ПРИНЯТО
Протокол заседания педагогического совета
от 28.08.2026 года № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ №2 г.Сызрани
_____/Л.И.Ахмерова/
приказом № 604/1 от 01.09.2026г.




C=RU, O=ГБОУ СОШ №2 г. Сызрани,
CN=Ахмерова Людмила Ивановна,
E=so_zu_school2_szr@63edu.ru
00e14cdcd67424bff4
2026.09.10 12:34:12+04'00'

# Положение
# об организации прогулок в структурных подразделениях ГБОУ СОШ № 2 г. Сызрани, реализующих общеобразовательные программы дошкольного образования

г. Сызрань, 2026г.

## 1. Общие положения

1.1. Настоящее положение регулирует организацию прогулок с обучающимися (воспитанниками) (далее - воспитанники) в структурных подразделениях государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 2 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области Самарской области, реализующих общеобразовательные программы дошкольного образования:

- «Детский сад № 19», расположенный по адресу: 446009, Самарская область, г. Сызрань, ул. Жуковского, 37-а (сокращенное наименование СП «Детский сад №19» ГБОУ СОШ № 2 г. Сызрани),
- «Детский сад № 25», расположенный по адресу: 446019, Самарская область, г. Сызрань, ул. Парижской Коммуны, 65 (сокращенное наименование СП «Детский сад № 25» ГБОУ СОШ № 2 г. Сызрани), (далее - СП «Детский сад»).

1.2. Положение разработано в соответствии:

- Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 (редакции от 02.05.2015 № 122-ФЗ, от 03.08.2018г. № 317 - ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования», утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155;
- Санитарными правилами СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026г. № 19;
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российский Федерации от 28.01.2021 № 2 (ред. от 24.12.2025г.);
- Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи МР 2.4.0242-21
- Уставом ГБОУ СОШ № 19 г. Сызрани;
- Инструкцией по охране жизни и здоровья детей;
- режимом дня СП «Детский сад».

## 2. Цели, задачи и виды прогулок

2.1. Прогулка – режимный момент жизнедеятельности воспитанников СП «Детский сад».

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 воспитанников;
- оптимизировать двигательную активность детей;
- способствовать познавательному, речевому, художественно-эстетическому, социально-коммуникативному, физическому развитию детей.

2.4. Виды прогулки:

- традиционная;
- тематическая;
- целевая (проводится со 2-й младшей группы с выходом за пределы участка детского сада);
- экскурсии с выходом за пределы территории детского сада с воспитанниками старшего дошкольного возраста);
- поход (с воспитанниками старшего дошкольного возраста)

**3. Подготовка к прогулке и возвращение с прогулки**

3.1. Подготовка и возвращение с прогулки.

3.1.1. Перед выходом на прогулку воспитатель организовывает с воспитанниками проведение гигиенических процедур.

3.1.2. Одевать и раздевать воспитанников при подготовке и возвращении с прогулки необходимо в холодный период по подгруппам, в теплый период всей группой:

- воспитатель выводит одеваться первую подгруппу воспитанников;

- помощник воспитателя проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит воспитанников в раздевальную комнату. В первую подгруппу следует включать воспитанников: медленно одевающихся и с низкими навыками самообслуживания;

- воспитатель выходит с обеими подгруппами на прогулку, закончившими одеваться примерно в одно время. Помощник воспитателя сопровождает воспитанников до выхода из здания, замыкая строй;

- в помощь при одевании в каждую группу раннего и младшего дошкольного возраста закрепляются сотрудники из числа обслуживающего персонала и специалистов СП «Детский сад»;

- воспитанников с ослабленным здоровьем, детей с ОВЗ рекомендуется одевать со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

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

3.1.4. Возвращаются воспитанники с прогулки также в сопровождении помощника воспитателя по подгруппам. Помощник воспитателя забирает с участка первую подгруппу. Воспитанники второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 5 -7 мин с воспитателем.

