

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №18 «ЛУЧИК»
ГОРОДА АЛУШТЫ

ПРИНЯТ:
на заседании Педагогического
совета МБДОУ «Детский сад №18
«Лучик» города Алушты
Протокол №5 от 31.05.2022г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №18
«Лучик» города Алушты
_____/С.Н. Шевцова/
Приказ № 104 от 31.05. 2022г.

**ПЛАН ЛЕТНЕЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
МБДОУ «Детский сад №18 «Лучик» города Алушты
на 2022 год**

Алушта, 2022 год.

Пояснительная записка.

Основным направлением работы МБДОУ «детский сад №18 «Лучик» города Алушты в летний оздоровительный период (далее – ЛОП) является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей дошкольного возраста.

Разработана система профилактических и оздоровительных мероприятий, составлен комплексный план оздоровительно-профилактических мероприятий на каждую возрастную группу. Система мероприятий направлена на рациональное осуществление совместными усилиями педагогов и родителей комплекса воспитательных и профилактических мер, направленных на укрепление здоровья растущего организма.

В группах созданы картотеки подвижных игр, пособия, атрибуты для организации индивидуальной и подгрупповой работы с детьми. Проводятся физкультурные досуги и развлечения, в том числе и с участием родителей.

Цель: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учетом их индивидуальных особенностей, удовлетворение потребностей растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении.

Для реализации данной цели поставлены следующие **задачи:**

1. Создавать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
2. Реализовывать систему мероприятий, направленную на оздоровление и физическое развитие детей, их нравственное воспитание, развитие любознательности, познавательной активности, исследовательской и проектной деятельности, привитие любви и бережного отношения к природе, формирование привычки к здоровому образу жизни.
3. Обеспечивать эмоциональное благополучие воспитанников, используя индивидуальный подход.
4. Оказывать психолого-педагогическое сопровождение родителям по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.
5. Повышать профессиональное мастерство и компетентность педагогов, интегрировать всех специалистов в рамках единого образовательного пространства.

Формы работы по образовательным областям:

- *познавательное развитие* – экспериментальная, познавательно-исследовательская, проектная деятельность;
- *речевое развитие* – беседы, дидактические игры, проектная деятельность, приобщение к художественной литературе;
- *художественно-эстетическое развитие* – выставки продуктивной деятельности, театрализованная деятельность, музыкально-художественная деятельность, конструктивно-модельная деятельность;
- *социально-коммуникативное развитие* – беседы нравственной и патриотической направленности, проектная деятельность, конкурсы, викторины;
- *физическое развитие* – спортивные досуги и праздники, организация условий для двигательной активности, игр с водой, закаливающих процедур.

Задачи работы с педагогами:

- Повышение компетентности педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы.

- Обеспечение методического сопровождения для планирования и организации летнего отдыха.
- Подготовка к новому учебному году.

Задачи работы с родителями:

- Привлечение семей к участию в воспитательном процессе на основе педагогики сотрудничества.
- Осуществление педагогического и санитарного просвещения родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.
- Создавать единое сообщество семьи и детского сада, в котором все его участники получают возможность учиться друг у друга.

Регламентирующие нормативные документы

Проведение профилактических, закалывающих, оздоровительных и воспитательных мероприятий с детьми в летний период регламентируют нормативные документы:

- ✓ Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" с изменениями от 08 декабря 2020г.;
- ✓ Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- ✓ Постановления Государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- ✓ Приказа Министерства образования и науки РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- ✓ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. № 30384).
- ✓ Конвенция о правах ребенка
- ✓ Конституция РФ от 12.12.93 (ст. 38,41,42,43);
- ✓ Приказ Минздрава России от 04.04.03 № 139 «Об утверждении инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений» (вместе с рекомендуемым перечнем оборудования и методик по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений»);
- ✓ Инструкции по организации охраны жизни и здоровья детей в детских садах и на детских площадках;
- ✓ Локальные акты МБДОУ «Детский сад №18 «Лучик» города Алушты

Принципы планирования оздоровительной работы

При планировании оздоровительной работы в МБДОУ «Детский сад №18 «Лучик» города Алушты придерживалось следующих принципов:

- ✓ Учет возрастных и психофизических возможностей, особенностей детей;
- ✓ Комплексное использование профилактических, закаливающих и оздоровительных технологий;
- ✓ Непрерывное проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- ✓ Использование простых и доступных технологий;
- ✓ Повышение эффективности системы профилактических и оздоровительных мероприятий за счет соблюдения элементарных правил и нормативов: оптимального двигательного режима, физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплого режима и водоснабжения.
- ✓ Систематичность педагогического процесса;
- ✓ Принцип деятельного подхода к организации образовательного процесса;
- ✓ Взаимодействие МБДОУ «Детский сад №18 «Лучик» города Алушты с семьями воспитанников.

Предполагаемый результат:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей, снижение уровня заболеваемости.
2. Привитие детям навыков экологической культуры.
3. Приобретение новых знаний и впечатлений об окружающем.
4. Качественная подготовка к новому учебному году.
5. Благоустройство территории детского сада с учетом потребностей и интересов воспитанников, педагогов и родителей (законных представителей).

Организационная деятельность

<i>Тема</i>	<i>Срок</i>	<i>Ответственные</i>
Утверждение плана летней оздоровительной работы на 2020 год	Май	заведующий
Проведение инструктажа педагогов перед началом летнего периода: <ul style="list-style-type: none">- профилактика детского травматизма;- охрана жизни и здоровья детей в летний период;- организация и проведение спортивных и подвижных игр;- правила оказания первой помощи;- предупреждение отравления детей ядовитыми растениями и грибами;- охрана труда и выполнение требований техники безопасности на рабочем месте;- при солнечном и тепловом ударе;- оказание помощи при укусе насекомыми и т.п.	Май	заведующий
Проведение инструктажа с воспитанниками: <ul style="list-style-type: none">- по предупреждению травматизма на прогулках;- соблюдение правил поведения в природе, на улице	Май	воспитатели групп
Издание приказов: <ol style="list-style-type: none">1. Об организации работы МБДОУ в летний период.2. О подготовке МБДОУ к новому 2022-2023 учебному году	Май-август	заведующий

3. О комплектовании учреждения детьми на 2022-2023 учебный год		
Составление отчётов за летний период о выполнении намеченного плана работы	До 29 августа	воспитатели всех групп, старший воспитатель

**Методическая работа,
оснащение методического кабинета**

<i>Мероприятия</i>	<i>Срок</i>	<i>Ответственные</i>
Составление плана работы на 2022-2023 учебный год.	Июль - август	Старший воспитатель
Разработка перспективно тематического планирования Рабочей программы воспитания.	Июнь-июль	Старший воспитатель
Систематизация материалов в методическом кабинете	Июнь	Старший воспитатель
Разработка рабочих программ педагогов на 2022 – 2023 учебный год.	Июнь - август	Старший воспитатель, педагоги
Разработка программ дополнительного образования на 2022 – 2023 учебный год.	Июнь - август	Старший воспитатель, воспитатели
Индивидуальные консультации по запросам педагогов	В течение лета	Старший воспитатель
Подведение итогов летней – оздоровительной работы	Август	Старший воспитатель
Оснащение программно-методической и развивающей предметно – пространственной среды с учетом основной образовательной программой МБДОУ «Детский сад №18 «Лучик» города Алушты	До 31.08.2022 год	Старший воспитатель, воспитатели
Оформление сайта детского сад новыми материалами в соответствии с современными требованиями	Июнь - август	Старший воспитатель,
Подготовка вопроса к педсовета на тему: «Итоги летней оздоровительной работы».	август	Старший воспитатель,
Работа методического кабинета: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Подготовка методических рекомендаций по вопросам: ✓ Планирование работы на летний оздоровительный период. ✓ «Физкультурно – оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста в летний оздоровительный период. ✓ Как организовать работу в группе раннего возраста в адаптационный период. ✓ Закаливание. ✓ Игровая деятельность детей на прогулке. ✓ Подбор информационного материала для родительского уголка. 	В течение ЛОП	Ст. воспитатель педагогический коллектив

