ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от 29.08.2016

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБДОУ
«Детский сад «Жайна» с.Валерик»
Ачхой-Мартановского
муниципального района
от 01.09.2016 № 3
_____ Х.И.Хамзаева

ПОЛОЖЕНИЕ
о физкультурных занятий

I. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации (ФЗ от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в РФ», СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013 № 26, Уставом МБДОУ.

Здоровый образ жизни – совокупность типичных видов жизнедеятельности человека, которая в единстве с условиями жизни, направлена на организацию правильной, нормальной деятельности организма, его полное физическое и психическое благополучие. Физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место.

Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармонического развития личности.

Физическое воспитание – это процесс целенаправленного и систематического формирования здорового, полноценного человека, его физических сил и физических качеств, обеспечивающих его приобщение к физической культуре и стремление к физическому совершенству.

Работа по физическому развитию пронизывает всю организацию жизни детей в семье и дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, все виды детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В дошкольном учреждении режим дня ребенка предусматривает занятия по физическому воспитанию, игры и развлечения на воздухе, отдельные закаливающие процедуры, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Основной формой обучения детей движениям признаны занятия, проводимые инструктором по физической культуре (или воспитателем). В тоже время значительное место в системе физического воспитания занимают подвижные игры, которые широко применяются на занятиях (музыка, ритмика, театрализованная деятельность), а также в ходе прогулок, проводимых воспитателем.

Занятия по физическому воспитанию решают как общие, так и коррекционные задачи. В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (метание, ходьба, бег,

лазание, ползание, прыжки). Большое разнообразие воспитательных дел физкультурного направления позволяет решать в комплексе задачи нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания.
Таким образом, физическое воспитание детей дошкольного возраста направлено, прежде всего, на охрану жизни и укрепление здоровья, полноценное физическое развитие, формирование двигательных навыков и развитие физических качеств, на освоение культурно-гигиенических навыков, воспитание привычек к упорядоченному ритму жизни.

I. Единство физического и психического развития ребенка

2.1. Психические процессы: восприятие, внимание, воображение, память, мышление, речь – выступают как важнейшие компоненты любой человеческой деятельности.

2.2. Деятельность ребенка раннего и дошкольного возраста выражается, прежде всего, в движениях. Первые представления о мире, его вещах и явлениях к ребенку приходят через движения его глаз, языка, рук, перемещение в пространстве. Чем разнообразнее движения, тем больше информации поступает в мозг, тем интенсивнее интеллектуальное развитие. Развитость движений – один из показателей правильного психического развития. Это развитие:

- координации движений (восприятие направления и скорости движения, времени и пространства);
-способности запоминать последовательность движений и двигательных операций (память: запоминание и воспроизведение);
-внимания к своим движениям и действиям других;
-умения выполнять движения по словесной инструкции (воображение);
-инициативности в движениях;
-анализа движения по качеству его выполнения (мышление);
-развитие речевых умений и навыков.

Движения выполняются с речевым сопровождением и опорой на зрительные и тактильные образы-представления. Развитие всех видов ручной моторики и зрительно-двигательной координации служит основой для становления типичных видов детской деятельности, является предпосылкой становления устной и письменной речи, а также способствует повышению познавательной активности детей.

Задачи физического воспитания: оздоровительные, воспитательные, образовательные. Методы физического воспитания.

Оздоровительные задачи имеют жизнеобеспечивающий смысл. Средствами реализации задач этой группы являются гигиенические и социально-бытовые факторы, полноценное питание, оздоровительные силы природы, рациональный режим жизни, физические упражнения.
Педагогическая работа, направленная на решение данной задачи, включает в себя организацию режима жизни детей, закаливающих процедур, специальных упражнений по развитию движений. Эта сфера физического воспитания детей требует от воспитателя постоянных контактов смедицинскими работниками, учета их рекомендаций, индивидуального подхода к детям, бесед с родителями.

Воспитательные задачи направлены на развитие качеств личности и потребности в физическом совершенстве. Средствами реализации этих задач являются деятельность детей, игры, а также художественные средства (художественная литература, фольклор, кинофильмы, произведения музыкального и изобразительного искусства).

Работа проходит в разных формах:

-физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика;

- подвижные игры, физические упражнения на прогулке);

- самостоятельная двигательная деятельность детей;

- активный отдых (физкультурные досуги, праздники, дни здоровья).

Методы: упражнения, беседа, игра, создание проблемных ситуаций, анализ физических и нравственных качеств.