3.1.5. Помощник воспитателя помогает воспитанникам развязать шарф, расстегнуть и снять верхнюю одежду, сложить одежду в шкафчик (для младшего дошкольного возраста) или развешивает одежду сушиться (при необходимости).

3.1.6. В летний период во время прогулки организуется дополнительное обеспечение питьевой водой, а после возвращения с прогулки организуется мытьё ног.

3.2. Требования к одежде воспитанников:

• В любое время года одежда и обувь должна соответствовать сезонности и погоде на данный момент, должна не перегревать и не переохлаждать.

• При колебаниях температуры от +3 до -3° С и слабом ветре одежда 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° С 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 родители должны обеспечить детей легкими головными уборами. Воспитатель обязан проконтроливать наличие головного убора у каждого воспитанника при выходе на прогулку.

**4. Требования к оборудованию и санитарному содержанию участка СП «Детский сад» для проведения прогулок**

4.1. Оборудование и санитарное содержание участков СП «Детский сад» должно соответствовать требованиям п. 3. «Требования к оборудованию и содержанию территорий дошкольных образовательных организаций» СанПиН 2.4.1.3049-13.

4.2. Зона игровой территории включает в себя: индивидуальные групповые площадки с верандами и общую физкультурную площадку.

4.3. Уборка участков от мусора проводится дворником ежедневно: утром за 1 час до прихода детей и по мере загрязнения территории. При сухой и жаркой погоде организуется полив участков, песка не менее 2-х раз в день.

4.4. В зимнее время дорожки, ведущие к участкам и всю асфальтированную поверхность территории СП «Детский сад» дворник очищает от снега, по мере необходимости, территорию допускается посыпать песком, использование химических реагентов не допускается.
4.5. В зимнее время года силами сотрудников, воспитанников и их родителей (законных представителей) участки оформляются ледяными фигурами, горками, крепостями и пр.
4.6. В летнее время силами сотрудников, воспитанников и их родителей (законных представителей) участки украшаются цветами, безопасными растениями, кустарниками, допускается разбивка мини-огорода и пр.
4.7. У входа в здание СП «Детский сад» необходимо иметь решетки, коврики, щетки для очистки верхней одежды и обуви от песка и снега.

**5. Организация и содержание прогулок на участке СП «Детский сад»**
5.1. Ежедневно заведующий хозяйством должен осмотреть территорию участков на предмет соответствия нормам требований техники безопасности.
5.2. Выводить воспитанников на прогулку необходимо, убедившись в отсутствии признаков загазованности воздуха. В случае повышения содержания посторонних газов в воздухе во время прогулки, воспитанников необходимо немедленно завести в помещение.
5.3. Прогулка должна состоять из следующих структурных элементов:
• Наблюдение;
• труд (трудовые поручения);
• двигательная деятельность: подвижные, малоподвижные, спортивные игры, спортивные упражнения;
• индивидуальная работа по различным направлениям развития воспитанников;
• игры с выносным материалом, самостоятельная деятельность воспитанников (организованная воспитателем).
5.4. Последовательность структурных компонентов прогулки может варьироваться в зависимости от вида предыдущего занятия. Если воспитанники находились на занятии, требующем повышенной познавательной активности и умственного напряжения, вначале на прогулке необходимо провести подвижные игры, пробежки, затем перейти к наблюдениям. Если до прогулки было физкультурное или музыкальное занятие, то прогулка начинается с наблюдения или спокойной игры.
5.5. Каждый из обязательных компонентов прогулки длится от 7 до 15 минут и осуществляется на фоне самостоятельной деятельности воспитанников.
5.6. Содержание прогулок определяется программой по ознакомлению детей с окружающим миром с учетом тематического планирования и предшествующей деятельности воспитанников, педагогических и оздоровительных задач, и строится в соответствие с календарным планированием в каждой возрастной группе.
5.7. Организация наблюдений.
5.7.1 Процесс наблюдения может быть организован за объектами и сезонными явлениями в живой и неживой природе в начале или в конце прогулки. При планировании наблюдений воспитатель продумывает: отбор и расположение оборудования и материалов, используемых по ходу наблюдения, размещение воспитанников; приемы привлечения внимания воспитанников к наблюдению и возбуждения интереса (сюрпризные моменты, стихотворения, загадки, народные приметы, пословицы, постановка познавательной задачи, проблемная ситуация); приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, действия, сравнение, использование детского опыта); обеспечение процесса наблюдения за живыми объектами на безопасном расстоянии от воспитанников.
5.8. Организация двигательной деятельности воспитанников .
5.8.1. В двигательную деятельность воспитанников на прогулке следует включать:
• организованные подвижные, малоподвижные игры с правилами, хороводные игры, физические упражнения на дневной 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 (в старшем дошкольном возрасте спортивными играми, играми с элементами соревнований), бессюжетными народными играми с предметами.

