Требования к организации прогулки в ДОУ

(для воспитателей МБДОУ «Детский сад № 243 г. Челябинска»)

---

1. Нормативы времени (СанПиН 1.2.3685-21)

Показатель	Норма
Ежедневная продолжительность прогулки	**не менее 3 часов** (2 раза в день: до обеда и во второй половине дня)
Сокращение прогулки	при t < -15°C и ветре > 7 м/с
Отмена прогулки (до 4 лет)	t < -15°C и ветре > 15 м/с
Отмена прогулки (5–7 лет)	t < -20°C и ветре > 15 м/с

---

2. Структура прогулки (обязательные компоненты)

1. **Наблюдение**
2. **Двигательная активность** (подвижные игры, спорт. упражнения)
3. **Трудовая деятельность** (поручения, коллективный труд)
4. **Индивидуальная работа с детьми**
5. **Самостоятельная игровая деятельность**

Последовательность может меняться в зависимости от предыдущего занятия.

- После умственного занятия → начать с подвижных игр.
- После физкультуры/музыки → начать с наблюдения или спокойных игр.

---

3. Длительность подвижных игр на утренней прогулке

Возраст	**Время**
Младшая группа	6–10 мин
Средняя группа	15–20 мин
Старшая группа	20–30 мин

4. Требования к выносному материалу (по сезонам)

Сезон	Примерный набор
Лето	совочки, ведёрки, формочки, мячи, скакалки, обручи
Осень	детские грабли, вёдра для листьев, гербарные папки
Зима	лопатки, санки, ледянки, печатки для снега
Весна	совочки, грабли, лейки, кораблики для ручейков

---

5. Безопасность на прогулке (ежедневно)

До прогулки:

- осмотреть участок (битое стекло, острые предметы, исправность оборудования)
- проверить одежду детей по погоде
- напомнить правила поведения

Во время прогулки:

- постоянный визуальный контроль
- не допускать переохлаждения/перегрева
- следить за безопасностью в играх

После прогулки:

- организованно завести детей в помещение
- собрать игрушки
- просушить одежду и обувь

---

6. Что сделать, чтобы прогулка была интересной?

- каждый день находить новое в знакомом окружении
- использовать загадки, стихи, пословицы
- создавать проблемные ситуации («Почему лужа высохла?»)
- чередовать активные и спокойные игры
- проводить индивидуальную работу

Помните: прогулка – это продолжение образовательного процесса, а не перерыв между занятиями.