Работа с кадрами

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	Методический час. «Организация работы коллектива МБДОУ в летний оздоровительный период»	Май	Старший воспитатель, воспитатели
2.	Проведение инструктажа ✓ «Охрана жизни и здоровья детей при организации летних праздников, игр». ✓ «Техника безопасности и охрана труда в летних условиях» ✓ «Соблюдение питьевого и санитарно-эпидемиологического режима в летних условиях» ✓ «Инструктаж по пожарной безопасности»	Май	Ответственный по ОТ, ПБ.
1.	Консультации для воспитателей: ✓ «Организация детского творчества летом». ✓ «Предупреждение детского травматизма». ✓ Роль пальчиковой гимнастики в физическом и интеллектуальном развитии ребенка. СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ: «Организация детского творчества в летний период»	Июнь	Медсестра
2.	Консультации для воспитателей: ✓ «Организация познавательно-экспериментальной деятельности с детьми в летний период». ✓ «Организация разных видов игр в летний период в ДОУ» ✓ «Нужно ли развивать слуховую память?» Семинар-практикум: «Система работы ДОУ по формированию основ безопасности правил дорожного движения в условиях сотрудничества образовательного учреждения и семьи»	Июль	Старший воспитатель
3.	Консультация для воспитателей: ✓ «Адаптация детей раннего возраста к детскому саду». «В детский сад без слез». ✓ «Документации педагогов к началу учебного года» ✓ «Маркировка мебели по ростовым показателям детей группы» ✓ «Отчет о проведении летней оздоровительной работе».	Август	Старший воспитатель
4.	Консультации для аттестующихся: Подготовка и оформление документов на аттестацию, обоснованный выбор формы аттестации. Индивидуальная папка педагога.	Июнь	Старший воспитатель,

		июль	
5.	Стендовые консультации для педагогов: ✓ «Советы на лето. Когда доктора нет рядом». ✓ «Безопасность детей на дорогах, предупреждение детского дорожно-транспортного травматизма». ✓ «Правила закаливания». ✓ «Профилактика кишечных заболеваний»	Июнь-август	Старший воспитатель, воспитатели
6.	Оформление сайта детского сада новыми материалами в соответствии с современными требованиями	Июнь-Август	Ст. воспитатель, воспитатели
7.	Разработка рабочих программ воспитателей, составление перспективно – тематического планирования на 2022 – 2023 учебный год.	Июль - август	Старший воспитатель, воспитатели
8	Обновление развивающей предметно – пространственной среды группы новыми пособиями и дидактическими материалами	август	Старший воспитатель, воспитатели.
9.	Фотоотчет – презентация «Лето красное и прекрасное».	август	Ст. воспит. Заведующий
14.	Проведение конкурса: «Готовность групп к новому учебному году»	август	Ст. воспит. Заведующий

План контрольных мероприятия Контроль

Реализация методического контроля в летний период.			
<i>Фронтальный контроль</i>			
1.	Организация двигательного режима в течении дня	июнь	Старший воспитатель
2.	Закаливающие мероприятия в летний период	июль	Старший воспитатель, медсестра.
3.	Организация питания в МБДОУ	Июнь - август	Заведующий, комиссия по питанию.
4.	Гигиеническое состояние прогулочной площадки	август	Заведующий, старший воспитатель

5.	Организация и проведение занимательной деятельности с детьми в течение дня	август	Старший воспитатель
6.	Питьевой режим	Июнь - август	Заведующий МБДОУ, старший воспитатель.
7.	Создание условий для благополучного прохождения адаптационного периода вновь поступивших детей.	Июнь - август	Заведующий МБДОУ, старший воспитатель, воспитатели
Тематический контроль			
1.	Подготовка МБДОУ «Детский сад №18 «Лучик» города Алушты к летнему оздоровительному периоду.	июнь	Заведующий МБДОУ, старший воспитатель, Завхоз.
2.	Готовность к новому учебному году.	август	Старший воспитатель

Оздоровительная и профилактическая работа.

Содержание работы	Сроки	Ответственные
Инструктаж с сотрудниками детского сада: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Организация охраны жизни и здоровья детей. ▪ Предупреждение детского травматизма ДТП. ▪ Предупреждение отравления детей ядовитыми растениями и грибами. ▪ Оказание первой доврачебной помощи пострадавшему. ▪ Профилактика пищевых отравлений и кишечных инфекций. ▪ Охрана труда и выполнению требований ТБ на рабочем месте. 	Июнь	Заведующий, Ст. воспитатель, завхоз
Проведение антропометрии детей, уточнить физкультурную группу, группу закаливания.	май	Воспитатели
Обеспечение проведения закаливающих мероприятий по летнему режиму (воздушные, солнечные ванны, закаливание водой, босохождение и пр.) в течение дня	В течении ЛОП	Старший воспитатель, воспитатели
Максимальное пребывание детей на свежем воздухе (утренний прием, гимнастика, физкультурные занятия, прогулки, развлечения)	В течении ЛОП	Воспитатели
Создание условий для повышения двигательной активности детей на свежем воздухе путем расширения ассортимента выносного оборудования.	В течении ЛОП	Воспитатели
Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми по развитию основных видов движений на прогулке	В течении ЛОП	Воспитатели
Ежедневное включение в меню свежих овощей, фруктов, соков.	В течении ЛОП	Воспитатели, ответственный по питанию

Беседы и консультации для воспитателей: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Закаливание детей летом. ▪ Оказание первой помощи при укусах насекомых. ▪ Роль пальчиковой гимнастики в физическом и интеллектуальном развитии ребенка <ul style="list-style-type: none"> ▪ Питание детей летом. 	В течении ЛОП	Ст. воспитатель.
Оформление санитарных бюллетеней: <ul style="list-style-type: none"> ▪ «Спорт и здоровье». ▪ «Безопасный летний отдых у водоема». ▪ «Питание детей летом». 	В течение ЛОП	Ст. воспитатель, Воспитатели.

