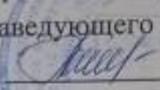


ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 31.08.2018 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом от 31.08.2018 г. № 34
заведующего МБДОУ «ДС № 23»

А.Ф. Головина



Положение о проведении физкультминуток

I. Общие положения

«Положение о проведении физкультминуток во время проведения НОД в ДОУ» - локальный акт, определяющий требования, виды, место к данному этапу НОД. Физкультминутка является обязательным элементом здоровьесберегающей организации НОД.

II. Цели проведения

Физкультминутка положительно влияет на аналитико-синтетическую деятельность мозга воспитанников;

- активизирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы;
- улучшает кровоснабжение внутренних органов и работоспособность нервной системы.

III. Требования к проведению физкультминуток

Время начала проведения физкультминутки определяется воспитателем.

Длительность физкультурных минуток составляет 2-3 минуты.

Каждая физкультминутка включает комплекс упражнений в стихотворной форме, повторяемых 1- 2 раза. При подборе стихотворений следует обратить внимание на следующее:

- содержание текста должно сочетаться с предметом;
- преимущество отдается стихам с четким ритмом;
- текст произносится воспитателем, ребенком, может воспроизводиться в записи.

Комплексы подбираются в зависимости от типа, содержания НОД. Упражнения должны быть разнообразными, что не снижает к ним интереса, следовательно, результативность.

IV. Виды физкультминуток.

Упражнения для снятия общего или локального утомления.

Упражнения для кистей рук.

Гимнастика для глаз.

Гимнастика для слуха.

Упражнения, корректирующие осанку.

Дыхательная гимнастика.

II. Виды выбора физкультминуток в зависимости от преобладающей деятельности воспитанников в НОД.

Преобладающий вид деятельности – рисование, аппликация, письмо.

В процессе работы ребенок находится в состоянии длительного статического напряжения. Поэтому рекомендуются:

- упражнения для снятия общего или локального утомления;
- упражнения для кистей рук, гимнастику для глаз, упражнения для коррекции осанки.

Преобладающий вид деятельности – слушание и говорение.

Рекомендуется:

- упражнения для снятия общего или локального утомления;
- дыхательная гимнастика,
- упражнения для коррекции осанки.