5.9. На прогулке обязательно проводятся две игры разной степени подвижности.
К спортивным упражнениям относятся: катание на санках, ходьба на лыжах, скольжение на ногах по ледяным дорожкам, катание на велосипедах, самокатах, прыжки со скакалкой, «классики».
К спортивным играм относятся: городки, баскетбол, волейбол, бадминтон, настольный теннис, футбол, хоккей.
К бессюжетным народным играм с предметами относятся: кольцеброс, бабки, кегли.

В жаркую погоду проводятся игры с водой.
Воспитатель также организует игры, при помощи которых расширяются знания и представления воспитанников об окружающем, готовит материал для организации ролевых игр, дидактических и конструктивных игр.
Организация самостоятельной двигательной активности, характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов воспитанников, организации развивающей среды.
5.9.1. В зависимости от погодных условий двигательная деятельность воспитанников на воздухе может быть более или менее интенсивной по уровню двигательной активности, с тем, чтобы воспитанники не переохлаждались или не перегревались. Всё это необходимо продумывать воспитателю перед выходом на прогулку, ориентируясь на конкретные метеоусловия в тот или иной день и рекомендации медицинской сестры.
5.9.2. Нельзя допускать, чтобы на прогулке воспитанники находились длительное время без движений.
5.9.3. Особого внимания требуют воспитанники со сниженной подвижностью, малоинициативные, которых следует выделять из общей массы и вовлекать в подвижные игры.
5.9.4. Игры с высоким уровнем интенсивности движений не следует проводить в конце 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.
5.10. Организация индивидуальной работы: в соответствии с календарным планированием воспитатель осуществляет индивидуальную работу по познавательному, речевому, социально-коммуникативному, физическому, художественно-эстетическому развитию детей. С этой целью подготавливает все необходимые материалы и оборудование.
5.11. Трудовые поручения: воспитатель привлекает воспитанников к сбору игрушек, оказанию посильной помощи по наведению порядка на участке после прогулки, уход за растениями ограничивается только поливом.
5.12. В зависимости от целей и задач прогулки воспитатель готовит выносной материал, соответствующий санитарно-гигиеническим требованиям, для организации различных видов детской деятельности.
5.13. Воспитатель должен руководить самостоятельной деятельностью воспитанников: обеспечить им полную безопасность, научить использовать пособия в соответствии с их предназначением, осуществлять постоянный контроль за самостоятельной деятельностью воспитанников на протяжении всей прогулки.
5.14. При проведении прогулки воспитатель обязан следить, чтобы воспитанники не уходили за пределы участка. В случае самовольного ухода ребенка немедленно сообщить о случившемся руководителю СП «Детский сад», который организует поиски ребенка, ставит в известность директора ГБОУ СОШ № 2 г.Сызрани, полицию, родителей.
5.15. Особенности организации прогулки в зимний период.
• В холодный период года воспитателю необходимо следить за тем, чтобы воспитанники дышали носом. Носовое дыхание способствует формированию 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 четверостиший, припевок, какого-либо текста.