Схема оздоровительно-профилактических мероприятий на летний период

<i>Мероприятия</i>	<i>Особенности организации</i>
Воздушные ванны	ежедневно, на утренней и вечерней прогулке; сон с доступом свежего воздуха
Солнечные ванны	при наличии головного убора
Босохождение (по полу навеса, по песку, траве, земле, асфальту)	в сухую погоду, на утренней и вечерней прогулке, начиная с 5 мин постепенно доводя время хождения до 30 мин
«Дорожка здоровья»	ежедневно, после дневного сна в течение 5-7 мин.
Мытье рук, пальчиковая гимнастика	ежедневно
Игры с водой и песком	ежедневно, на утренней и вечерней прогулке
Утренняя гимнастика	ежедневно, на свежем воздухе или под навесом
Гимнастика пробуждения	ежедневно, по мере пробуждения детей
Подвижные игры с физическими упражнениями	ежедневно, во время утренней и вечерней прогулки, подгруппами или индивидуально, с учетом двигательной активности детей.
Индивидуальная работа по развитию движений	ежедневно в 1 и 2 половину дня, на утренней и вечерней прогулках
Прогулки- походы по территории детского сада (младшая, средняя гр.) и за его пределы (старшая, подготов.)	1 раз в месяц, младшая группа: продолжительность 20 - 30 мин; средняя гр.- 30-40 мин; старшая, подгот. гр.: расстояние 3- 4,5 км; длительность - 2 ч. - 2, 5 час.
Соки (фрукты, овощи)	второй завтрак (в 10 часов)
Дыхательная, зрительная, артикуляционная	2-3 раза в день во время утренней зарядки, прогулки, после сна

гимнастики	
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно, под руководством воспитателя в помещении и на свежем воздухе
Музыкально-физкультурный досуг	1 раз в неделю

Схема организации закаливающих процедур в МБДОУ «Детский сад №18 «Лучик» города Алушты в летний период

Виды закаливания	Время в режиме дня, место проведения	Особенности методики проведения
Воздушные ванны		
Сквозное проветривание помещений	Ежедневно	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Проводится в отсутствии детей. ▪ При t выше $+18^{\circ}$ на улице, тихом ветре и солнечной погоде - держать постоянно открытую фрамугу
Соблюдение температурного режима в группах	Ежедневно	<ul style="list-style-type: none"> ▪ $+19^{\circ} - +22^{\circ}$ – ясли ▪ $+18^{\circ} - +21^{\circ}$ – детский сад
Длительное пребывание детей на свежем воздухе	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Утренний прием на участке (исключение: группы раннего возраста - если есть новые дети). ▪ Дневная и вечерняя прогулка (проводятся ежедневно в соответствии с режимом каждой возрастной группы) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Осмотр участка перед каждой прогулкой. ▪ При необходимости, с участием детей, полив участка и песочницы. ▪ Соответствие одежды детей погоде. ▪ Обязательно наличие головного убора. ▪ Соблюдение питьевого режима. ▪ Обеспечение достаточной двигательной активности (60% от всей прогулки отводится на двигательную активность). ▪ В утреннюю прогулку включается оздоровительный бег.
Утренняя гимнастика, культурно-досуговая деятельность	<p>Утренняя гимнастика проводится утром ежедневно на участке:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ младшая гр. – 6 мин. ▪ средняя гр. – 8 мин. ▪ старшая гр. – 10 мин. ▪ подготовит. гр. – 12 мин. 	<p>Обеспечить приподнятое эмоциональное состояние, отсутствие заорганизованности, строгих правил и требований дисциплины. Культурно – досуговая деятельность проводится каждую неделю (пятница).</p>
Совместная деятельность с детьми по закреплению	<p>Проводятся на дневной прогулке ежедневно:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ младший возраст – 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Место проведения оборудуется заранее. ▪ В жаркие солнечные дни уменьшается число повторений упражнений, снижается их интенсивность и длительность, виды движений

основных видов движений и развитию физических качеств	20 мин; ▪ старший возраст – 30 мин.	(бег — ходьба). ▪ Выбор подвижных и спортивных игр зависит от погодных условий. ▪ Для детей «группы риска» (II—III группы здоровья) индивидуальное дозирование физических нагрузок, ограничение подвижных игр.
Сон без маек	Проводится в спальном комнате в соответствии с режимом дня	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Температура в спальном комнате должна быть не ниже +14 °С. ▪ Обеспечивается спокойная обстановка перед сном и во время сна. ▪ Соблюдение для детей «группы риска» длительности сна: укладывание первыми и подъем последними
Световоздушные и солнечные ванны		
Световоздушные ванны	На прогулке с 9 до 11 ч.	<p>Показания: световоздушные ванны могут принимать практически здоровые и ослабленные дети после перенесенных заболеваний. Детям с задержкой роста и развития прием световоздушных ванн показаны особо!</p> <p>Противопоказания: острые инфекционные заболевания.</p> <p>Проводятся начиная с 10 мин и постепенно доводя до 30—40 мин:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ общие на открытом воздухе; ▪ местные в различных режимных моментах <p>Общие световоздушные ванны начинают в кружевной тени деревьев:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ при температуре +19—20 °С для детей старшего возраста; ▪ при температуре плюс +20—22 °С для детей младшего и раннего возраста
Солнечные ванны	На прогулке с 10 до 11 ч.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Солнечные ванны проводятся на открытой местности при температуре +19 °С. ✓ При температуре ниже +12 °С и выше +27 °С солнечные ванны не проводятся. ✓ Если погодные условия неблагоприятны для обнажения тела, то облучают небольшие и более устойчивые к низким температурам участки тела (кисти, предплечья, голени, руки, ноги). ✓ Перед началом солнечных ванн в течение недели проводится курс световоздушных (воздушных) ванн. ✓ Солнечные ванны начинаются не ранее чем через 1,5 ч после еды, заканчиваются не позднее чем за 30 мин до еды. ✓ Порядок проведения солнечных ванн: <ul style="list-style-type: none"> - подготовительная световоздушная ванна 10-20 мин; - солнечная ванна 5- 10 мин

		<p>- заключительная световоздушная ванна 20-30 мин.</p> <p>Во время солнечных ванн все тело ребенка должно быть равномерно освещено солнцем, а голова защищено от солнца навесом, зонтиком или легкой белой панамкой. Завязывать голову платком или полотенцем не рекомендуется защиты глаз рекомендуются темные очки или шапочка с козырьком.</p> <p>После солнечных ванн проводится водные процедуры (обширное умывание, обливание и мытье ног).</p> <p>✓ Одежда для солнечных ванн:</p> <ul style="list-style-type: none"> - головной убор: шапочки с козырьком, панамы хлопчатобумажные (постоянно); - футболка, майка (на период адаптации); - трусы. <p>✓ Особые рекомендации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - голова всегда должна быть защищена от солнца; - старайтесь чаще менять положение тела; - тщательно вытирайте пот, т. к. на влажной коже могут возникать ожоги. <p>✓ Солнечные ванны проводятся в процессе игр детей.</p> <p>✓ В жаркий полдень, когда солнце находится в зените, солнечные ванны исключаются.</p> <p>✓ Солнечные ванны проводятся в строго отведенное время дня (с 10-11 ч утра) с соблюдением дозировок по времени.</p> <p>✓ Солнечные ванны проводятся по назначению врача и под его наблюдением.</p> <p>✓ Строго соблюдается питьевой режим.</p> <p>✓ В адаптационный период солнечные ванны не проводятся.</p>
Водные процедуры		
Обширное умывание	Проводится ежедневно во время гигиенических процедур в умывальной комнате	<p>Обширное умывание служит не только оздоровлению детей, но и приучает к здоровому образу жизни с применением гигиенических процедур.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Перед началом процедуры желательно обернуть полотенцем часть тела ниже талии. 2. Открыть кран с водой, намочить правую ладонь и провести ею от кончиков пальцев до локтя левой руки. То же — другой рукой. 3. Намочить обе ладони, положить их сзади на плечо и провести ими одновременно к подбородку. 4. Намочить правую ладонь и сделать круговое движение по верхней части груди. 5. Намочить обе ладони и умыться.

