

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МАЛИНСКИЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА – ДЕТСКИЙ САД «ИВУШКА»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТУПИНО МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

/142850, Российская Федерация, Московская область, городской округ Ступино, рабочий посёлок
Малино, улица Победы, владение 8. тел./факс 8(49664) 55-370; e-mail: mdou.ds.ivushka@mail.ru /

ПРИНЯТ:

Советом педагогов
МАДОУ Малинский ЦРР - д/с «Ивушка»

Протокол № 3 от 30.05. 2023 года

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МАДОУ Малинский ЦРР - д/с «Ивушка»
М.В. Щербакова

Приказ № 71 от 30.05. 2023 года



**ПЛАН
ЛЕТНЕЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
МАДОУ Малинский ЦРР – д/с «Ивушка»
на 2023 год**



р.п. Малино, 2023 год

Пояснительная записка.

Лето – благоприятная пора для сохранения и укрепления здоровья детей, создания условий для их полноценного, всестороннего, психического и физического развития. Растущий и развивающийся организм ребенка очень чувствителен к воздействию различных факторов окружающей среды. Грамотная организация летней оздоровительной работы в дошкольном учреждении, охватывающей всех участников образовательного процесса, предоставляет широкие возможности для укрепления физического и психического здоровья воспитанников, развития у них познавательного интереса, а также повышения компетентности родителей в области организации летнего отдыха детей.

Лето – это маленькая жизнь. Именно в этот период годы дети получают максимум впечатлений, удовольствия и радости от общения со сверстниками и новых открытий. Вместе с тем, чем больше времени проводят дошкольниками на улице, тем больше внимания взрослые должны уделять организации деятельности детей в летний период. Грамотное решение этих вопросов позволит избежать неприятностей и обеспечить эмоционально насыщенную жизнь всем участникам образовательного процесса.

Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление организма, сопротивляемость заболеваниям, создание положительных эмоций. В летний период, большие возможности предоставлено для закаливания, совершенствования защитных реакций ребенка, широко используются солнечно-воздушные ванны и водные закаливающие процедуры. Летом продолжается систематическая и планомерная работа по разделам программ. Все виды деятельности переносятся на воздух. Каждому виду отводится место и время в распорядке дня. Приоритетными направлениями дошкольного учреждения в летний оздоровительный период являются:
физкультурно-оздоровительная работа;
художественно-эстетическое развитие.

Нормативные документы.

- Закона № 273 29.12.2013 «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. №1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.1.3648 - 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Цели и задачи работы в летний оздоровительный период.

Цель: сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников, с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, удовлетворение потребности в летнем отдыхе, творческой деятельности и движении.

Задачи:

- * формировать у дошкольников привычку к здоровому и активному образу жизни, навыки безопасного поведения;
- * развивать познавательную активность и интересы;
- * прививать любовь к природе, воспитывать бережное отношение к ней, формировать начальные экологические знания;
- * повышать компетентность педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы;
- * обеспечивать методическую помощь при планировании и организации разных видов деятельности воспитанников в группе и на территории детского сада;
- * повышать компетентность родителей в вопросах организации летнего оздоровления и отдыха детей;
- * привлекать семьи воспитанников к участию в образовательной деятельности и реализации планов по оздоровлению и летнему отдыху детей в детском саду.

Режим дня в теплый период

Группа	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Возраст	от 2 до 3 лет	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.00-8.00	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.25	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00-8.30	8.15-8.40	8.20-8.45	8.25-8.50	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.30-8.55	8.40-9.00	8.45-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам) Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе, второй завтрак	9.00-11.55	9.00-12.20	9.00-12.30	9.00-12.40	9.00-12.50
Подготовка к обеду, обед	11.55-12.30	12.20-12.50	12.30-13.00	12.40-13.10	12.50-13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	13.10-15.00	13.15-15.00
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20

Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.25	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30	15.20-15.30
Организованная образовательная деятельность Игры, досуги, общение и деятельность по интересам, театрализация, сюжетно-ролевые игры, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности	15.25-16.15	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.30	15.30-16.40
Подготовка к ужину, ужин	16.15-16.45	16.30-17.00	16.30-17.00	16.30-16.55	16.40-17.05
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, труд, экспериментирование) Прогулка, игры, уход детей домой	16.45-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	16.55-19.00	17.05-19.00

Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми

- ✓ утренняя гимнастика;
- ✓ прогулка;
- ✓ двигательная активность;
- ✓ полоскание полости рта после еды;
- ✓ сон без маек, при открытых форточках (в теплое время);
- ✓ проветривание помещение;
- ✓ гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами;
- ✓ хождение по ребристой дорожке;
- ✓ занятия, прогулки, походы;
- ✓ совместные досуги с родителями;
- ✓ спортивные праздники и развлечения;
- ✓ неделя здоровья;
- ✓ соревнования.

Формы оздоровительных мероприятий в летний период

1. Организованная образовательная деятельность — это основная форма организованного систематического обучения детей физическим упражнениям.