**6. Организация прогулок за пределы территории СП «Детский сад»**

6.1. Планирование прогулок за пределы территории СП «Детский сад» (далее – выходов за территорию СП) начинают со старшей группы. Содержание определяется программой по ознакомлению детей с окружающим миром, социальным развитием детей дошкольного возраста.

6.2. При планировании проведения выхода за территорию СП воспитанников необходимо уведомить родителей (законных представителей), получить их письменное согласие по установленной форме (Приложение № 1).

6.3. При организации и проведении организованных выходов за территориюСП воспитанников их обязательно должны сопровождать воспитатели и другие сотрудники СП «Детский сад» (далее - сопровождающие). Количество сопровождающих должно быть из расчета 1 взрослый на 7 воспитанников. При группе воспитанников менее 7 человек сопровождение обеспечивают двое взрослых. Сопровождающие должны знать Инструкцию по охране жизни и здоровья детей, инструкцию по охране труда по оказанию первой (доврачебной) помощи, а также уметь оказывать первую доврачебную помощь до прибытия медицинского работника.

6.4. Выходы за территорию СП воспитанников должны быть запланированы заблаговременно. Ответственный педагог определяет цель и задачи, время проведения и длительность, планируемое количество воспитанников, предварительно осматривает место и маршрут следования, согласовывает все организационные вопросы с руководителем, заместителем руководителя СП «Детский сад».

6.5. Не менее чем за 1 день до выхода за территорию СП воспитанников готовится проект распоряжения по СП «Детский сад» о назначении сопровождающих для проведения данного мероприятия, из состава сопровождающих назначается руководитель группы. В день проведения организованного выхода за территорию СП данное распоряжение издается с указанием по фамильного списка воспитанников.

6.6. Руководитель, зам. руководителя СП «Детский сад» проводит инструктаж сопровождающих по осуществлению выхода за территорию СП воспитанников. Прохождение его фиксируется в Журнале регистрации инструктажа с сотрудниками СП «Детский сад» по охране жизни и здоровья воспитанников при организации и проведении целевых прогулок и экскурсий (Приложение № 2).

6.7. Перед выходом за территорию СП руководитель группы проверяет фактический состав воспитанников, наличие согласия от родителей, согласно п. 6.2. и расписывается в Журнале регистрации выходов воспитанников за пределы территории СП «Детский сад» (Приложение №3). Если в СП «Детский сад» по каким-то причинам остаются воспитанники из группы, они, по указанию руководителя СП «Детский сад», должны находиться под присмотром ответственного сотрудника.

6.8. В согласованное время сопровождающие готовят воспитанников к выходу. При подготовке сопровождающие должны осмотреть одежду воспитанников на соответствие погодным условиям, обеспечить наличие запаса питьевой воды и одноразовых стаканчиков. Должны иметь при себе средства оперативной связи (мобильные телефоны) в исправном состоянии. Руководитель группы обязан взять с собой переносную аптечку для оказания первой доврачебной помощи.

6.9. При движении колоны детей один из сопровождающих идет впереди колонны, другой – сзади с сигнальными флажками красного цвета.

6.10. Каждый сопровождающий несет ответственность за жизнь и здоровье воспитанников, за выполнение всеми членами группы правил дорожного движения, за соблюдение правил поведения в общественных местах, правил охраны природы, соблюдение норм санитарии и гигиены. На протяжении всего выхода за территорию СП сопровождающие постоянно пересчитывают воспитанников, контролируют, чтобы все дети находились в их поле зрения.