		<p>6. Ополоснуть, «отжать» руки, вытереть насухо.</p> <p>7. Площадь воздействия воды расширяется постепенно:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дети ясельного возраста моют лицо, кисти рук; - дети младшего возраста - лицо, шею, кисти рук, предплечья; - дети старшего возраста - лицо, шею, грудь, кисти рук, предплечья. <p>8. Необходимо учитывать состояние здоровья детей и степень тренированности организма ребенка (т. е. умение адекватно реагировать на температуру воды).</p>
Обливание ног водой	Проводится ежедневно после прогулки в умывальной	Проводится ежедневно после прогулки. Начинают с t воды $+32^{\circ}\text{C}$, снижая каждые 3 дня на 1° и доводят до $+18^{\circ}\text{C}$ – для младшего, среднего возраста, и $+16^{\circ}\text{C}$ – для старшего возраста. Ноги (верхняя треть) обливаются водой, но не вытираются. Дети доходят до кровати, машут ногами до высыхания, делают массажные движения: массаж одной ноги при помощи другой. Группы раннего возраста обливание ног не проводят.
Полоскание полости рта	Процедура проводится после каждого приема пищи	Кипяченая вода приготавливается заранее и охлаждается до комнатной температуры. Процедура выполняется в умывальной комнате.
Игры с водой	<ul style="list-style-type: none"> ▪ На прогулке, при установившейся теплой погоде (температура воздуха $+22^{\circ}\text{C}$ и выше) ▪ Время процедур от 10 мин. и больше 	Игры с водой проводятся в плескательных бассейнах, тазиках.
Босохождение		
По траве, мокрому песку, неровной земле	<ul style="list-style-type: none"> ▪ На прогулке, при установившейся теплой погоде (температура воздуха $+22^{\circ}\text{C}$ и выше) ▪ Время процедуры от 10 мин и больше 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Обязательный осмотр участка на наличие травмоопасных предметов. ▪ Начинается процедура с пробежки. Длительность 1—3 мин. Движения должны быть непрерывными. ▪ После процедуры дети обуваются в сухую обувь и ходят еще 5—10 мин.

Медицинские отводы к закаливающим процедурам

После заболевания длительностью менее 10 дней	Закаливание начинают с повышения температуры на $2-4^{\circ}\text{C}$, длительность воздушных ванн сокращается на 10-15 мин.
---	---

После заболевание длительностью более 10 дней	Закаливание начинают сначала после 5-ти дневного пребывания ребенка в детском саду.
После заболевание длительностью 1 мес.	Закаливание начинают сначала после месячного пребывания ребенка в детском саду.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА.

Цель: Общее оздоровление и укрепление детского организма, развитие физических качеств, умственной работоспособности, улучшение деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, обеспечение психологической безопасности ребенка.

Формы организации	Группа раннего возраста и вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Организованная деятельность	4 ч нед.	6 ч. в нед.	8 ч. в нед.	10ч. в нед.	10 ч. в нед.
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	5 мин	8 –10 мин	8 –10 мин	10мин	10– 12 мин
Гимнастика после сна в сочетании с воздушными и ваннами, закаливающими процедурами.	10 мин	10 мин	12 мин	15 мин	15 мин
Подвижные игры	Не менее 2 раз в день 6-8 мин.	Не менее 2-4 раз в день по 6-10 мин.	Не менее 2-4 раз в день по 10 – 15 мин.	Не менее 2-4 раз в день по 15 –20 мин	Не менее 2-4 раз в день по 15 – 20 мин.
Игры – хороводы, игровые упражнения, п/и малой подвижности, разминки в группе. В утренний прием детей, перед занятиями, как организующий момент	2	3	3	4-5	5
Спортивные игры	-	Целенаправленное обучение на каждой прогулке			
Спортивные упражнения	-	10 мин	10 мин	15 мин	20 мин
Физкультурные занятия на прогулке (3 раза в неделю)	8-10 мин.	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Спортивные развлечения (1-2 раза в месяц)	1 раз в месяц 10-15 мин.	20 мин	30 мин	30 мин	40 – 50 мин
Спортивные праздники	-	—	40 мин	50 мин	50 мин
Самостоятельная двигательная деятельность				На протяжении всей недели	

Воспитательно - образовательная деятельность с детьми

№	Содержание деятельности	Время проведения	Ответственные исполнители
1.	Календарное планирование согласно методическим рекомендациям:	май	воспитатели и на группах
2.	Переход на летний режим пребывания детей на группах	с 01 июня по 31 августа	
3.	Организуется проведение спортивных и подвижных игр, развлечений, досугов		
4.	Игровая деятельность по программе с учётом ФГОС ДО		
5.	Работа с детьми по ОБЖ, беседы, игры по ознакомлению с правилами дорожного движения		
6.	Начало экологического воспитания детей: беседы, прогулки, экскурсии, наблюдения, опытно-экспериментальная деятельность, труд на цветнике.		
7.	Организация деятельности с детьми на развитие творческих способностей, трудовых навыков.		
8.	Беседы с детьми по профилактики детского травматизма и охране жизни и здоровья детей: «Как мы летом одеваемся?». «Болезни грязных рук» «Труд людей летом» «Поведение во время грозы» «Как себя вести в жару на участке» «Волшебница – вода» «Правила дорожного движения – выполняй без возражения». «Опасности на улице и во дворе» «Что такое огонь?» «Правила поведения у водоема». «Правила поведения в общественном транспорте». «Правила поведения с бездомными животными». Беседы по плану воспитателя.		
9.	Адаптация вновь поступивших детей в МБДОУ (оформление соответствующих листов наблюдений, работа с родителями по соблюдению единых требований к ребёнку, сенсорно-моторная игровая деятельность).	с 01 июля	Старший воспитатель, воспитатели
10	Непосредственно образовательная деятельность Художественно – эстетическое развитие (музыка); Физическое развитие (физическая культура); Речевое развитие (чтение художественной литературы); Художественно – эстетическое развитие	Согласно расписания	воспитатели

	(рисование, лепка, аппликация)		
11.	Проведение праздников, досугов, развлечений. Проводятся по плану, разработанному в соответствии с тематикой недели.	1 раз в неделю	Воспитатели, музыкальный руководитель
12.	Проведение выставок и конкурсов по плану.	3 раза в месяц	Старший воспитатель, воспитатели

План праздников и развлечений на летний оздоровительный период 2022 г.