Организация ООД должна исключать возможность перегрузки детей, не допускать их переутомления или нарушения деятельности физиологических процессов и структур организма, в частности костно-мышечной и сердечнососудистой, как наиболее нагружаемых при физических упражнениях.

Упражнения подбираются в зависимости от задач организованной образовательной деятельности, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования.

Планируются организованные формы образовательной деятельности с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки,

экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), праздники, развлечения 3 раза в неделю в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после ее спада).

2. Утренняя гимнастика.

Цель проведения - повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия. Традиционная гимнастика включает в себя простые гимнастические упражнения с обязательным включением дыхательных упражнений; упражнения с предметами и без предметов; упражнения на формирование правильной осанки; упражнения с использованием крупных модулей, снарядов, простейших тренажеров.

Коррекционная гимнастика включает в себя комплексы специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей.

3. 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;
- дворовые;
- народные;
- с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол).

Подвижные игры проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции. Продолжительность игр для всех возрастных групп 10—20 минут.

4. Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы).

Их выбор зависит от интенсивности и вида предыдущей деятельности.

Варианты:

- упражнения на развитие мелкой моторики;
- ритмические движения;
- упражнения на внимание и координацию движений;
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных яблок.
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных мышц;
- гимнастика расслабления;
- корректирующие упражнения (в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей);
- упражнения на формирование правильной осанки;
- упражнения на формирование свода стопы.

Проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции. Продолжительность: старшая группа — 10 минут; подготовительная группа — 12 минут.

5. 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.

Проводятся на воздухе, на игровой или спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции.

Продолжительность: младшая и средняя группы - 10 минут, старшая группа — 12 минут; подготовительная группа — 15 минут.

6. Гимнастика пробуждения. Гимнастика после дневного сна. Гимнастика сюжетно-игрового характера.

Разминка после сна проводится с использованием различных упражнений:

- 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
- на развитие мелкой моторики;
- на координацию движений;
- в равновесии.

Место проведения - спальня. Гимнастика пробуждения для всех возрастных групп продолжительностью 3—5 минут. Гимнастика после дневного сна для всех возрастных групп 7—10 минут.

7. 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. Проводится в спортивном зале. Время устанавливается индивидуально.

8. Закаливающие мероприятия.

Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей:

- 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, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями);
- специальные водные, солнечные процедуры, которые назначаются врачом.

Система закаливающих мероприятий

Воздушно- температурный режим: от +18 до + 20° С, обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей.

- Одностороннее проветривание: в холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Допускается снижение температуры на 1-2 °С.

- Сквозное проветривание (в отсутствии детей): в холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Критерием прекращения проветривания является температура воздуха, сниженная на 2-3 °С.

- Утром перед приходом детей. Прием детей на воздухе: К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.

- Перед возвращением детей с дневной прогулки: К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.

- Во время дневного сна, вечерней прогулки: в теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении.

Обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температуры.

- Утренняя гимнастика: в летний период на улице.

- Физическая культура: Проводится ежедневно на свежем воздухе, одежда облегченная.

Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям.

- Хождение босиком: Ежедневно. В теплое время года при температуре воздуха от +20 °С до +22 °С.

- Водные процедуры: Гигиенические процедуры: Умывание, мытье рук до локтя водой комнатной температуры. Умывание, обтирание шеи, мытье рук до локтя водой комнатной температуры. В летний период - мытье ног.

**Перспективное планирование на летний оздоровительный период
по всем возрастным группам**

Сроки проведения	Тема недели	Ответственные
1. ИЮНЬ		
01.06-02.06	«Здравствуй, лето!»	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие (02.06)		Педагоги 8 группы
05.06-09.06	«Что ты знаешь о России?»	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие (09.06)		Педагоги 10 и 12 групп
13.06-16.06	«Я вырос здесь, и край мне этот дорог»	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие (16.06)		Педагоги 3 группы
19.06-23.06	«Будь здоров и не болей, будет вместе веселей!»	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие (23.06)		Педагоги 7 группы
26.06-30.06	«Мир профессий»	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие (30.06)		Педагоги 8 и 11 групп
2. ИЮЛЬ		
03.07-07.07	«Я и моя семья» (07.07)	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие		Педагоги 10 и 12 групп

10.07-14.07	«В мире животных» (14.07)	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие		Педагоги 3 группы
17.07-21.07	«В мире растений» (21.07)	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие		Педагоги 7 группы
24.07-28.07	«Из тысячи планет – Земли прекрасней нет!» (28.07)	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие		Педагоги 8 и 11 групп
3. АВГУСТ		
31.07-04.08	«Волшебный мир театра» (04.08)	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие		Педагоги 10 и 12 групп
07.08-11.08	«Я в большом городе» (11.08)	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие		Педагоги 3 группы
14.08-18.08	«Неделя безопасности дорожного движения» (18.08)	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие		Педагоги 7 группы
21.08-25.08	«Неделя пожарной безопасности» (25.08)	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие		Педагоги 8 и 11 групп
28.08-31.08	«До свидания, лето!» (31.08)	Педагоги всех возрастных групп
Итоговое мероприятие		Музыкальный руководитель

