

ПРИНЯТО  
на педагогического совета  
«20» 03 2026г. протокол № 5

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим МБДОУ  
«Детский сад № 300»  
Ю.С. Фимушина  
Приказ № 45 от 03 03 2026г.



**Положение**  
**об организации прогулок с обучающимися**  
**Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения**  
**«Детский сад № 300»**

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение об организации прогулок с обучающимися Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 300» (далее — Положение) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 (с изменениями и дополнениями на 2026 год);
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. 28.09.2020);
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. 28.01.2021);
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО);
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования (ФОП ДО);
- Уставом Учреждения;
- Инструкцией по охране жизни и здоровья детей;
- Режимом дня каждой возрастной группы.

1.2. Настоящее Положение регламентирует организацию прогулок с обучающимися в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад № 300» (далее — Учреждение).

1.3. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся на заседании Педагогического совета или Общего собрания работников и утверждаются руководителем Учреждения.

1.4. Срок данного Положения не ограничен. Данное Положение действует до принятия нового.

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

2.1. Прогулка — это режимный момент жизнедеятельности детей в дошкольном учреждении, направленный на реализацию образовательных задач в условиях свежего воздуха.

2.2. Цель прогулки — укрепление физического и психического здоровья, профилактика утомления, оптимизация двигательной активности, всестороннее развитие детей.

2.3. Задачи прогулки:

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях природы;
- способствовать повышению уровня физической подготовленности дошкольников;
- оптимизировать двигательную активность детей;
- способствовать познавательному, речевому, художественно-эстетическому, социально-коммуникативному развитию детей в соответствии с ФГОС ДО.

2.4. Виды прогулок (по месту проведения):

- на участке дошкольного учреждения (основной вид);
- тематические прогулки (прогулки-походы, прогулки-события, спортивные прогулки);
- прогулки за пределы участка учреждения (целевые прогулки, экскурсии для детей старшего дошкольного возраста).

Примечание: в соответствии с рекомендациями по обеспечению безопасности, организация прогулок за пределы участка ДООУ требует особого согласования и строгого соблюдения мер безопасности.

## **3. Подготовка к прогулке**

3.1. Подготовка и возвращение с прогулки:

3.1.1. Перед выходом на прогулку воспитатель организует с детьми проведение гигиенических процедур (чистка носа, посещение туалетной комнаты).

3.1.2. Одевать и раздевать детей при подготовке и возвращении с прогулки необходимо по подгруппам:

- воспитатель выводит одеваться первую подгруппу детей;
- младший воспитатель проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит детей в раздевалку. В первую подгруппу следует включать медленно одевающихся детей, детей

с низкими навыками самообслуживания, а также детей с ослабленным здоровьем (для более долгого пребывания на воздухе);

- воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а младший воспитатель 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 и специалистов ДОУ.

3.1.3. При организации прогулки в холодный период года воспитатель должен следить за соответствием одежды и обуви детей погодным условиям, не допуская перегрева или переохлаждения

#### **4. Требования к организации прогулки и содержанию**

4.1. Содержание прогулок определяется Федеральной образовательной программой (ФОП ДО) и основной образовательной программой ДОУ, с учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствии с календарным планированием в каждой возрастной группе.

4.2. Прогулка должна состоять из следующих структурных элементов:

- наблюдение (за объектами живой и неживой природы, трудом взрослых);
- двигательная активность (подвижные, спортивные игры, физические упражнения);
- индивидуальная работа по различным направлениям развития (познавательное, речевое, физическое);
- трудовая деятельность (посильные трудовые поручения);
- самостоятельная деятельность детей.

4.3. Организация двигательной активности:

4.3.1. 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 (катание на санках, лыжах, велосипедах, самокатах), а в старшем дошкольном возрасте — спортивными играми (городки, баскетбол, футбол, бадминтон).

4.3.2. В зависимости от погодных условий двигательная деятельность детей может быть скорректирована по интенсивности во избежание переохлаждения или перегрева .

4.3.3. Особого внимания требуют дети с низкой подвижностью и малоинициативные; их следует вовлекать в подвижные игры.

4.4. Требования безопасности во время прогулки:

- Воспитатель должен обеспечивать постоянный контроль за деятельностью детей, не допуская самовольного ухода за пределы участка.
- Запрещается использование в играх острых, колющих, режущих предметов, а также сломанных игрушек.
- При катании с горок воспитатель должен обеспечивать страховку детей и соблюдение дистанции.
- О каждом несчастном случае немедленно извещать заведующего Учреждения и родителей (законных представителей).

#### **5. Организация прогулок за пределами участка Учреждения**

5.1. Планирование прогулок (целевых экскурсий) за пределы участка начинают со старшей группы.

5.2. При подготовке к такой прогулке воспитатель обязан предварительно осмотреть место прогулки и маршрут следования, согласовать мероприятие с заведующим.

5.3. При движении колонны детей один взрослый идет впереди, другой — сзади. При переходе через улицу необходимо строго соблюдать ПДД и использовать сигнальные знаки (красные флажки), светоотражающие жилеты.

5.4. В случае дальней прогулки количество взрослых определяется из расчета 1 взрослый на 12 детей

## **6. Продолжительность прогулок**

6.1. В течение года прогулки проводятся ежедневно. Общая продолжительность прогулки составляет не менее 3-4 часов .

6.2. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину дня (до обеда) и во вторую половину дня (после дневного сна или перед уходом детей домой) .

6.3. Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе.

6.4. В зимний период прогулка проводится при температуре воздуха:

- для детей до 4 лет — не ниже  $-15^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра не более 15 м/с;
- для детей 5-7 лет — не ниже  $-20^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра не более 15 м/с.

При температуре воздуха ниже  $-15^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

## **7. Требования к оборудованию и санитарному содержанию участков**

7.1. Оборудование и санитарное содержание участков должно соответствовать разделу III СП 2.4.3648-20.

7.2. Ежедневно перед выходом детей на прогулку воспитатель проводит осмотр территории участка на предмет соответствия требованиям безопасности (целостность оборудования, ограждений, отсутствие опасных предметов).

7.3. Песочницы должны быть закрыты крышками или защитным материалом во избежание загрязнения песка. Смена песка производится ежегодно.

7.4. Уборка территории участка проводится ежедневно утром за 1-2 часа до прихода детей или вечером после их ухода.

## **8. Заключительные положения**

8.1. Настоящее положение действует до принятия нового.

8.2. Настоящее положение прошнуровывается, пронумеровывается постранично, скрепляется печатью Учреждения.

8.3. Настоящее положение вносится в Номенклатуру дел Учреждения.

8.4. Настоящее положение размещается на официальном сайте Учреждения в информационно-коммуникационной сети «Интернет».