	Группы раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая, подготовительная группа
Июнь				
1 неделя	Праздник, посвящённый Дню защиты детей «Играем с весёлым тигрёнком»	Праздник, посвящённый Дню защиты детей «Путешествие по экологической тропе»	Праздник, посвящённый Дню защиты детей «Путешествие по экологической тропе»	Праздник, посвящённый Дню защиты детей и мастер-класс по рукоделию «Летний браслет»
2 неделя	Развлечение «Золотая рыбка»	Развлечение «У Лукоморья»	Развлечение «У Лукоморья»	Викторина музыкальная «Угадай из какой сказки»
3 неделя	Игровая программа «Красный, жёлтый, зелёный»	Спортивное развлечение «Светофор Светофорович»	Спортивное развлечение «Светофор Светофорович»	Спортивное развлечение «Светофор Светофорович»
4 неделя	Развлечение «Зайку бросила хозяйка»	Развлечение «Джунгли зовут»	Развлечение «Джунгли зовут»	Квест «Путешествие по экологической тропе»
5 неделя	Музыкальное развлечение «Вместе весело шагать»	Музыкальное развлечение «Песни про дружбу»	Музыкальное развлечение «Песни про дружбу»	Музыкальное развлечение «Песни про дружбу»
Июль				
1 неделя	Игровая программа «Забавы с Капитошкой»	Спортивный праздник «В гостях у Нептуна»	Спортивный праздник «В гостях у Нептуна»	Спортивный праздник «В гостях у Нептуна»
2 неделя	Развлечение «Загадки в лукошке»	Развлечение «Загадки в лукошке»	Развлечение «Фиксики в гостях у ребят»	Развлечение «Что, где, когда»
3 неделя	Развлечение «Цветик-семицветик»	Развлечение «Цветик-семицветик»	Развлечение «Цветик-семицветик»	Развлечение «Живёт повсюду красота»
4 неделя	Спортивное развлечение	Спортивное развлечение	Спортивное развлечение	Спортивное развлечение

	«Весёлая зарядка»	«Мы здоровые ребята»	«В здоровом теле здоровый дух»	«В здоровом теле здоровый дух»
Август				
1 неделя	Кукольный театр «Игрушки», по стихам А.Барто	Развлечение «Занятие главное – это игра»	Развлечение «У наших ворот всегда хоровод»	Развлечение «У наших ворот всегда хоровод»
2 неделя	Развлечение «Музыка леса»	Кукольный театр «Теремок и уголёк»	Театральное развлечение «Кошкин дом»	Викторина «Пожарная часть»
3 неделя	Развлечение «Танцуем и поём, весело живём»	Развлечение «Дом, где живёт музыка»	Развлечение «Фестиваль талантов»	Развлечение «Фестиваль талантов»
4 неделя	Кукольный театр «Мишка с куклой»	Игровая спортивная программа «Нас спорт подружит»	Игровая спортивная программа «Богатырская сила»	
5 неделя	Развлечение «Лето улетает»	Игровая программа «Лето – это праздник»	Игровая программа «Как мы провели лето»	

Работа с детьми «В стране счастливого детства»

Выставки - конкурсы	
Июнь	Конкурс рисунка на асфальте на тему «Миру – мир» Конкурс рисунка на асфальте на тему «Российский флаг» (старшая подготовительная группа). Выставка рисунков на тему «Правила дорожного движения».
Июль	Выставка коллажа, совместной деятельности детей и родителей «Опыты и эксперименты дома» Выставка рисунков «Спорт – это здоровье»
Август	Конкурс рисунков «Огонь - друг, огонь – враг». Фотовыставка «Вот оно какое наше лето!»

РАБОТА С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	Экскурсия по детскому саду для родителей вновь поступающих детей.	Июнь - август	Старший воспитатель, воспитатель группы раннего возраста
2.	Информационная деятельность: <ul style="list-style-type: none"> ▪ оформление информационных стендов по организации активного отдыха детей в летний период; ▪ оформление информационных стендов по ОБЖ, ЗОЖ. 	В течение ЛОП (регулярно)	Старший воспитатель

3.	<p>Консультации и беседы: <u>Групповые консультации:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Окно - опасность для ребенка!! ✓ Памятка для родителей <p>«Детский травматизм в летний период».</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ «Маршруты здоровья и закаливания». ✓ «Детские вопросы и как на них отвечать». ✓ Летний отдых и здоровье детей. ✓ «Как питаться летом»; ✓ «Ребенок и солнце»; ✓ «Лето и безопасность наших детей»; ✓ «Укусы насекомых»; ✓ «Пищевые отравления»; ✓ «Что должно быть в домашней аптечке». ✓ «Опасные растения на даче» ✓ «Профилактика кишечных инфекций». <p><u>Индивидуальные консультации:</u> по проблемам воспитания детей.</p> <p>Сотрудничество с родителями в период адаптации детей к ДОУ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Консультации и беседы с родителями вновь поступающих детей. - Просветительская работа (памятки, рекомендации) 	В течение ЛОП	Ст. воспитатель, Воспитатели
	<p>Оформление информационного стенда:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Закаливание детей в летний период. ✓ «Как одеть ребенка в летний период». ✓ «Безопасное поведение на воде» ✓ Безопасность ребенка дома и на улице». ✓ «Осторожно. Ядовитые грибы и ягоды». ✓ «Пожарная безопасность летом». 	В течение ЛОП	Ст. воспитатель, Воспитатели
5.	Общее собрание для родителей вновь поступающих детей - «Давайте знакомиться!»	Июнь	Заведующий МБДОУ, Ст. воспитатель, Воспитатели
6.	Привлечение родителей к посильному участию в благоустройстве групп, здания и территории детского сада.	В течение ЛОП	Заведующий МБДОУ, Ст. воспитатель, Воспитатели
7.	Участие родителей в конкурсах и выставках.	Июль	Воспитатели
8.	Совместная деятельность детского сада и	В течение	Заведующий,

	семьи: <ul style="list-style-type: none"> • привлечение родителей к оснащению участка для игровой деятельности детей; • привлечение родителей к организации и проведению совместной культурно-досуговой деятельности; • организация выставок, конкурсов в детском саду; • привлечение родителей к оказанию помощи в проведении ремонта детского сада. 	ЛОП	Ст. воспитатель, Воспитатели
9.	Размещение информации на сайте.	В течение ЛОП	Ст. воспитатель,

Режим дня в возрастных группах МБДОУ «Детский сад №18 «Лучик» города Алушты (летний период).

Распорядок дня	Группа раннего возраста	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Прием и осмотр детей	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00	7.30 – 8.00
Самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	8.00–8.10	8.00–8.10	8.00-8.20	8.00-8.25	8.00-8.30	8.00-8.40
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10- 8.40	8.10- 8.40	8.20 – 8.50	8.25 – 8.50	8.30- 8.50	8.35– 8.50
Утренний круг			8.50-09.00	8.50-09.00	8.50-09.00	8.50-09.00
Второй завтрак	09.50-10.00	09.55-10.05	10.10 – 10.20	10.15 – 10.25	10.20 – 10.30	10.25– 10.35
Игры, подготовка к прогулке	8.40-9.00	8.40-9.00	09.00-09.10	09.00-09.10	09.00-09.10	09.00-09.10
Прогулка, НОД на прогулке, игры, наблюдения, чтение художественной литературы, воздушные и солнечные ванны	9.00-11.20	9.00- 11.20	9.00-11.50	9.00-12.00	9.00 - 12.30	9.00-12.30
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.20 - 11.40	11.20 - 11.40	11.50 - 12.10	12.00-12.20	12.30 - 12.40	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед.	11.40-12.00	11.40-12.00	12.10 - 12.30	12.20 – 12.40	12.40 – 13.00	12.40 – 13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.30 - 15.00	12.40 - 15.10	13.00 - 15.20	13.00 - 15.20
Постепенный подъем, закаливающие процедуры, гимнастика после сна, игры	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.25	15.10 - 15.30	15.20 - 15.40	15.20 - 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.20-15.40	15.20-15.40	15.25-15.45	15.30– 15.50	15.40– 16.00	15.40 – 16.00
Чтение художественной литературы, игры, самостоятельная деятельность	15.40-16.00	15.40-16.00	15.45 - 16.10	15.50 – 16.10	16.00 – 16.20	16.00 – 16.20
Вечерний круг			16.10-16.20	16.10-16.20	16.20-16.30	16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой	16.00 - 18.00	16.00 - 18.00	16.20-18.00	16.20-18.00	16.30 - 18.00.	16.30 - 18.00

