

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
Детский сад № 6»

Приказ

от 20.09.2019 г.

№ 91

«О проведении
утренней гимнастики»

На основании закона «Об образовании в РФ № 273-ФЗ от 29.12.12г. с целью сохранения здоровья детей, повышения двигательной активности у дошкольников приказываю:

1. С 1 октября 2019 г. четко соблюдать время проведения утренней гимнастики.
2. Гимнастику проводить строго под музыку, бубен.
3. Утвердить график проведения утренней гимнастики в МБДОУ, согласовать с профкомом.
4. Саратовой Н.В. — старшему воспитателю подобрать методические рекомендации по организации и проведению утренней гимнастики в МБДОУ.
5. Ответственным за проведение утренней гимнастики назначить старшего воспитателя — Саратову Н.В.

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 6»

О.В.Суменко

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 6»

Согласован:
Председатель
ПК

Саратова Н.В.

Утвержден
Заведующим МБДОУ «Д/с № 6»

О.В.Суменко
20.09.2019

ПОЛОЖЕНИЕ

О проведении утренней гимнастики в МБДОУ «Детский сад № 6»

1. Общие положения

1.1. Данное Положение является локальным актом, регламентирующим проведение утренней гимнастики в МБДОУ «Детский сад № 6».

1.2. Проведение утренней гимнастики организуется в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации»,
- СанПиН 2.4.1.3049-13.

2. Задачи проведения утренней гимнастики

2.1. Основная задача утренней гимнастики — перевести ребенка в бодрое состояние, активизировать и содействовать переходу к более интенсивной деятельности. Благодаря утренней гимнастике усиливаются все физиологические процессы в организме ребенка, что создает условия для увеличения работоспособности.

2.2. Утренняя гимнастика решает оздоровительные и воспитательные задачи. Ежедневные упражнения благоприятно воздействуют на организм, способствуют укреплению всех групп мышц, формированию правильной осанки, актов дыхания, содействуют проведению закаливания-

Утренняя гимнастика способствует развитию физических качеств воспитанников, овладению основными движениями, созданию позитивного эмоционального настроя. Повышая жизненный тонус организма ребенка\ утренняя гимнастика создает благоприятные условия для дальнейшей деятельности, благотворно влияет на развитие организованности, дисциплинированности, выдержки.

3. Участники утренней гимнастики

3.1. Утренняя гимнастика проводится в музыкальном зале МБДОУ «Детский сад № 6».

3.2. Утреннюю гимнастику проводят воспитатели под музыкальное сопровождение.

3.3. Воспитатели групп младшего возраста проводят утреннюю гимнастику в групповой комнате.

4, Время проведения утренней гимнастики

4.1. Утренняя гимнастика начинается в 8.00 и проводится по графику для каждой группы.

4.2. Продолжительность утренней гимнастики 4 -10 минут в зависимости от возраста детей. Комплекс может состоять из 4 — 8 упражнений в зависимости от возраста детей.

5. Организация и проведение

Для проведения утренней гимнастики используются комплексы упражнений, рекомендованные образовательной программой, Упражнения должны иметь общеразвивающий характер: ходьба, бег, прыжки на месте, упражнения на равновесие, координацию, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия.

В начале утренней гимнастики упражнения должны быть сравнительно легкими и малоинтенсивными, в середине — интенсивными, а к концу интенсивность и трудность вновь должны быть снижены.

Для снижения физиологической нагрузки предлагается ходьба или танцевальные движения- В конце утренней гимнастики можно использовать специальные дыхательные упражнения с медленным продолжительным выдохом.

Утренняя гимнастика может быть проведена в виде игр и игровых упражнений. Для пика физической нагрузки используется подвижная игра высокой интенсивности, а в заключительной части проводится малоподвижная игра.

В теплое время года утренняя гимнастика проводится на воздухе.