

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Ромашка»

Принято:
на педагогическом совете № 5 от 30.05.2022г



ПЛАН
на летний оздоровительный период
2022

Пояснительная записка.

Сохранение и укрепление здоровья ребёнка – приоритетная задача современного дошкольного образования. Одним из путей её решения является организация работы по воспитанию дошкольников в летний период года. Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление организма, сопротивляемость заболеваниям, создание положительных эмоций, развитие волевых качеств и самостоятельности. В летний период особенно большие возможности предоставлены для закаливания, совершенствования защитных реакций ребёнка, широко используются солнечно-воздушные ванны и водные закаливающие процедуры. Летом все виды деятельности переносятся на воздух. Каждому виду отводится место и время в распорядке дня.

Приоритетными направлениями нашего дошкольного учреждения летом являются:

- физкультурно-оздоровительная работа;
- познавательное- речевое развитие детей
- социально- личностное развитие детей
- художественно- эстетическое развитие детей
- коррекционная работа с детьми

Цель: Объединить усилия педагогов и родителей воспитанников по созданию условий, способствующих оздоровлению детского организма в летний период; эмоциональному, личностному, познавательному развитию ребёнка

Задачи:

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
2. Обеспечить витаминизированное сбалансированное питание.
3. Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей, их нравственное воспитание, развитие любознательности и познавательной активности, формирование культурно-гигиенических и трудовых навыков.
4. Осуществить педагогическое и санитарное просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

Разделы и направления работы	Формы работы	Ответственный
Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ	Режимы: - типовой режим дня по возрастным группам; - оздоровительный режим дня; - индивидуальный режим дня.	ст.воспитатель. Гордеева М.Н. воспитатели
Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка: регламентированная деятельность	Утренняя гимнастика, физкультминутки, динамические паузы, физкультурные занятия, прогулки	Воспитатели
частично регламентированная деятельность	Спортивные праздники и досуги, спортивные игры, подвижные игры на воздухе и в помещении	Воспитатели
	Дни здоровья	Воспитатели
	Подгрупповые и индивидуальные занятия с варьированием физической нагрузки с учетом исходного уровня здоровья и возможностей ребенка	Воспитатели
Нерегламентированная деятельность	Самостоятельная двигательная активность детей	Воспитатели

тельность	в помещении и на прогулке	
Профилактические мероприятия	Целенаправленные гимнастические комплексы, комплексы гимнастики пробуждения.	Воспитатели
Общеукрепляющие мероприятия	Контрастные ванны для ног	Воспитатели
	Режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях по физкультуре, во время прогулок	Воспитатели
	Режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна	Воспитатели
	Местные и общие воздушные ванны	Воспитатели
	Свето - воздушные ванны и солнечные ванны в весенне-летний сезон	Воспитатели
Организация питания	Оздоровительное питание в соответствии с действующими нормами	Шеф –повар, кладовщик.
Психологическое сопровождение развития детей	Создание благополучного психологического климата	Воспитатели,
	Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности	Воспитатели
	Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми	Воспитатели,
	Формирование основ коммуникативной деятельности у детей	Воспитатели
	Индивидуальная профилактика нарушений развития	педагог-психолог
	Психолого- педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период	педагог-психолог
Формирование основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	Развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья	ст.воспитатель Гордеева М.Н. Воспитатели
	Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков интереса и любви к физической активности	Воспитатели
	Формирование основ безопасности жизнедеятельности	Воспитатели

Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми

Содержание	Возраст детей	Время проведения	Ответственный
Оптимизация режима			
Переход на режим дня в соответствии с теплым периодом года (прогулка – 4–5 ч, сон – 2-3 ч), ОД на свежем воздухе.	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели, ст. воспитатель Гордеева М.Н.
Определение оптимальной нагрузки на ребёнка с учетом возрастных и индивидуальных нагрузок.	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели, ст. воспитатель Гордеева М.Н.
Организация двигательного режима			
Утренняя зарядка на воздухе	3-7 лет	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Гимнастика пробуждения	1,5-7 лет	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели
Физкультурные занятия на улице	3-7 лет	3 раза в неделю	Физ. инструктор воспитатели
Дозированный бег для развития выносливости	3-7 лет	Ежедневно	Физ. инструктор воспитатели
Игры с мячом, развитие умений действовать с предметами	1,5-7 лет	Ежедневно	Физ. инструктор Воспитатели
Метание мяча в цель	4-7 лет	Еженедельно	Физ. инструктор Воспитатели
Прыжки через скакалку разными способами	4-7 лет	Ежедневно	Физ. инструктор Воспитатели
Прыжки в длину с места	3-7 лет	Еженедельно	Физ. инструктор Воспитатели
Подвижные игры на прогулке	1,5-7 лет	Ежедневно	Физ. инструктор Воспитатели
Спортивные досуги	3-7 лет	1 раз в две недели	Физ. инструктор воспитатели
Закаливание			
Воздушные ванны (в облегченной одежде)	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели
Прогулки на воздухе	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели
Хожение босиком по траве	4-7 лет	Ежедневно с учётом температурного режима	Воспитатели
Хожение босиком по дорожке здоровья	4-7 лет	Ежедневно	Воспитатели
Обширное умывание	4-7 лет	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели
Мытьё ног	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели
Игры с водой	1,5-7 лет	Во время прогулки с учётом температурного режима	Воспитатели

		ма	
Коррекционная работа			
Гимнастика пробуждения	1,5-7 лет	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели
Коррекция зрения	Индивидуаль- ная и группо- вая гимнасти- ка	1–2 раза в неделю	Воспитатели
Коррекция осанки	Индивидуаль- ная гимнасти- ка	1–2 раза в неделю	Воспитатели
Коррекция плоскостопия	Индивидуаль- ная и группо- вая гимнасти- ка	1–2 раза в неделю	Воспитатели
Пальчиковая гимнастика	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	1,5-7 лет	Ежедневно	Воспитатели
Релаксация	1,5-7 лет	2–3 раза в неделю	Воспитатели

Формы оздоровительных мероприятий в летний период

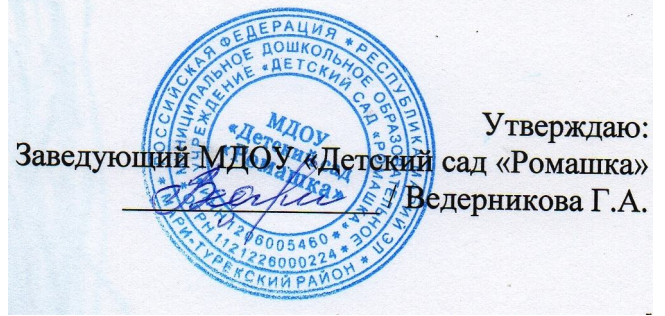
Формы работы	Содержание занятий	Условия организации			ответственный
		место	время	Продолжительность мин.	
<p>Утренняя гимнастика Цель проведения— повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия</p>	<p>Традиционная гимнастика (включает простые гимнастические упражнения с обязательным введением дыхательных упражнений):</p> <ul style="list-style-type: none"> - с предметами и без предметов; - на формирование правильной осанки; - на формирование свода стопы; - имитационного характера; - с использованием крупных модулей; - на снарядах и у снарядов; - с простейшими тренажерами (гимнастические мячи, гантели, утяжелители, резиновые кольца, эспандер). <p>Коррекционная гимнастика (включение в комплекс 3—4 специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей)</p>	На воздухе	Ежедневно перед завтраком	Младшая гр. - 6 Средняя гр. - 8 Старшая гр. - 10 Подготовительная гр. - 12	Инструктор ФИЗО Воспитатели
<p>Занятие по физической культуре Это основная форма организованного, систематического обучения детей физическим упражнениям. Организация занятий должна исключать возможность перегрузки детей, не допускать их переутомления или нарушения деятельности физиологических процессов и структур организма, в частности костно-мышечной и сердечно-сосудистой как</p>	<p>Упражнения подбираются в зависимости от задач занятия, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования и пр. Виды занятий; традиционное, тренировочное, сюжетное (игровое), контрольное, занятие ритмической гимнастикой, коррекционно-развивающее (включение специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей). Используются организованные формы занятий с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), праздники, развлечения</p>	На воздухе, на спортивной площадке	2 раза в неделю, в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после ее спада)	Младшая гр. – 15 Средняя гр. - 20 Старшая гр. -25 Подготовительная гр. - 30	Инструктор ФИЗО

наиболее нагружаемых при физических упражнениях					
Подвижные игры Рекомендуются игры средней и малой подвижности. Выбор игры зависит от педагогических задач, подготовленности, индивидуальных особенностей детей	Виды игр: - сюжетные (использование при объяснении крошки-сказки или сюжетного рассказа); - несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания (новые, углубленно разучиваемые, на этапах закрепления и совершенствования); - дворовые; - народные; - с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол)	На воздухе, на спортивной площадке	Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции	Для всех возрастных групп - 10-20	Воспитатели, инструктор ФИЗО
Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы). Выбор зависит от интенсивности и вида предшествующей деятельности	Варианты: - упражнения на развитие мелкой моторики; - ритмические движения; - упражнения на внимание и координацию движений; - упражнения в равновесии; - упражнения для активизации работы глазных мышц; - гимнастика расслабления; - корригирующие упражнения (в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей); - упражнения на формирование правильной осанки; - упражнения на формирование свода стопы	На воздухе, на игровой или спортивной площадке	Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции	Младшая гр. - 6 Средняя гр. - 8 Старшая гр. - 10 Подготовительная гр. - 12	воспитатель, инструктор ФИЗО
Элементы видов спорта, спортивные упражнения Способствуют формированию специальных двигательных навыков, воспитанию волевых качеств, эмоций, расширению кругозора детей	Виды спортивных упражнений: - катание на самокатах; - езда на велосипеде; - катание на роликовых коньках; - футбол; - баскетбол; - бадминтон. Прикладное значение спортивных упражнений: восприятие соответствующих трудовых навыков и бережное отношение к инвентарю	На воздухе, на игровой или спортивной площадке	Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции	Средняя гр.— 10 Старшая гр. — 12 Подготовительная гр. - 15	Воспитатели, инструктор ФИЗО
Гимнастика пробуждения	Гимнастика сюжетно-игрового характера "Сон ушел. Пора вставать. Ножки, ручки всем размять"	Спальня	Ежедневно после днев-	Для всех возрастных	воспитатели

			ного сна	групп 3 - 5	
Гимнастика после дневного сна	Разминка после сна с использованием различных упражнений: <ul style="list-style-type: none"> - с предметами и без предметов; - на формирование правильной осанки; - на формирование свода стопы; - имитационного характера; - сюжетные или игровые; - с простейшими тренажерами (гимнастические мячи, гантели, утяжелители, резиновые кольца, эспандер); - на развитие мелкой моторики; - на координацию движений; - в равновесии 	Спальня или групповое помещение при открытых фрамугах	Ежедневно после дневного сна	Для всех возрастных групп - 7 - 10	Воспитатели
Закаливающие мероприятия	Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей: <ul style="list-style-type: none"> - элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, обтирание, обливание до пояса); - закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, плавание, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями); - специальные водные, солнечные процедуры назначаются врачом 	С учетом специфики закаливающего мероприятия	По плану и в зависимости от характера закаливающего мероприятия	По усмотрению медицинских работников	медицинские работники, воспитатели и специалисты ДОУ
Индивидуальная работа в режиме дня	Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям. Предусматривает оказание помощи детям, не усвоившим программный материал на занятиях, имеющим нарушения в развитии. Содействует укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей, исправлению дефектов осанки	В спортивном зале	Устанавливается индивидуально	Устанавливается индивидуально	инструктор ФИЗО, инструктор по плаванию
Праздники, досуг, развлечения	Способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями	На воздухе, на групповой или спортивной площадке	1 раз в неделю	Не более 30	педагоги и специалисты ДОУ