Расписание непосредственной образовательной деятельности на летний оздоровительный период на 2021 – 2022 учебный год

	Вторая группа раннего возраста (1,5 – 2 года)	Вторая группа раннего возраста (2 – 3 года)	Младшая группа (3 – 4 года)	Средняя группа (4- 5 лет)	Старшая группа (5 – 6 лет)	Подготовительная группа (6 – 7 лет)
Понедельник	9.00 – 9.10 Музыка	9.20 - 9.30 Музыка	9.40– 9.55 Музыка	9.00– 9.20 Физическая культура на свежем воздухе.	9.00- 9.25 Физическая культура на свежем воздухе.	10.00– 10.30 Физическая культура в помещении
Вторник	9.00-9.10 Физическая культура в помещении	9.00 – 9.10 Физическая культура в помещении	9.30 - 9.45 Физическая культура на свежем воздухе.	9.30 – 9.50 Музыка	9.00 - 09.25 Художественно – эстетическое развитие (рисование, конструирование) 10.00– 10.25 Музыка	9.00 – 9.30 Художественно – эстетическое развитие (рисование) 10.30 – 11.00 Музыка
Среда	9.00 – 9.10 Музыка 9.10 – 9.20 Речевое развитие (чтение художественной литературы)	9.00 – 9.10 Речевое развитие (чтение художественной литературы) 9.20 – 9.30 Физическая культура на свежем воздухе.	9.00 -9.15 Речевое развитие (чтение художественной литературы) 9.30 – 9.45 Музыка	9.00-9.20 Речевое развитие (чтение художественной литературы) 9.30 – 9.50 Физкультура на воздухе	9.00- 9.25 Речевое развитие (чтение художественной литературы) 09.35 – 10.00 Физическая культура на воздухе	9.00 – 9.30 Речевое развитие (чтение художественной литературы) 10.00 -10.30 Музыка
Четверг	9.10 – 9.20 Игровая деятельность (игры с дидактическим материалом, игры со строительным материалом) 9.20 – 9.30 Физическая культура на свежем воздухе.	9.00 – 9.10 Музыка 9.20 – 9.30 Художественно – эстетическое развитие (рисование, лепка, аппликация)	9.00 -9.15 Художественно – эстетическое развитие (рисование, лепка, аппликация) 9.25- 9.40 Физическая культура на воздухе	9.00- 9.20 Художественно – эстетическое развитие (рисование, лепка, аппликация) 9.30 - 9.50 Музыка	9.00- 9.25 Художественно – эстетическое развитие (аппликация/лепка) 10.00 – 10.25 Музыка	9.00 – 9.30 Художественно – эстетическое развитие (аппликация, лепка) 9.40 – 10.10 Физическая культура на воздухе
Пятница	9.00-9.10 Физическая культура на воздухе Развлечение	9.00 - 9.10 Физическая культура на воздухе Развлечение	9.30– 9.45 Физическая культура в помещении Развлечение	9.00-9.20 Физкультура в помещении Развлечение	9.55 – 10.20 Физическая культура в помещении Развлечение	9.00 – 9.30 Физическая культура На свежем воздухе. Развлечение

Тематические недели на летний оздоровительный период

	Группы раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая, подготовительная группа
Июнь				
1 неделя	«Здравствуй лето»	«Здравствуй лето красное»»	«Здравствуй лето красное»	«Здравствуй лето красное»
2 неделя	«В мире сказок»	«Книжная неделя»	«Литературный калейдоскоп»	«Литературный калейдоскоп»
3 неделя	«Неделя безопасности»	«Мир транспорта»	«Внимательного пешехода»	«Дорожная грамота»
4 неделя	«Наши добрые дела»	«Мир животных»	« Животные, насекомые и птицы летом»	«Экологическая неделя»
5 неделя	«Вместе весело шагать»	«Мир дружбы»	«В мире дружбы и доброты»	«Дружные ребята»
Июль				
1 неделя	«Путешествие с Капитошкой»	«Истории капельки»	«Истории капельки»	«Море начинается с маленькой реки»
2 неделя	«Мир первых открытий»	«В мире новых открытий»	«Неделя опытов и экспериментов»	«Юные исследователи»
3 неделя	«Цветики – цветочки»	«Раз ромашка, два ромашка...»	«В мире растений»	«Растительный мир Крыма»
4 неделя	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	«Мир здоровья»	«Неделя здоровья»	«В мире здоровья и красоты»
Август				
1 неделя	«Мои любимые игрушки»	«Неделя игр»	«Мир летней жизни и игр»	«Летние приключения и игры»
2 неделя	«Прогулка в лес»	«Огонь друг – огонь враг»	«Спички не тронь – в спичках огонь».	«Неделя противопожарной безопасности»
3 неделя	«Юные таланты»	«В мире искусства»	«Творчество и мастерство»	«Мир творчества и открытий в искусстве»
4 неделя	«В гости к куклам»	«Дружат дети на планете»	Моя страна Россия	
5 неделя	«До свиданья, лето»	«Мир праздника»	«Вот и лето прошло»	

Литература:

1. Календарное планирование летнего оздоровительного периода. Совместная деятельность педагогов с детьми 2-7 лет/ авт. – сост. Н.А. Мурченко, Ю.П. Помина. – Изд. 2-е, испр. – Волгоград: Учитель. – 223 с.
2. Артемова, Л. В. Окружающий мир в дидактических играх дошкольников / Л. В. Артемова. – М.: Просвещение. 1992.
3. Богуславская, Э. М. Развивающие игры для младшего дошкольного возраста / Э. М. Богуславская, Е. О. Смирнова. – М.: Просвещение, 1991.
4. Л.А. Воспитание сенсорной культуры ребенка от рождения до 6 лет: кн. для воспитателя дет. сада / Л. А. Венгер, Э. Г. Пилюгина, Н. Б. Венгер; под ред. Л.А. Венгера. – М.: Просвещение, 1988.
5. Воронова, В. Я. Творческие игры старших дошкольников: пособие для воспитателя дет. сада / В. Я. Воронова. – М.: Просвещение, 1981. – 80с.
6. Воспитание и развитие детей раннего возраста: пособие для воспитателя дет. сада / В. В. Гербова (и др.); под ред. Г. М. Ляминой. – М.: Просвещение, 1981. – 224с. – (Б-ка воспитателя дет. сада).
7. Гербова, В. В. Занятия по развитию речи в первой младшей группе детского сада :из опыта работы/ В. В. Гербова, А. И. Максимова.-М.: Просвещение , 1979,-160с.
8. Голицына, Н. С. ОБЖ для младших дошкольников/ Н. С. Голицына. - М.: Скрипторий 2003,2010.
9. Гризик, Т. И. Познавательное развитие детей 2-7 лет / Т. И. Гризик.-М.: Просвещение, 2010.
10. Громова, О. Е. Лексические игры по развитию детей 3-4 лет: метод. пособие/ О. Е. Громова, Г. Н. Соломатина.-М.: ТЦ Сфера, 2005.
11. Дайлидене, И. П. Поиграем, малыш! кн. для работников дошк. учреждений и родителей/ И. П. Дайлидене.-М.: Просвещение, 1992.-112с.
12. Как знакомить дошкольников с природой: пособие для воспитателей дет. сада/ Л. А. Каменева (и др.); сост. Л. А. Каменева; под ред. П. Г. Саморуковой. – 2-е изд., дораб. -М.: Просвещение, 1983.-207с.
13. Куцакова, Л. В. Конструирование и ручной труд в детском саду: пособие для воспитателя дет. сада: из опыта работы / А.В. Куцакова.-М.: Просвещение, 1990.-158с.
14. Осокина, Т. И. Игры и развлечения детей на воздухе / Т.И. Осокина, Е. А. Тимофеева, Л. С. Фурмина. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1983. – 224с. – (Б-ка воспитателя дет. сада).
15. Игры детей летом (по возрастам). Карточное планирование в ДОУ.
16. Оздоровительная гимнастика: игровые комплексы. Младшая группа (2 до 3 лет) / авт. – сост. Е.И. Подольская. – Изд. 2-е, испр.- Волгоград: Учитель. – 127 с.
17. Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет/ авт сост. Е.И Подольская. – Волгоград: Учитель, 2009.
18. Лыкова И.А. Изобразительная деятельность в детском саду. Вторая младшая группа (образовательная область «Художественно – эстетическое развитие»): учебно – методическое пособие. – М.Издательский дом «Цветной мир», 2017 г.
19. Лыкова И.А. Изобразительная деятельность в детском саду. Первая младшая группа (образовательная область «Художественно – эстетическое развитие»): учебно – методическое пособие. – М.Издательский дом «Цветной мир», 2017 г.

20. Лыкова И.А. Изобразительная деятельность в детском саду. Средняя группа (образовательная область «Художественно – эстетическое развитие»): учебно – методическое пособие. – М.Издательский дом «Цветной мир», 2017 г.
21. Лыкова И.А. Изобразительная деятельность в детском саду. Старшая группа (образовательная область «Художественно – эстетическое развитие»): учебно – методическое пособие. – М.Издательский дом «Цветной мир», 2017 г.
22. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Младшая группа. – М.: МАЗАЙКА – СИНТЕХ, 2015.
23. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Средняя группа. – М.: МАЗАЙКА – СИНТЕХ, 2015.
24. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МАЗАЙКА – СИНТЕХ, 2015.
25. Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей/ Кн. для воспитателя дет. сада. -2-е изд., испр. – М.: Просвещение, 1987;
26. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/ Издательство МОЗАЙКА-СИНТЕЗ Москва, 2014;
27. Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском сад». Программа и методические рекомендации/ М.: Мозаика-Синтез, 2005.
28. Соломенникова О. А. Ознакомление с природой. Вторая группа раннего возраста –М.: МОЗАЙКА- СИНТЕЗ, 2015.
29. Е.В Зворыгина, С.Л Новоселова «Дидактические игры и занятия с детьми раннего возраста: Пособие для воспитателей детского сада. – М.: Просвещение, 1985. -144 с., 4 л. ил.
30. Л.Н Павлова Знакомим малыша с окружающим миром. –М.: Просвещение, 1987.224 с.; ил.
31. 4. Э.Г Пилюгина Занятия по сенсорному воспитанию с детьми раннего возраста: Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1983.- 000 с., ил.
32. Карпухина Н.А. Конспекты занятий в ясельной группе детского сада: практическое пособие для воспитателей и методистов ДОУ. – М: ТЦ Учитель, 2010;
33. Веракса Н.Е., Галимов О.Р. Познавательно исследовательская деятельность дошкольников. Для занятий с детьми 4-7 лет. – М. Мозаика – синтез.
34. М.М. Борисова. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3- 7 лет. – 2-е изд., испр. И доп. –М: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2016.
35. Л.Ю. Павлова. Сборник дидактических игр по ознакомлению с окружающим миром: Для занятий с детьми4-7 лет.- М: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2015.

Формы оздоровительных мероприятий в летний период

1. Организованная образовательная деятельность

Это основная форма организованного систематического обучения детей физическим упражнениям. Организация НОД в ЛОП 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 наиболее нагружаемых при физических упражнениях. Упражнения подбираются в зависимости от задач занятия, 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).

Продолжительность организованной образовательной деятельности:

Вторая группа раннего возраста – 10 мин.

Младшая группа — 15 минут

Средняя группа — 20 минут

Старшая группа. — 25 минут

Подготовительная группа — 30 минут

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.

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.

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;
- корригирующие 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:

- младшая группа – 6 минут;
- средняя группа — 8 минут;
- 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;
- футбол;
- 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:

- вторая группа раннего возраста – 5 мин;
- младшая группа – 7 минут
- средняя группа - 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;
- на развитие мелкой моторики;
- на координацию движений;
- в равновесии • на развитие мелкой моторики

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);

Закаливание детей МБДОУ «Детский сад №18 «Лучик» города Алушты состоит из системы мероприятий, включающих элементы закаливания в повседневной жизни, которые включены в режимные моменты и специальные мероприятия: воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры, правильно организованную прогулку, являются частью физкультурных занятий. Значит, перед нами, взрослыми, стоит очень важная задача: воспитать физически, нравственно и духовно здорового человека.

Что же кроме чистого свежего воздуха, яркого солнца и воды может быть лучшим средством поддержания сил и здоровья в молодом организме, который только формируется. В этом случае, закаливание один из наиболее подходящих вариантов для тех, кто хочет сохранить свое здоровье и здоровье детей. Закаливание поможет избежать заболеваний, повысить иммунитет.

Цель закаливания – тренировка защитных сил организма, выработка способности быстро приводить работу органов и систем в соответствии с меняющейся внешней средой. Способность организма быстро приспосабливаться к определенным условиям внешней среды вырабатывается многократным воздействием того или иного фактора (тепло, холод и т.д.) и постепенным увеличением дозировки такого воздействия.

В процессе закаливания в организме ребенка происходят изменения: клетки покровов тела и слизистых, нервные окончания и нервные центры начинают быстрее и целесообразнее реагировать на изменения окружающей среды.

В результате закаливания ребенок становится менее восприимчивым к резким изменениям температуры и простудным, и инфекционным заболеваниям. Закаленные дети обладают хорошим здоровьем и аппетитом, спокойны, уравновешенны, отличаются бодростью, высокой работоспособностью. Таких результатов можно добиться лишь при правильном выполнении закаливающих процедур.

Положительных результатов от закаливающих процедур можно ожидать только при соблюдении таких принципов, как постепенность, последовательность, систематичность, комплексность, учет индивидуальных особенностей каждого ребенка, а также активное и положительное отношение детей к закаливающим процедурам.

Основная задача: осуществлять комплексный подход к оздоровлению дошкольника средствами природы с учетом уровня его индивидуального здоровья при активном включении ребенка в процесс его формирования.