Данная группа задач предполагает воспитание таких качеств, как ловкость, смелость, сила воли, стремление к преодолению трудностей, чувство товарищества, взаимопомощи. Образовательные задачи связаны с формированием у ребенка осознанного отношения к своему здоровью. Здесь ведущими становятся такие средства, как образец взрослого, собственная деятельность детей, художественные средства.

Формой работы, в процессе которой наиболее адекватно решаются задачи, является учебная работа на физкультурных занятиях и в повседневной жизни. Среди основных методов следует выделить экспериментирование, упражнения, беседу, рассматривание картин и иллюстраций.

Таким образом, психические процессы, такие как память, мышление, восприятие, воображение и речь помогают развитию физических навыков. С помощью психических процессов дети запоминают последовательность движений и двигательных операций, умеют выполнять движения по словесной инструкции, проводят анализ движений по качеству его выполнения.

II. Врачебный контроль над физическим воспитанием

3.1. Врачебный контроль осуществляется медицинским персоналом детского сада. Основная задача врачебного контроля заключается в содействии укреплению здоровья детей, совершенствованию физического и нервно-психического развития.

3.2. Медицинский контроль включает:

- врачебные обследования, оценку состояния здоровья, физического развития детей в процессе занятий;

- медико-педагогические наблюдения за проведением различных форм физического воспитания, контроль над содержанием, методикой проведения физкультурного занятия, соответствия возрастным возможностям детей;

- санитарный надзор за местами проведения занятий, закаливающих мероприятий, за гигиеническим состоянием оборудования, инвентаря, а также костюма и обуви занимающихся;

- санитарно-просветительную работу среди персонала и родителей дошкольного учреждения.

Организация медицинского контроля предусматривает совместную работу медицинской сестры, заведующего детского сада, воспитателя (инструктора).

3.3. Врачебное обследование и оценка состояния здоровья детей осуществляются врачом при ежегодных углубленных медицинских осмотрах. Для более точной оценки необходимо иметь характеристику развития движений каждого ребенка. Оценка состояния здоровья дается на момент обследования.

Первая группа - объединяет здоровых детей, не имеющих отклонений в развитии по всем выбранным для оценки признакам здоровья, не болевших или редко болевших в период наблюдения.

Вторая группа - здоровые дети, имеющие биологический или социальный анализ, некоторые функциональные изменения.

Третья группа - объединяет больных детей с наличием хронических заболеваний.

Четвертая группа - дети с хроническими заболеваниями, врожденными пороками развития в состоянии субкомпенсации.

Пятая группа - дети, больные тяжелыми хроническими заболеваниями, с тяжелыми врожденными пороками развития.

В детских дошкольных учреждениях находятся практически дети, не имеющие абсолютных противопоказаний для занятий физической культурой. Медико-педагогические наблюдения включают оценку соответствия содержания и методики проведения различных форм физического воспитания возрастным и функциональным возможностям детей. Врач, медицинская сестра, заведующий, осуществляя медико-педагогический контроль, должны предварительно познакомиться с конспектом, составленным воспитателем. Для оценки правильности построения физкультурного занятия следует пользоваться методом индивидуального хронометража. При проведении хронометража определяется также двигательная активность детей, общая и моторная плотность занятия.

При определении общей плотности занятия учитывается время, затрачиваемое на выполнение движений, показ и объяснения воспитателя, перестроения, расстановку, уборку спортивного инвентаря, за вычетом времени, затраченного на простои детей, неоправданные ожидания, восстановление нарушенной дисциплины. Общая плотность представляет собой отношение полезного времени к общей продолжительности всего занятия, выраженное в процентах. Общая плотность должна составлять не менее 80-90%. Моторная плотность характеризуется отношением времени, непосредственно затраченного ребенком на выполнение движений, ко времени всего занятия, выраженным в процентах. При достаточной двигательной активности она должна составлять не менее 70-85%.

Таким образом, при медико-педагогическом контроле важное место должно быть уделено наблюдениям за осуществлением общего двигательного режима в детском учреждении. Двигательный режим включает всю динамическую деятельность детей, как организованные формы работы, так и самостоятельную двигательную деятельность. Общий двигательный режим должен являться средством укрепления здоровья детей.

III. Обеспечение техники безопасности на занятиях по физическому воспитанию

4.1 Требования к условиям организации занятия дошкольников
Любая деятельность, а особенно физическая, может осуществляться лишь под непосредственным контролем и наблюдением со стороны взрослого. В спортивном зале и на спортивной площадке должны быть созданы условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей:

- все оборудование: гимнастическая стенка, комплексы, лесенки должны быть надежно закреплены; всевозможное оборудование, пособия, предметы убранства должны устанавливаться и размещаться с учетом их полной безопасности и устойчивости, исключающей возможность падения;
- инвентарь, используемый детьми, необходимо располагать на высоте, не превышающей уровня их груди.