6.11. Сопровождающие не имеют право: оставлять воспитанников без наблюдения; самостоятельно изменять маршрут (возможно только в случае угрозы жизни воспитанников).
6.12. Руководитель группы имеет право изменить программу выхода за территорию СП воспитанников в сторону упрощения или прекратить проведение мероприятия, если это необходимо для обеспечения безопасности воспитанников, а также исходя из педагогической целесообразности, своевременно уведомив руководителя СП «Детский сад» о своих действиях.
6.13. В случае обнаружения отсутствия воспитанников в поле зрения, сопровождающие немедленно должны: проверить по списку воспитанников; организовать поиск отсутствующих воспитанников; сформулировать описание воспитанников, их приметы, внешний вид, возраст, одежду; связаться с отделением полиции; поставить в известность руководителя СП «Детский сад»; связаться и поставить в известность родителей (законных представителей) в случае если поиски в ближайшем окружении не дали результатов.
6.14. По возвращению воспитанников руководитель группы сообщает руководителю СП «Детский сад» о результатах проведенного мероприятия, делает обязательную запись в Журнале регистрации выходов за пределы территории воспитанников.

**7. Организация прогулки в актированные дни**

7.1. В актированные дни или в дни сокращения продолжительности прогулки необходимо компенсировать недостаток двигательной активности на прогулках хорошо продуманной организацией динамической (двигательной прогулки) в групповых помещениях СП «Детский сад».
7.2. В содержание прогулки должны быть включены все структурные элементы прогулки, предусмотренные для проведения ее на участке СП «Детский сад» (см. п. 5. Организация и содержание прогулок на участке СП «Детский сад»), с учетом имеющихся условий в групповых помещениях.
7.3. Прогулки при умеренных осадках и ветреной погоде проводится на прогулочной веранде. Организация такой прогулки:
- Первая подгруппа воспитанников одевается и вместе с воспитателем уходит на веранду. Остальных воспитанников по мере готовности приводит на веранду помощник воспитателя.
- Вначале прогулки воспитатель организует подвижные игры с большей двигательной активностью для поддержания положительно-эмоционального тонуса, в которых все воспитанники участвуют одновременно или подгруппами, далее – игра средней подвижности.
- Далее воспитатель организует спокойные игры или самостоятельную деятельность воспитанников.

**8. Продолжительность прогулок.**

8.1. В течение года прогулки проводятся ежедневно. Общая продолжительность прогулок в течение дня составляет 3 - 4 часа. Прогулки для детей до 4 лет при температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 15 м/с, а для детей 5-7 лет – при температуре воздуха ниже минус 20°С и скорости ветра более 15 м/с не проводятся.
8.2. Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание воспитанников на открытом воздухе с перерывами для приема пищи и дневного сна.
8.3. Время выхода на прогулку и ее продолжительность в каждой возрастной группе определяется режимом дня, утвержденным приказом директора ГБОУ СОШ № 2 г. Сызрань.

СОГЛАСОВАНО Советом родителей
протокол заседания от 28. 08. 2026 года
№ 1

**Приложение № 1**

Уважаемые родители!

Доводим до вашего сведения, что в соответствии с годовым планом работы СП «Детский сад №____ ГБОУ СОШ № 2 г. Сызрани» на _____ учебный год будет проводится _____ экскурсия/целевая прогулка _____

(дата)

_____, в которой

(наименование объекта, адрес)

запланировано участие вашего ребенка.

Просим выразить свое согласие/не согласие на выход вашего ребенка за пределы территории детского сада:

| № п/п | Фамилия, имя ребенка | Ф.И.О. родителя (законного представителя) | Согласен/ не согласен | Подпись | Дата |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |

**Приложение № 2**

Журнал регистрации инструктажа с сотрудниками
СП «Детский сад №_____ГБОУ СОШ № 2
г.Сызрани»
по охране жизни и здоровья воспитанников при организации и проведении целевых прогулок и экскурсий

| Дата | Ф.И.О. инструктируемого | Должность инструктируемого | Номер инструкции | Причина проведения | Фамилия, инициалы, должность инструктирующего | Подпись |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

**Приложение № 3**

Журнал регистрации выходов воспитанников
за пределы территории СП «Детский сад №___ГБОУ СОШ № 2 г. Сызрани»

| Дата выхода и время | Руководитель группы (должность, Ф.И.О.) | Цель | Наименование группы, количество воспитанников | Сопровождающие (должность, Ф.И.О.) | Подпись руководителя группы | Время возвращения | Подпись руководителя группы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |