

РАССМОТРЕНО

На заседании
педагогического
совета

Протокол

от 02.02.2023
№ 2

УТВЕРЖДЕНО

Протокол

Педагогического совета

от 02.02.2023 № 2

Зав. филиалом «Беляево»

Е.Ю.Курышина



ПОЛОЖЕНИЕ

Об организации прогулок в ГБУ Социальный Дом «Обручевский» Филиал «Беляево»

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение разработано для Государственного бюджетного учреждения (далее Учреждение) в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г, СанПиН 2.4.1.3049-13 от 29.07.2013.

1.2. Настоящее положение регламентирует организацию прогулок в Учреждении.

1.3. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся Педагогическим советом 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— режимный момент жизнедеятельности детей в Учреждении.

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 дошкольников;
- оптимизировать двигательную адаптированную активность детей; - способствовать познавательному, речевому, художественноэстетическому, социально-коммуникативному, физическому развитию детей.

2.4. Виды прогулки (по месту проведения):

- на участке учреждения;
- пешеходные прогулки за пределы участка (на расстояние до двух километров).

3. Подготовка к прогулке

3.1. Подготовка и возвращение с прогулки:

3. 1.1. Перед выходом на прогулку воспитатель организывает с детьми проведение гигиенических процедур: чистку носа, посещение туалетной комнаты.

3.1.2. Одевать детей на прогулку необходимо по сезонно.

- воспитатель выводит для одевания детей, младший воспитатель /помощник воспитателя помогает воспитателю.

- в первую очередь следует включать медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания;

- воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а младший воспитатель/помощник воспитателя заканчивает процесс одевания второй подгруппы и провожает детей на участок к воспитателю;

- детей более ослабленных, рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

3.1.3. Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться порядка одевания: сначала дети надевают колготки, гамаши, затем кофты, обувь и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду, и шарф.

3.1.4. Возвращаются дети с прогулки также по подгруппам. Младший воспитатель/помощник воспитателя забирает с участка первую подгруппу детей. Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 12—18 мин с воспитателем.

3.1.5. Младший воспитатель/помощник воспитателя помогает детям развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик. Раздевшись, дети спокойно идут в группу и проводят гигиенические процедуры.

3.1.6. В летний период после возвращения с прогулки необходимо организовать душ.

3.2. Требования к одежде детей:

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

- при колебаниях температуры от +3 до -3 °С 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 -1 СС 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 дети должны быть обеспечены легкими головными уборами.

2. Организация и содержание прогулок на участке Учреждения

4.1. Перед выходом на прогулку, младший воспитатель должен предварительно осмотреть территорию участка на предмет соответствия нормам требований техники безопасности и сделать уборку, в летний период- влажную уборку, полив веранд.

4.2. Выводить детей на прогулку необходимо, убедившись в отсутствии признаков загазованности воздуха. В случае повышения содержания посторонних газов в воздухе во время прогулки, детей необходимо немедленно завести в помещение.

4.3. Прогулка должна состоять из следующих структурных элементов:

- наблюдение; двигательная активность: подвижные, спортивные игры, спортивные упражнения; □ индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников (познавательное, социально-личностное, художественно-эстетическое, физическое, речевое);
- трудовые поручения;
- самостоятельная деятельность детей.

4.4. Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от вида предыдущей образовательной деятельности. Если детизанимались деятельностью, требующей повышенной познавательной активности и умственного напряжения, вначале на прогулке необходимо провести подвижные игры, пробежки, затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки была образовательная деятельность по физическому или музыкальному развитию, то прогулка начинается с наблюдения или спокойной игры.

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

4.6. Содержание прогулок определяется основной адаптированной образовательной программой, рабочего плана воспитателя с учетом предшествующей деятельности детей, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствии с перспективным планированием в каждой возрастной группе,

4.7. Организация наблюдений: процесс наблюдения может быть организован за объектами и погодными явлениями, в начале или в конце прогулки, При планировании наблюдений воспитатель продумывает: отбор и расположение оборудования и материалов, используемых по ходу наблюдения, размещение детей; приемы привлечения внимания детей к наблюдению и возбуждения интереса (сюрпризные моменты, загадки, постановка познавательной задачи, проблемная ситуация); приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение, использование детского опыта). Обеспечить процесс наблюдения за живыми объектами на безопасном расстоянии от детей.

4.8. Организация двигательной активности.

4.8.1. В двигательную деятельность детей на прогулке следует включать:

организованные адаптированные подвижные игры и физические упражнения на утренней прогулке: 15-20 мин. На вечерней прогулке: 10-15 мин. Подвижные игры можно дополнять или заменять, спортивными упражнениями или спортивными играми, играми с элементами соревнований (адаптированными к индивидуальным особенностям воспитанников).

- организацию самостоятельной двигательной активности. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей, возможностей и интересов воспитанников, организации развивающей среды.

- индивидуальные задания (в соответствии с календарным планированием),

4.8.2. В зависимости от погодных условий двигательная деятельность воспитанников на воздухе может быть более или менее интенсивной по уровню двигательной активности, с тем, чтобы дети не переохлаждались или не перегревались. Всё это необходимо продумывать воспитателю перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеоусловия в тот или иной день и план прогулок на месяц.

4.8.3. Нельзя допускать, чтобы на прогулке дети находились длительное время без движений.

4.8.4. Особого внимания требуют дети со сниженной подвижностью, маломобильные, которым следует помогать передвигаться или самим передвигаться на коляске.

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

4.9. Организация индивидуальной работы: в соответствии с календарным планированием воспитатель осуществляет индивидуальную работу по познавательно-речевому, социальноличностному, Физическому или художественноэстетическому развитию детей. С этой целью подготавливает все необходимые материалы и оборудование.

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

4.11. В зависимости от целей и задач прогулки воспитатель готовит выносной материал соответствующий санитарно-гигиеническим требованиям, для организации различных видов деятельности.

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

4.13. При проведении прогулки следить, чтобы дети не уходили за пределы участка без взрослого.

4.14. Особенности организации прогулки 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 они приводят к форсированию дыхания, когда воспитанники начинают дышать ртом. Не следует также в этих условиях проводить игры, требующие произнесения детьми в полный голос, припевок, стихов или какого-либо текста.

5. Организация прогулок за пределами участка Учреждения.

5.1. Планирование прогулок за пределы участка начинают с небольшой группы.

5.2. Содержание прогулок определяется основной образовательной программой дошкольного образования, рабочей программой воспитателя, перспективным планом.

5.3. При подготовке к прогулке воспитатель должен предварительно осмотреть место прогулки, маршрут следования, согласовывать с заведующим. Взять распоряжение о выходе за территорию Учреждения.

5.4. Отправляясь на экскурсию, прогулку, за пределы Учреждения, воспитатель должен точно знать число детей, которых он берет с собой. Если в Учреждении по каким-то причинам остались дети из группы, они по указанию заведующего должны находиться под присмотром определенного сотрудника.

5.5. В случае дальней прогулки важно предусмотреть необходимое количество взрослых из расчета 1 ребенок— один взрослый.

5.6. Все сотрудники, сопровождающие воспитанников, должны пройти целевой инструктаж по организации прогулок и экскурсий.

5.7. При переходе через улицу сопровождающие должны обеспечить строгое соблюдение правил дорожного движения для пешеходов, избегать прогулок по улицам с большим движением.

6. Организация прогулки в активированные дни

6.1. В активированные дни или в дни сокращения продолжительности прогулки необходимо компенсировать недостаток двигательной активности на прогулках хорошо продуманной организацией динамической (двигательной прогулки) в функциональных помещениях Учреждения.

6.2. Динамический час проводится в соответствии с графиком в музыкальном зале или зале ЛФК, в облегчённой спортивной одежде.

6.3. Структура динамического часа:

6.3.1. Оздоровительная разминка включает различные виды ходьбы (на носках, пятках, высоко поднимая колени, с различным положением рук); бег в медленном и среднем темпе с высоким подниманием бедра, прыжки на месте и с продвижением вперед и др.

Ходьба по ребристой доске, упражнения с палочками плоскими, лежать на различных массажных ковриках, самомассаж).

Оздоровительная разминка может быть заменена игровыми упражнениями и подвижными играми с ходьбой и бегом.

6.3.2. Оздоровительно-развивающая часть включает игровые упражнения и подвижные игры; игровые упражнения, подвижные и спортивные игры; спортивные игры и игровые упражнения; игровые упражнения, игры-эстафеты; игровые упражнения, хороводные игры.

6.3.3. Заключительная часть включает игры на расслабление, на внимание, игры малой подвижности.

6.3.4. Для маломобильных воспитанников подвижные адаптированные занятия проводит инструктор АФК и инструктор ЛФК.

7. Продолжительность прогулок

7.1. В течение года прогулки проводятся ежедневно, Общая продолжительность прогулки составляет 3 - 4 часа.

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

7.3. Продолжительность прогулки определяется адаптированной образовательной программой в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать,

7.4. В зимний период прогулки на воздухе проводятся 2 раза в день в первую половину дня— до обеда, во вторую половину дня после дневного сна.

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

7.6. Время выхода на прогулку каждой группы определяется режимом дня возрастной группы Учреждения.