План воспитательно-образовательной работы на летний период

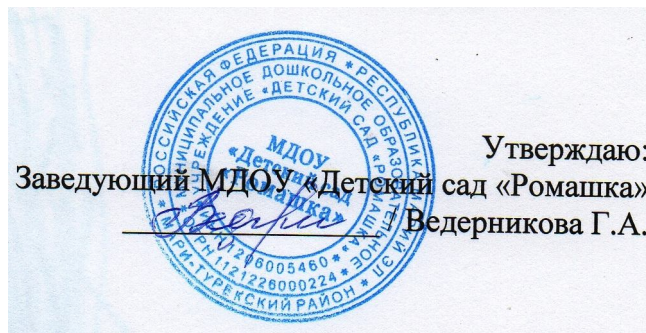
Месяц	Тема недели	Тема дня
ИЮНЬ	1 неделя "Ребенок в мире людей"	День защиты детей; День дружбы; День любимой игры;
	2 неделя "Неделя интересных дел"	День рождения великого поэта; День физкультурника ; Кибардина А.В. День семьи, любви и верности; День почемучек; День березки;
	3 неделя "Неделя со знатоками"	День России; День сказки; Мурзанаева Ж.В. День любимой игрушки; День музыки; Шутова Р.В. День увлечений
	4 неделя "Научился сам - научи другого"	День мастерилок; День доктора Айболита; День забав; Курочкина О.Д. День хороших манер; Корунова Е.И. День любознательности
	5 неделя "Неделя веселых игр и забав"	День радуги; Орлова М.И. День спорта; День игры; Сметанина Р.Ф. День ягод; День рыбалки
ИЮЛЬ	1 неделя "Неделя контрастов"	День белого кораблика; День архитектуры; День контрастов; День солнца; День воды Бычкова И.Н.
	2 неделя "Неделя спорта и здоровья"	День лекарственных растений; Смирнова Н.П. День здоровья; День спорта; День мячика; Галеева Л.Р. День лошадки



Утверждаю:
Заведующий МДОУ «Детский сад «Ромашка»
Бедерникова Г.А.

Расписание на оздоровительный летний период 2022 года.

День недели	Физкультура на улице.	
Понедельник	10.00-10.15	Младшая группа «Незабудка»
	10.25-10.45	Средняя группа «Солнышко»
	10.55-11.25	Подготовительная группа «Пчелки»
Вторник	10.00-10.10	Вторая группа раннего возраста «Почемучки»
	10.20-10.35	Старшая группа «Лучики»
	10.45-11.10	Подготовительная группа «Пчелки»
Среда	10.00-10.20	Младшая группа «Незабудка»
	10.30-10.55	Средняя группа «Солнышко»
	11.05-11.35	Старшая группа «Лучики»
Четверг	10.00-10.10	Вторая группа раннего возраста «Почемучки»
	10.20-10.30	Средняя группа «Солнышко»
		Старшая группа «Лучики»
	10.40-11.00	Подготовительная группа «Пчелки»
Пятница	9.30-9.40	Вторая группа раннего возраста «Почемучки»
	10.00-10.20	Младшая группа «Незабудка»
	10.30-10.55	Старшая группа «Лучики»



Утверждаю:
Заведующий МДОУ «Детский сад «Ромашка»
Ведерникова Г.А.

Расписание НОД на оздоровительный летний период 2022 года.

День недели	Музыкальные занятия	
Понедельник	9.00-9.10	Вторая группа раннего возраста «Почемучки»
	9.40-10.05	Старшая группа «Лучики»
Вторник	9.00-9.15	Младшая группа «Незабудка»
	9.30-9.50	Средняя группа «Солнышко»
Среда	9.00-9.10	Вторая группа раннего возраста «Почемучки»
	11.00-11.25	Подготовительная группа «Пчелки»
Четверг	9.00-9.20	Младшая группа «Незабудка»
	9.55-10.20	Старшая группа «Лучики»
Пятница	9.00-9.15	Средняя группа «Солнышко»
	9.45-10.05	Подготовительная группа «Пчелки»

