

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 2 «Золотой ключик» города Евпатории Республики Крым»

ПРИНЯТО

педагогическим советом

от 24.11. 2022 г.

протокол № 2



ПОЛОЖЕНИЕ

**ОБ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИИ
УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ С ВОСПИТАННИКАМИ**

**В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
«ДЕТСКИЙ САД № 2 «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК» ГОРОДА ЕВПАТОРИИ 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 № 2 «Золотой ключик» 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 2012 г. № 273-ФЗ, «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями на 29 декабря 2022 г.;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС ДО), утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. (в ред. от 21.01.2019 г.);
- Основной образовательной программой дошкольного образования и Адаптированной основной образовательной программой дошкольного образования для детей старшего дошкольного возраста с тяжёлыми нарушениями речи Учреждения;
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28);
- Методическими рекомендациями «Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста», утв. приказом Министерства здравоохранения СССР 23 декабря 1982 г. № 08-14/12;
- Уставом Учреждения;
- Инструкцией № 1 по охране жизни и здоровья воспитанников Учреждения.

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, пробуждение детского организма, настрой на активную работу всех его систем, 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 ежедневного занятия 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 и здорового образа жизни.

воспитательные

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

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

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

3.2. Санитарное содержание мест проведения утренней гимнастики должно соответствовать требованиям СП 2.4.3648-20.

3.3. Уборка спортивной площадки проводится дворником ежедневно: утром за 1 час до прихода детей и по мере загрязнения территории.

3.4. Уборка игровых площадок проводится ежедневно.

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

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

3.7. Решение о проведении, отмене утренней гимнастики на открытом воздухе принимает заместитель заведующего по учебно-воспитательной на основании фактического состояния погодных условий, наличия или отсутствия загазованности воздуха, и доводит его до сведения инструктора по физической культуре, воспитателей и заведующего Учреждением.

3.8. Неблагоприятными погодными условиями, при которых не рекомендуется проводить утреннюю гимнастику на открытом 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 региональные климатические условия, а именно, ветро-холодовой индекс (*Приложение*).

3.9. При неблагоприятных условиях погоды утренняя гимнастика проводится в физкультурном или музыкальном залах.

3.10. 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 инструктор по физической культуре или воспитатели.

4.4. Для проведения утренней гимнастики инструктор по физической культуре 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, хлопki, 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.

