

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 11 «Кораблик» города Евпатории Республики Крым»

ПРИНЯТО

педагогическим советом

от 28.02 20 19 г.

протокол № 2

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

А.Н.Сосна

от 13.03 20 19 г.

приказ № 8-14/60



**ПОЛОЖЕНИЕ
ОБ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ
УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ С ВОСПИТАННИКАМИ
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
«ДЕТСКИЙ САД № 11 «КОРАБЛИК» ГОРОДА ЕВАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение об организации и проведении утренней гимнастики с воспитанниками в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад № 11 «Кораблик» города Евпатории Республики Крым» (далее – Положение, Учреждение) регламентирует организацию и проведение утренней гимнастики в Учреждении.

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии с:

- Законом Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утв. приказом Министерства образования и науки России от 17 октября 2013г. №1155);
- Основной образовательной программой дошкольного образования Учреждения;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Инструкцией по охране жизни и здоровья детей;
- Методическими рекомендациями «Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста», утв. приказом Министерства здравоохранения СССР 23 декабря 1982 г. № 08-14/12.

1.3. Положение, а также изменения и дополнения к нему, принимаются педагогическим советом и утверждаются приказом заведующего Учреждением.

1.4. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми педагогическими работниками.

2. Цели и задачи

2.1. Утренняя гимнастика является одним из видов физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками в Учреждении.

2.2. Утренняя гимнастика является многосторонним физкультурно-оздоровительным процессом, систематически оздоравливающим детский организм.

2.3. Цели утренней гимнастики – укрепление здоровья, поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей, закаливание детского организма.

2.4. Задачи утренней гимнастики:

оздоровительные

- тонизировать организм, повышая основные процессы жизнедеятельности (кровообращение, дыхание, обмен веществ и др.);
- мобилизовать внимание воспитанников;
- прививать гигиенический навык заниматься физическими упражнениями;
- обеспечивать постепенный переход организма от состояния покоя во время сна к его повседневному рабочему состоянию;
- способствовать закаливанию детского организма;
- вырабатывать стойкость к различным неблагоприятным воздействиям окружающей среды;
- формировать свод стопы и правильную осанку;
- учить чередовать рационально акты дыхания.

развивающие

- совершенствовать двигательные способности у детей;
- развивать физические качества (сила, ловкость, гибкость);
- улучшать работу координационных механизмов;
- способствовать приобретению знаний в области физической культуры.

воспитательные

- воспитывать у детей привычку ежедневно делать физические упражнения;
- приучать организованно начинать свой трудовой день, согласованно действовать в коллективе, быть целеустремленным, внимательным, выдержанным;
- формировать осознанное отношение к здоровому образу жизни;
- вызывать положительные эмоции и радостное ощущение.

3. Требования к санитарному состоянию места проведения утренней гимнастики и обеспечению безопасности детей

3.1. Местом проведения утренней гимнастики может быть: площадки Учреждения, игровая площадка группы, при неблагоприятных погодных условиях – музыкальный зал.

3.2. Санитарное содержание мест проведения утренней гимнастики должно соответствовать требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 (пп. 3.6; 3.8; 3.12; 8.5; 8.6; 8.9; раздел XII).

3.3. Уборка игровых площадок проводится ежедневно.

3.4. Уборка, проветривание и кварцевание физкультурного и музыкального залов проводятся ежедневно в соответствии с утвержденным графиком.

3.5. Перед выходом детей на утреннюю гимнастику воспитатель обязан осмотреть территорию участка на предмет ее соответствия требованиям безопасности.

3.6. Решение о проведении, отмене утренней гимнастики на свежем воздухе принимает старший воспитатель на основании фактического состояния погодных условий, наличия или отсутствия загазованности воздуха, воспитателей и заведующего Учреждением.

3.7. Неблагоприятными погодными условиями, при которых не рекомендуется проводить утреннюю гимнастику на свежем воздухе, считаются – дождь, снег, град, мороз от -15°C и ниже, температура воздуха от $+30^{\circ}\text{C}$ и выше, штормовое предупреждение, ветер от 7 м/с и более.

При определении фактического состояния погоды необходимо учитывать ветро-холодовой индекс (*Приложение*).

3.8. При неблагоприятных условиях погоды утренняя гимнастика проводится в музыкальном зале.

3.9. Одежда детей для выполнения утренней гимнастики должна быть легкой, не стесняющей движения.

4. Организация и режим проведения утренней гимнастики

4.1. Утренняя гимнастика является обязательной составляющей частью режима дня детей в Учреждении.

4.2. Утренняя гимнастика в возрастных группах проводится круглогодично, ежедневно перед завтраком в соответствии с утвержденным расписанием на учебный год и летний оздоровительный период.

4.3. Утреннюю гимнастику проводит воспитатель.

4.4. Для проведения утренней гимнастики воспитатель разрабатывает комплексы упражнений для всех возрастных групп на учебный год и оздоровительный период.

Один и тот же комплекс повторяется в течение двух недель.

4.5. Продолжительность утренней гимнастики, количество упражнений, количество повторов каждого упражнения определяется в зависимости от возраста детей.

4.6. Структура утренней гимнастики состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Обязательной составляющей вводной части является пробежка вокруг Учреждения.

4.7. Проведение утренней гимнастики осуществляется в соответствии с методикой ее проведения в разных возрастных группах.

4.8. Для ритмического сопровождения упражнений используются бубен, счет, хлоп-ки, звукозапись, музыкальное сопровождение.

4.9. Упражнения утренней гимнастики разучивают воспитатели с детьми во время физкультурных занятий, на прогулках.

4.10. Утренняя гимнастика может проводиться в разных вариантах:

- традиционная утренняя гимнастика с использованием общеразвивающих упражнений;
- утренняя гимнастика игрового характера;
- утренняя гимнастика с использованием полосы препятствий;
- утренняя гимнастика с включением оздоровительных пробежек;
- утренняя гимнастика с использованием простейших тренажеров.

4.11. При проведении утренней гимнастики обязателен контроль состояния детей со стороны педагогических и медицинских работников.

Приложение

График показателей ветро-холодового индекса в Крыму

Ветро-холодовой индекс – это субъективное восприятие температуры, на которое влияет скорость ветра. (Так, ветер, скорость которого составляет 1 м/с, субъективно снижает температуру на 2 °С).

Скорость ветра, м/с	Фактические показания термометра, °С					
	+10	+5	0	от -5	до -10	-15
	Эквивалентная температура, °С					
Штиль	10	5	0	-10	-10	-15
2-3	9	3	-2	-12	-12	-17,5
4-5	4	-2	-6	-14	-14	-21
6-7	2	-5	-12	-19	-25,5	-32
8-9	0	-7	-14	-22	-29	-35,5
10	-1	-7,5	-15,5	-23	-30,5	-36,5
11-12	-1,5	-8	-17	-24	-32	-38
13-14	-2	-10	-18	-26	-34,5	-40
15-16	-3	-11	-19	-27	-35	-42
17-18	-3,5	-12	-20	-28	-36	-43

Примечание: свыше 18 м/с дополнительный эффект незначителен.