Помещение, в котором организуется физкультурная деятельность, должно быть чистым, светлым, хорошо проветриваемым. Освещенность должна соответствовать установленным санитарно-гигиеническим нормам. Запрещается перенос детьми тяжестей весом более 2-2,5кг. (Для ребенка старшего дошкольного возраста). Категорически запрещается привлекать детей к труду, представляющему угрозу инфицирования.

Материалы и оборудование:

-Оборудование, которым пользуются дети, должно по своим размерам соответствовать их возрастным показателям.

-В пользование детям даются только исправные и безопасные предметы.

-Запрещается использование в работе оборудования и инвентаря, предназначенных для взрослых; нецелесообразно, педагогически неоправданно и опасно применение предметов, выпускаемых промышленностью для игровой деятельности детей.

-Все оборудование и инструменты должны быть аккуратно, удобно и рационально размещены, содержаться в чистом, исправном состоянии. Все колющие, режущие предметы должны храниться в недоступном для детей месте.

4.2. Требования к методике руководства физкультурной деятельностью в детском саду:

-Обучая детей различным навыкам, приемам выполнения движений, воспитатель должен обеспечить правильный показ движения.

-При организации занятия следить за тем, чтобы дети самовольно не использовали снаряды и тренажеры.

-Не допускать нахождения детей в зале или на физкультурной площадке без присмотра преподавателя, следить за организованным входом и выходом детей из зала.

-При проведении занятия следить за правильным выбором места проведения так, чтобы в поле зрения находились все дети.

4.3. При выполнении упражнений с предметами (палки, обручи и т.д.) следить за достаточным интервалом и дистанцией между детьми.

4.4. Воспитатель (инструктор по физической культуре) осуществляет постоянный контроль над сохранением правильной позы и осанки детей во время занятия.

4.5. При организации занятия воспитатель должен следить за состоянием детей, не допускать их переутомления. В случае появления внешних признаков переутомления, воспитатель предлагает ребенку отдохнуть, а затем переключиться на более спокойную деятельность.

4.6. Воспитатель (инструктор по физической культуре) в обязательном порядке знакомит детей с правилами поведения на занятии и систематически контролирует их выполнение.

Все оборудование и инвентарь, используемый детьми должны устанавливаться и размещаться с учетом их полной безопасности. Помещение для физкультурных занятий должно соответствовать санитарно-гигиеническим нормам. Оборудование должно быть исправным, безопасным и соответствовать их возрастным показателям. Все дети должны находиться в поле зрения воспитателя, который должен осуществлять постоянный контроль над всеми выполняемыми детьми действиями.

IV. Лица ответственные за организацию работы в детском саду

5.1. Заведующий несет ответственность за организацию всей работы, обеспечивает необходимые условия, осуществляет руководство и контроль над деятельностью сотрудников детского сада в решении задач физического воспитания. Заведующий обязан обеспечить оборудование физкультурного зала, площадки, групповых комнат и участков: приобретать физкультурный инвентарь, атрибуты; следить за санитарно-гигиеническими условиями в помещении и на участке, заботиться о подборе литературы и материалов для методического кабинета.

В целях оказания помощи воспитателям и контроля над их работой заведующий ведет наблюдения на физкультурных занятиях, во время проведения подвижных игр и других форм работы по физическому воспитанию. Заведующий просматривает также методическую документацию и оказывает помощь в составлении плана, в оформлении журнала учета физической подготовленности и в анализе данных обследования уровня развития двигательных навыков и физических качеств. Для повышения квалификации педагогического коллектива заведующий организует консультации, открытые занятия, ставит на обсуждение педагогического совета различные вопросы по физическому воспитанию. Кроме того, направляет воспитателей для участия в мероприятиях, проводимых окружными методическими кабинетами.

