

## Прогулка с детьми по ФОП ДО

### Что такое прогулка

Один из компонентов режима дня в ДОО, как и сон, образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору детей, – самостоятельная деятельность, прием пищи, личная гигиена (п. 35.3 ФОП ДО). Прогулка не является занятием, но в ходе нее педагоги могут организовывать с детьми разные виды деятельности и решать разные задач.



Продолжительность прогулок для детей до 7 лет – не менее 3 часов в день (СанПиН 1.2.3685-21). Увеличивать продолжительность прогулки за счет сокращения сна детей нельзя!

### Что учитывать в режиме дня при планировании прогулки

Кроме непосредственно самой прогулки, в режиме дня необходимо учитывать подготовку к ней и возвращение детей в группу:



			
Водные процедуры перед прогулкой – чистка носа и посещение туалета	Сбор в приемной, помощь детям, которые еще не могут сами одеться, переобуться	Сбор в приемной, раздевание, переодевание детей после прогулки	Водные процедуры после прогулки – чистка носа и посещение туалета, мытье рук

## Что включает прогулка на территории ДОО

Образовательная деятельность во время прогулки на территории ДОО может включать разные виды деятельности: наблюдение за объектами и явлениями природы, экспериментирование с объектами неживой природы, подвижные игры и спортивные упражнения, спортивные праздники, сюжетно-ролевые и конструктивные игры, элементарная трудовая деятельность на участке. Также педагоги проводят с детьми индивидуальную работу (п. 24.15 ФОП ДО).



С памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий педагоги знакомят детей в ходе туристских прогулок за территорией ДОО с обязательным дополнительным сопровождением и санитарными стоянками (п. 22.7.2 ФОП ДО)

## Какие виды прогулок организовать

ФОП ДО предусматривает пешие прогулки на территории детского сада, а также за его пределами. Когда педагоги выходят с детьми за территорию, они организуют туристскую прогулку, прогулку-экскурсию. Туристская прогулка – это одна из форм активного отдыха детей в ДОО. В ходе прогулок педагоги организуют разные виды детской деятельности, предусматривают время для самостоятельных игр детей, в том числе по интересам.



Во время активных прогулок нужно контролировать состояние здоровья детей: цвет кожи и выражение лица, потливость, дыхание, движение, внимание, самочувствие, пульс. При необходимости следует ограничить физическую нагрузку детей. Также важно пересчитывать детей перед прогулкой и после нее