

**ОРГАНИЗАЦИЯ  
ПРОГУЛКИ  
В ДОШКОЛЬНОЙ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОРГАНИЗАЦИИ**



# ПРОГУЛКА В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Прогулки на **свежем воздухе** занимают самое важное место в режиме дня ДО

## **ЦЕЛИ ПРОГУЛКИ:**

- укрепление здоровья,
- профилактика утомления, физического и умственного развития детей,
- восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

## **ЗАДАЧИ ПРОГУЛКИ:**

- оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;
- способствовать повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста;
- оптимизировать двигательную активность детей;
- способствовать познавательно-речевому, художественно-эстетическому, социально-личностному развитию детей.

# ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГУЛКИ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

## ПО САНИТАРНЫМ НОРМАМ

дети должны гулять+++++



## ВИДЫ ПРОГУЛКИ (по месту проведения):

- на участке ДОО;
- пешеходные прогулки за пределы участка ДОО (старший дошкольный возраст на расстояние до двух километров);

# ТРЕБОВАНИЯ К ПОДГОТОВКЕ И ВОЗВРАЩЕНИЮ С ПРОГУЛКИ

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

Одевать и раздевать детей при подготовке и возвращении с прогулки

необходимо по подгруппам:

## ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ К ПРОГУЛКЕ

воспитатель выводит в приемную для одевания первую подгруппу детей, в которую включает медленно одевающихся детей, детей с низкими навыками самообслуживания

помощник воспитателя проводит гигиенические процедуры со второй подгруппой и выводит детей в приемную

воспитатель выходит с первой подгруппой детей на прогулку, а помощник воспитателя 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 рабочего и медицинского персонала ДОУ

детей с ослабленным здоровьем рекомендуется одевать и выводить на улицу со второй подгруппой, а заводить с прогулки с первой подгруппой.

## ПОРЯДОК ОДЕВАНИЯ ДЕТЕЙ

Во избежание перегревания детей необходимо придерживаться следующего порядка одевания:

- вначале дети надевают колготки;
- затем кофты, комбинезон, обувь;
- и лишь в последнюю очередь шапки, верхнюю одежду и шарф.

Необходимо знакомить детей с последовательностью одевания, особенно в ясельной и младшей группе.  
Схемы-модели могут в этом помочь

# ВОЗВРАЩЕНИЕ С ПРОГУЛКИ

Возвращение детей с прогулки также организуется по подгруппам.

- Помощник воспитателя уводит с участка первую подгруппу детей.
- Дети второй подгруппы продолжают гулять еще в течение 10—15 минут с воспитателем.



Помощник воспитателя помогает детям:

- развязать шарфы,
  - расстегнуть и снять верхнюю одежду,
  - сложить одежду в шкафчик.
- Раздевшись, дети спокойно идут в группу и играют



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





# ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ОДЕВАНИЯ



КОЛГОТКИ



БАДЛОН



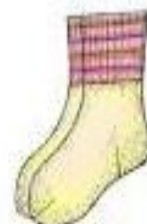
РЕЙТУЗЫ



СВИТЕР



КОМБИНЕЗОН



НОСКИ



САПОГИ



ШАПКА



КУРТКА



ШАРФ



ВАРЕЖКИ  
ПЕРЧАТКИ

# ТРЕБОВАНИЯ К ОДЕЖДЕ ДЕТЕЙ

в любое время года одежда и обувь должны соответствовать погоде на данный момент и не должны способствовать перегреванию или переохлаждению детей;

при колебаниях температуры от  $+3$  до  $-3^{\circ}\text{C}$  и слабом ветре одежда детей должна состоять из трех слоев, включая белье. Верхняя одежда состоит из утепленной куртки, брюк; на ногах утепленные ботинки;

при температуре от  $-4$  до  $-10^{\circ}\text{C}$  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.



**В уголок для родителей следует поместить  
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЗАКАЛИВАНИЮ,  
соответствующие возрасту детей и времени года.  
Призывайте родителей не перегревать ребенка,  
одевать детей в соответствии с погодными условиями.**





## ПОРЯДОК ХРАНЕНИЯ ОДЕЖДЫ В ШКАФЧИКЕ

- На верхней полке кладется шарф, шапка.
- Кофта, 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.