Система закаливания

<p>В повседневной жизни</p> <ul style="list-style-type: none"> • утренняя гимнастика (разные формы, оздоровительный бег, ОРУ, игровая форма); • облегченная форма одежды; • ходьба босиком до и после сна, • сон с доступом воздуха (+19, +17*С) • контрастные воздушные ванны (перебежки); • солнечные ванны (в летнее время); • обширное умывание 	<p>Специально организованная</p> <ul style="list-style-type: none"> • полоскание горла; • контрастное обливание ног в летний период; • хождение босиком по массажным дорожкам.
--	---

Общие закаливающие мероприятия проводятся на протяжении повседневной жизни человека и предусматривают правильный режим дня, рациональное питание, ежедневные прогулки, сон на воздухе, рациональную одежду, соответствующий возрасту воздушный и температурный режим помещения, регулярное проветривание помещения.

Основные эффекты закаливающих процедур:

- укрепление нервной системы,
- развитие мышц и костей,
- улучшение работы внутренних органов,
- активизация обмена веществ,
- невосприимчивость к действию болезнетворных факторов.

Основные задачи закаливания — укрепление здоровых детей, развитие выносливости организма при изменяющихся факторах внешней среды, повышение его сопротивляемости к различным заболеваниям. Это система мероприятий, которая является неотъемлемой частью физического воспитания детей, как в дошкольном учреждении, так и дома.

Основные формы закаливания в летний период в МБДОУ «Детский сад №18 «Лучик» города Алушты и специфика их применения:

Закаливание воздухом

Закаливание воздухом – самый простой и доступный для детей способ. Начинают закаливание детей дошкольного возраста с воздушных ванн, например, во время

переодевания, утренней зарядки, затем подключают сон с открытой форточкой (в летнее время). Оптимально поддерживать в помещении температуру 18 – 20 градусов. В летний период дошкольники большее время проводят на свежем воздухе при любых погодных условиях. Одежда для прогулок должна быть достаточно комфортной, чтобы не стеснять активных движений.

Закаливание солнечными лучами

Солнечные лучи – довольно интенсивный и опасный фактор закаливания. Начинают закаливание солнцем у детей раннего возраста в тени деревьев, затем переходят на местные солнечные ванны отдельных участков тела (рук, ног, постепенно увеличивая длительность солнечных ванн (10 мин до 30 мин). Делать это надо утром или вечером, тщательно наблюдая за самочувствием малышей. Место, выбранное для приема солнечных ванн, должно быть сухое. Ребенок ложится на подстилку так, чтобы тело было освещено солнцем, а голова находилась в тени (ее можно покрыть панамой). Продолжительность процедуры вначале 5 минут, при этом ребенок меняет положение, подставляя солнцу спину, правый и левый бок, живот. Через каждые 2—3 ванны ко времени облучения прибавляется еще по минуте для каждой стороны тела. Постепенно длительность солнечной ванны можно довести до 25—30 минут. Головной убор и питье – обязательные условия закаливания солнцем.

Закаливание водой

Вода является самым мощным фактором закаливания. Для детей дошкольного возраста в режим дня обязательно вводят мытье рук – утром, перед и после еды, после туалета и прогулки. Кроме гигиенического значения мытье рук прохладной водой выполняет закаливающую роль. Спустя время можно расширить режим закаливания водой – попеременно мыть руки до локтей, шею и лицо теплой и холодной водой. Хорошим закаливающим эффектом обладает полоскание горла прохладной водой после еды и обливание ног водой, начиная с температуры 32 градуса, через 3 дня ее снижают на 1 градус.

Традиционными водными процедурами, которые проводятся в детских садах являются - обтирания, обливания, купание. Помимо традиционных можно использовать специальные методы закаливания водой.

До утренней гимнастики проводится – **полоскание горла** кипяченой водой. Это является весьма эффективным средством для закаливания носоглотки: предупреждения ангин, разрастания миндалин и аденоидов. Игровое упражнение «Кукушечка» проводится под музыкальное сопровождение. На каждое полоскание используют примерно 1/2 – 1/3 стакана воды. Начальная t° воды 23-28 $^{\circ}$ понижая через каждую неделю на 1-2 $^{\circ}$ и постепенно доводить до комнатной t° воды. Полоскание горла прохладной водой со снижением ее температуры является методом профилактики заболеваний носоглотки. Дети старшего дошкольного возраста умеют полоскать горло и начинают эти процедуры при температуре воды +36-37 $^{\circ}$. Температура воды снижается каждые 2-3 дня на 10 и доводится до комнатной температуры.

Хождение босиком

Босохождение оказывает общеукрепляющее воздействие на весь организм. Ведь между подошвой и слизистой оболочкой дыхательных путей существует тесная рефлекторная связь. Так, при местном охлаждении ног у незакаленного человека резко возникает насморк и кашель. Хождение босиком способствует активности термо- и механорецепторов стопы, а значит - надёжной адаптации организма к местному охлаждению.

Хождение босиком, кроме закаливающего воздействия на организм, оказывает массирующее воздействие на стопы, на которых расположены не только терморцепторы, но и активные биологические точки, рефлекторно связанные со всеми частями и органами тела. Через стопы босохождение оказывает тонизирующее воздействие на весь организм.

Весна и лето особенно благоприятны для укрепления здоровья детей. Они должны как можно дольше быть на улице уже с первых весенних дней. Не страшно, если детям придется пробежать по сырой траве, лужам или даже попасть во время прогулки под теплый летний дождь -- это еще больше повысит устойчивость их организма. Опасно только оставлять детей в мокрой одежде. Важно отметить, что, проводя закаливание, следует постоянно помнить об индивидуальном подходе и состоянии здоровья детей. Воспитатель группы ведет дневник закаливания, в котором ежедневно отмечается самочувствие ребенка и применяемые моменты закаливания. Если ребенок по какой-либо причине, в том числе и по болезни, пропустил посещение детского сада, то он по возвращении в первое время получает более слабые холодовые нагрузки. И 2–3 дня после болезни с ребенком не проводится интенсивное закаливание, процесс закаливания с начало.

Эффективно использовать методику солевого закаливания.

Методика солевого закаливания.

Показания: Метод солевого закаливания показан всем детям дошкольного возраста.

Техника: Закаливание проводится после дневного сна под наблюдением воспитателя. Ребенок проходит босиком по фланелевому коврику, смоченному 10% раствором поваренной соли комнатной температуры. Топчутся на коврике в течение 2х минут. Затем дети переходят на второй коврик, стирая соль с подошвы ног, а затем переходят на сухой коврик и вытирают ступни насухо. Важным моментом при проведении закаливания является то, что стопа должна быть предварительно разогрета. С этой целью используется массажеры для стоп, пуговичные и палочные дорожки.

Механизм действия: Механический и химический через термо и хеморецепторы кожи стоп ног. Солевой раствор раздражает хеморецепторы, вызывая расширение “игру”, периферических сосудов стоп. Рефлекторно усиливается теплообразование, увеличивается прилив крови к нижним конечностям и стопам, длительное время сохраняется тепло. Механические действия возникают в результате раздражения биологических точек на подошве.

Оборудование: 3 фланелевых коврика, а) с разнокалиберными нашитыми пуговицами, б) с нашитыми палочками.

10% раствор поваренной соли температуры +10°+18°С, 1 кг соли на 10 л. воды, 0,5 кг на 5 л. воды, 0,25 кг на 2,5 л. воды

Данный метод закаливания доступен и прост, не требует больших материальных затрат и времени, доставляет удовольствие детям. А самое главное обладает выраженным эффектом, играет существенную роль в профилактике простудных заболеваний у детей.