План физкультурно-оздоровительных мероприятий на летний период

месяц	неделя	Содержание деятельности	
		Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
июнь	1 неделя	Забавы с мячом	"Школа мяча" — элементы спортивных игр с мячом
	2 неделя	Игры-упражнения "Маленькие спортсмены"	"Классики" — игры-аттракционы и п/и с прыжками
	3 неделя	Игры с ходьбой и бегом (с предметами и без)	Игры-эстафеты (с предметами и без)
	4 неделя	"Скок-поскок" — игры-забавы	"Малые Олимпийские игры"
июль	1 неделя	"Вот мы ловкие какие" — игры-упражнения на лазание, подлезание, сохранение равновесия	"Зигзаги ловкости" — игры и упражнения на лазание, подлезание, равновесие
	2 неделя	"День здоровья" — спортивный праздник	"День здоровья" — спортивный праздник

План организационно-методической работы на летний период

Содержание деятельности	Срок выполнения	Ответственные	Отметка о выполнении
июнь			
1. Консультации для педагогов: "Организация летней оздоровительной работы в рамках единого образовательного пространства ДОУ"; "Речевые физкультминутки — интеграция речевого и физического развития";	1 неделя	Старший воспитатель инструктор ФИЗО	
2. Встречи по понедельникам (планерки): "Двигательная активность как средство полноценного развития детей"	еженедельно	Старший воспитатель	
3. Семинар-практикум: "Развивающие физкультурные упражнения"	3 неделя	инструктор ФИЗО	
4. Тематический контроль: "Организация двигательной деятельности детей"	4 неделя	Старший воспитатель	
июль			
1. Консультации:			
"Организация детской познавательной деятельности в условиях лета"; "Организация закаливания в условиях лета: сочетание традиционных и нетрадиционных факторов — залог успешной оздоровительной работы"	1 неделя 2 неделя	Старший воспитатель	
2. Встречи по понедельникам (планерки): "Формирование у детей потребности в экспериментальной деятельности"; "Обеспечение двигательной активности, формирование физических качеств в системе физкультурно-оздоровительной работы"	еженедельно	Старший воспитатель	

Контроль и руководство

Выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей.	Июнь-июль	Старший воспитатель	
Выполнение режима дня.	Июнь-июль	Старший воспитатель	
Проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня.	Июнь-июль	Старший воспитатель	
Проведение физкультурных досугов, развлечений, выставок, конкурсов.	Июнь-июль	Старший воспитатель	
Организация с детьми подвижных игр на улице.	Июнь-июль	инструктор ФИЗО	
Прием детей и проведение утренней гимнастики на улице.	Июнь-июль	Старший воспитатель	
Организация игровой деятельности в режиме дня.	Июнь-июль	Старший воспитатель	
Соблюдение питьевого режима на прогулках.	Июнь-июль	Старший воспитатель	

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	Оформление уголка для родителей (режим дня, сетка НОД, рекомендации по организации совместной работы семьи и ДООУ в летний период).	июнь	ст. воспитатель
2.	Экскурсия по детскому саду для родителей вновь поступающих детей.	Июнь-август	Воспитатели 1 группы раннего возраста
3.	Оформление родительских уголков и наглядной информации на участках и стендах	Регулярно	Воспитатели групп
5.	Консультации для родителей: 1.«Обеспечение безопасности ребенка в летний период» 2. «Профилактика солнечного теплового удара». 3. «Дети на дороге - как учить детей осторожности»	июнь июнь июль	Воспитатели Воспитатели
6.	Привлечение родителей к посильному участию в благоустройстве групп, здания и территории детского сада.	Июнь	Заведующий Завхоз Воспитатели
7.	Оформление родительских досок и выносных стендов по летней тематике. Оформление памяток для родителей.	Июнь-июль	Педагоги

Административно-хозяйственная работа

1	Ремонт и покраска веранд, оборудования на участках	Май-август	Заведующий хозяйством
4	Промывка и прессовка системы отопления	Июль-август	Заведующий хозяйством
5	Поверка манометров.	Июль-август	Заведующий хозяйством
6	Подготовка учреждения к новому учебному году: текущий ремонт помещений, благоустройство территории.	в течение лета	Администрация ДОУ
7	Приёмка детского сада к новому учебному году.	Август	Заведующий