5.2. Старший воспитатель, помимо мероприятий по повышению квалификации воспитателей, контроля над их работой, уделяет большое внимание оснащению методического кабинета необходимой литературой и документацией: планы-конспекты всех форм работы по физическому воспитанию, журналы учета физической подготовленности, материалы для родителей, ширмы с данными физического развития детей. Большое внимание уделяет изучению положительного опыта работы и его распространению: организует проведение открытых занятий, их обсуждение, помогает воспитателям групп обобщить свой опыт, оформить доклады и выступления на Педагогических чтениях. Старший воспитатель

систематически следит за новинками литературы, активно участвует в мероприятиях, проводимых окружными методическими кабинетами.
5.3. Инструктор по физической культуре проводит непосредственную работу по физической культуре. Должен иметь необходимую теоретическую и практическую подготовку, систематически повышать свою квалификацию. Для осуществления задач физического воспитания должен изучить содержание и требования «Типовой программы воспитания и обучения в детском саду», уметь грамотно проводить все формы работы с детьми: физкультурные занятия, подвижные игры; а также правильно оформляет документацию по планированию и учету работы. При проведении физических упражнений инструктору нужно уметь:

- правильно и четко показывать движения, подавать команды и распоряжения;

-предупреждать и исправлять ошибки;

-оказывать помощь, детям и обеспечивать страховку;

-осуществлять наблюдение за самочувствием детей, их вниманием, интересом к занятиям, активностью, дисциплинированностью, а также за качеством выполнения физических упражнений.

Инструктору по физической культуре необходимо разбираться в состоянии здоровья детей, уметь вести учет уровня развития двигательных навыков и физических качеств. Инструктор должен постоянно анализировать свою работу и изучать опыт передовых педагогов, участвовать в проведении и обсуждении открытых занятий по физической культуре, выступать на педагогических совещаниях, готовить материалы для методического кабинета. Не менее важно проводить систематическую работу с родителями. Инструктор подготавливает и проводит беседы, консультации, собрания, открытые дни, занятия для родителей.

Ответственными лицами за организацию работы в детском саду являются заведующий детским садом, старший воспитатель и воспитатель или инструктор по физической культуре.

Приложение

Наполняемость групп на занятиях физкультурой и их длительность взависимости от возраста детей

Возраст детей

1 г. 3 м. - 1 г. 6 м.
1 г. 7 м. - 2 г.
2г. 1 м. - 2г. 11 м.
3 г. (вторая половина учебного года)
Число детей
2 - 4
4 - 6
8 - 12
Вся группа
Длительность занятия, мин
6 - 8
8 - 10
10 - 15
15
Физкультурные занятия для дошкольников проводят не менее 3 разв неделю. Длительность занятия зависит от возраста детей и составляет:

- вмладшей группе - 15 мин;
- всредней группе -20 мин;
- встаршей группе - 25 мин;
- вподготовительной группе - 30 мин.

Одно из трех физкультурныхзанятий для детей 5 - 7 лет следует круглогодично проводить на открытомвоздухе. Его проводят только при отсутствии у детей медицинскихпротивопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погоднымусловиям.
Рекомендации к одежде длязанятий физкультурой на воздухе даны в прилож. 19.
Занятия на открытом воздухеорганизуют с учетом местных климатических особенностей. В средней полосезанятия проводят при температуре воздуха до - 15 °С в безветренную погоду.
В дождливые, ветреные иморозные дни физкультурные занятия проводят в зале.
В теплое время года приблагоприятных метеорологических условиях максимальное число занятийфизкультурой проводят на открытом воздухе.
Оценку эффективностифизкультурного занятия для дошкольников проводят по показателю моторнойплотности и среднего уровня частоты сердечных сокращений (ЧСС) у детей.

Моторная плотность занятия взале (отношение времени занятия, затраченного ребенком на движения к общейпродолжительности занятия, выраженное в процентах) должна составлять не менее70 %; на воздухе - не менее 80 %.
Для обеспечениятренировочного эффекта на занятиях в зале средний уровень ЧСС у детей 3 - 4 летсоставляет - 130 - 140 уд./мин, на воздухе - 140 - 160

уд./мин; у детей 5 - 7лет - в зале 140 - 150 уд./мин; на воздухе - 150 - 160 уд./мин.

Оценка эффективностифизического воспитания осуществляется на основе динамики состояния здоровьядетей, развития двигательных качеств и навыков на каждом году жизни.

Тестирование физическойподготовленности дошкольников проводит воспитатель по физической культуре вначале учебного года (сентябрь - октябрь) и в конце его (апрель - май) иконтролирует методист (старший воспитатель) ДОУ. Оценку уровня физическойподготовленности медицинская сестра вносит в «Медицинскую карту».

Разрешение на проведениетестирования физической подготовленности детей дает медперсонал ДОУ.

Закаливание детейвключает систему мероприятий:

элементызакаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой, широкая аэрацияпомещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимыев легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;

специальныемероприятия: водные, воздушные и солнечные.

Для закаливаниядетей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используютдифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, сучетом подготовленности персонала и материальной базы ДОУ, со строгимсоблюдением методических рекомендаций.