

**Муниципальная бюджетная дошкольная образовательная организация
« Еланский детский сад № 5 « Теремок»
Еланского муниципального района Волгоградской области**

ПРИНЯТО
На педагогическом совете МБДОО
Протокол № 1 от 28.08.2015г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОО «Еланский ДС № 5
«Теремок» М.В.Ильина
28.08.2015г.



Введено в действие приказом заведующего
МБДОО «Еланский ДС № 5 «Теремок»
№ 98 от 28.08.2015г.

Положение

**о физкультурно-оздоровительной работе
в МБДОО «Еланский ДС № 5 «Теремок»**

1. Настоящее положение определяет основные направления физкультурно - оздоровительной работы в МБДОО «Еланский ДС № 5 «Теремок» (далее – Организация).
2. Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение состояния здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей растущего организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.
3. Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закалывающие мероприятия следует осуществлять с учётом состояния здоровья, возрастных возможностей детей и сезона года.

Организованные формы двигательной деятельности должны включать: утреннюю гимнастику, физкультурные занятия в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику и т.п.

Следует предусмотреть объем двигательной активности воспитанников 5- 7 лет в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности до 6 – 8 часов в неделю с учетом

психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы Организации. Для реализации двигательной деятельности детей следует использовать оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок.

4. С детьми второго и третьего года жизни двигательную деятельность проводят по подгруппам воспитатели 2 – 3 раза в неделю. Образовательная деятельность с детьми второго года жизни проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни – в групповом помещении или физкультурном зале.

Рекомендуемая наполняемость групп на занятиях физкультурой и их длительность, в зависимости от возраста детей, представлена в таблице.

**Наполняемость
групп во время проведения двигательной деятельности
и их длительность в зависимости от возраста детей**

Возраст	1 г.3 мес.- 1 г.6 мес.	1г. 7 мес. – 2 г.	2 г. 1 мес. – 2 г. 11 мес.	3 г.
Кол-во детей	2 - 4	4 - 6	8 - 12	Вся группа
Длительность занятия в мин.	6 - 8	8 - 10	10 - 15	15

5. Двигательную деятельность для дошкольников проводят не менее 3 раз в неделю. Длительность образовательной деятельности зависит от возраста детей и составляет:

- а. в младшей группе – 15 мин.;
- б. в средней группе – 20 мин.;
- с. в старшей группе – 25 мин.;
- д. в подготовительной группе – 30 мин.

Одно из трех физкультурных занятий для детей 5 – 7 лет следует круглогодично проводить на открытом воздухе. Его проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Двигательную деятельность на открытом воздухе организуют с учетом местных климатических особенностей. В средней полосе занятия проводят при температуре воздуха до – 15 град. С в безветренную погоду.

В дождливые, ветреные и морозные дни физкультурные занятия проводят в зале. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях максимальное число двигательной деятельности проводят на открытом воздухе.

6. Оценку эффективности двигательной деятельности для дошкольников проводят по показателю моторной плотности и среднего уровня частоты сердечных сокращений (ЧСС) у детей.

Моторная плотность двигательной деятельности в зале (отношение времени занятия, затраченного ребенком на движения, к общей продолжительности образовательной деятельности, выраженное в процентах) должна составлять не менее 70 %; на воздухе – не менее 80 %.

Для обеспечения тренировочного эффекта во время двигательной деятельности в зале средний уровень ЧСС у детей 3 – 4 лет составляет - 130 – 140 уд./мин., на воздухе – 140 – 160 уд./мин.; у детей 5 – 7 лет в зале 140 – 150 уд./мин.; на воздухе – 150 -160 уд. /мин.

7. Оценка эффективности физического воспитания осуществляется на основе динамики состояния здоровья детей, развития двигательных качеств и навыков на каждом году жизни.

Тестирование физической подготовленности дошкольников проводит воспитатель в начале учебного года (сентябрь – октябрь) и в конце его (апрель – май) и контролирует старший воспитатель. Оценка уровня физической подготовленности медицинская сестра вносит в «Медицинскую карту». Разрешение на проведение тестирования физической подготовленности детей дает старшая медицинская сестра Организации.

8. Закаливание детей включает систему мероприятий:

а. элементы закаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;

б. специальные мероприятия: водные, воздушные и солнечные.

9. Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы Организации, со строгим соблюдением методических рекомендаций.

Закаливающие мероприятия меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.

10. Для проведения закаливающих мероприятий в каждой групповой ячейке необходимо иметь в наличии:

- маркированные легкие полиэтиленовые баки (2 шт.);
- таз полиэтиленовый, глубокий с двумя ручками для местного закаливания (топтанья в тазу);
- индивидуальные маркированные полотенца;
- деревянные мостики;
- простыни, покрывала – для массажных ковриков.

11. Оздоровительная работа с детьми в летний период является составной частью системы лечебно-профилактических мероприятий. Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Двигательная активность в организованных формах деятельности должна составлять не менее 50 % всего объема суточной двигательной активности, а во время прогулок за территорию Учреждения – 35 – 40 %.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы образовательной деятельности физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

12. Вся работа по физическому воспитанию проводится с учетом состояния здоровья детей и осуществляется воспитателями групп при регулярном контроле со стороны медицинских работников и заведующего Организации.

13. Медицинский и педагогический контроль за организацией физического воспитания дошкольников включает:

- динамические наблюдения за состоянием здоровья и физическим развитием детей, физической подготовленностью, функциональными возможностями детского организма;
- медико – педагогическими наблюдениями за организацией двигательного режима, методикой проведения различных форм двигательной деятельности физическими упражнениями и их воздействием на организм ребенка, контроль за осуществлением системы закаливания;
- контроль за санитарно-гигиеническим состоянием мест проведения двигательной деятельности (помещение, участок), физкультурного оборудования, одежды и обуви детей;
- гигиеническое обучение и воспитание по вопросам физического воспитания дошкольников, формирование мотивации к регулярным занятиям физкультурой;
- профилактику травматизма.

