанПин разработан и утвержден заведующим МАДОУ № 46 рекомендованный режим прогулок в определенный температурный промежуток (Приложение 1).

8.4. 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.

8.5. Время выхода на прогулку каждой возрастной группы определяется режимом дня и образовательными программами, реализуемыми в МАДОУ № 46.

Приложение 1  
к положению об организации и проведении  
прогулок с детьми МАДОУ № 46

В зимний период для установления возможности отмены или сокращения прогулок на улице, воспитатель должен действовать в соответствии с рекомендованным режимом прогулок в определенный температурный промежуток (Приложение 1), разработанный и утвержденный заведующим МАДОУ № 46 на основании п.185. СанПиН1.2.3685-21.

Температура воздуха	Скорость ветра м/с	Возраст				
		2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<b>Минус 10-14</b>	Без ветра	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме
	Слабый, до 7 м/с	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме
	Умеренный, до 10 м/с	Сокращение прогулки до 30 минут	Сокращение прогулки до 40 минут	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме
<b>Минус 15-19</b>	Без ветра	Сокращение прогулки до 40 минут	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме
	Слабый, до 5 м/с	Сокращение прогулки до 30 минут	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме	Прогулка в полном объеме
	Умеренный, до 10 м/с	Прогулка не проводится	Сокращение прогулки до 40- 60 минут с обогревом	Прогулка в полном объеме с обогревом	Прогулка в полном объеме с обогревом	Прогулка в полном объеме с обогревом
	Сильный, до 15 м/с	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Сокращение прогулки до 40 минут	Сокращение прогулки до 40 минут	Сокращение прогулки до 40 минут
<b>Минус 20-24</b>	Без ветра	Прогулка не проводится	Сокращение прогулки до 40- 60 минут с обогревом	Сокращение прогулки до 40 минут-1.5 часа с обогревом	Прогулка в полном объеме с обогревом	Прогулка в полном объеме с обогревом
	Слабый, до 5 м/с	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Сокращение прогулки до 30 минут	Сокращение прогулки до 30 минут с обогревом	Сокращение прогулки до 30 минут
	Умеренный, до 10 м/с	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Сокращение прогулки до	Сокращение прогулки

					40 минут с обогревом	до 40 минут с обогревом
	Сильный, до 15 м/с	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится
<b>Минус 25-29</b>	Без ветра	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Сокращение прогулки до 30 минут	Сокращение прогулки до 30 минут
	Слабый, до 5 м/с	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится
	Умеренный, до 10 м/с	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится
	Сильный, до 15 м/с	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится	Прогулка не проводится

---

**ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ  
С ПОЛОЖЕНИЕМ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ ПРОГУЛОК С  
ДЕТЬМИ МАДОУ № 46**

Приказ № \_\_\_ от \_\_\_\_\_

Положение изучил и обязуюсь выполнять:

<b>№ п/п</b>	<b>Ф.И.О.</b>	<b>Должность</b>	<b>Дата</b>	<b>Подпись</b>
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				
31.				

- 
- 32.
  - 33.
  - 34.
  - 35.
  - 36.
  - 37.
  - 38.
  - 39.
  - 40.
  - 41.
  - 42.
  - 43.
  - 44.
  - 45.
  - 46.
  - 47.
  - 48.
  - 49.
  - 50.
  - 51.
  - 52.
  - 53.
  - 54.
  - 55.
  - 56.
  - 57.
  - 58.
  - 59.
  - 60.
  - 61.
  - 62.
  - 63.
  - 64.
  - 65.
  - 66.