

Принято:
педсоветом МБДОУ «Детский сад № 105»
Протокол №4 от 31.05.2024г.

Утверждено:
Приказом от 31.05.2024г. №
_____ (Шилкина Н.Е.)

**ПЛАН
ЛЕТНЕЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения «Детский сад № 105»**

2023-2024 учебный год

г. Дзержинск, 2024 г.

Цель: создание эффективных условий по сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей с учетом их индивидуальных особенностей, потребностей растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении; пропаганда здорового образа жизни среди всех участников воспитательно-образовательного процесса в летний период.

Задачи

- Совершенствовать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
- Оптимизировать развивающую среду ДООУ в соответствии с требованиями ФГОС, для физического развития детей, организации видов детской деятельности: двигательной, игровой, познавательно-исследовательской, опытно-экспериментальной, элементарного труда в природе (цветник, огород, участок), использования природной и предметно-пространственной среды.
- Повышать профессиональное мастерство педагогов, ориентированных на применение новых педагогических и информационных технологий с целью развития индивидуальных способностей и творческого потенциала каждого ребенка.
- Совершенствовать формы сотрудничества с семьями воспитанников с целью разностороннего развития детей, внедрять дистанционные способы взаимодействия.

Принципы работы

- Учет возрастных, психофизических, индивидуально-личностных особенностей детей при проведении мероприятий в каждой возрастной группе;
- Системность и культуросообразность педагогического процесса;
- Деятельностный подход к организации образовательной деятельности;
- Комплексность и интегративность;
- Формирование положительной мотивации у детей к проведению профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- Интеграция программы профилактики закаливания в детском саду и в семье;
- Повышение эффективности системы профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий за счет соблюдения в ДООУ санитарных правил и нормативов, оптимального двигательного режима и физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплового режима и водоснабжения.

Предполагаемый результат

- Снижение заболеваемости детей дошкольного возраста;
- Оздоровление и закаливание детей в летний период;
- Положительная динамика естественного прироста физического развития детей в летний период;
- Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья.
- Формирование стойкой привычки к здоровому образу жизни, активному и познавательному отдыху детей и родителей в каждой семье.

Организация детской деятельности

Непосредственно образовательная деятельность в летний период не проводится. Работа педагогов строится согласно Расписания занимательных дел (игровая деятельность).

С детьми организуются следующие **виды детской деятельности** исходя из возрастных и индивидуальных особенностей детей:

- **Двигательная:** подвижные игры с правилами, игровые упражнения, внутригрупповые соревнования, физкультурные досуги, развлечения, дни здоровья.
- **Игровая:** сюжетные игры, режиссёрские игры, игры с правилами.
- **Продуктивная:** мастерская по изготовлению продуктов детского творчества, реализация проектов.
- **Коммуникативная:** беседы, ситуативный разговор, речевые ситуации, отгадывание загадок чтение с последующим обсуждением.
- **Трудовая:** дежурства, поручения, задания, реализация проектов.
- **Познавательно-исследовательская:** исследование объектов окружающего мира, наблюдения, интерактивные экскурсии, экспериментирование, коллекционирование, моделирование, реализация проектов.

- **Музыкальная:** слушание, исполнение, импровизация, подвижные игры с музыкальным сопровождением, музыкально-дидактические игры, театрализованные представления, внутригрупповые смотры и конкурсы, тематические досуги.

Формы оздоровительных мероприятий в летний период

1. Утренняя гимнастика. Цель проведения – повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия.

Гимнастика проводится на воздухе в конкретной возрастной группе, включает в себя общеразвивающие 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.

2. 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;
- 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.

3. Двигательные разминки. 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: группа раннего возраста, первая младшая – 5 минут; вторая младшая группа – 6 минут; средняя группа – 8 минут; старшая группа – 10 минут; подготовительная группа – 10 минут.

4. Элементы видов спорта, спортивные упражнения. Способствуют формированию специальных двигательных навыков, воспитанию волевых качеств, эмоций, расширению кругозора детей.

Виды спортивных упражнений:

- футбол;
- баскетбол;
- бадминтон.

Проводятся на воздухе, на игровой или спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции. Продолжительность: средняя группа – 20 минут; старшая группа – 25 минут; подготовительная группа – 30 минут.

5. 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.

Место проведения – спальня. Гимнастика после дневного сна для всех возрастных групп 5 – 10 минут.

6. Индивидуальная работа в режиме дня. Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям. Содействует укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей, исправлению дефектов осанки.

7. Закаливающие мероприятия. Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития индивидуальных особенностей детей:

элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, обливание ног);

- закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями);

Система закаливающих мероприятий

Содержание	Возрастные группы			
	Группа раннего возраста	Первая младшая группа	Средняя (вторая младшая) группа	Старшая (подготовительная) группа
1.1. Воздушно-температурный режим:	от +20 до +22С	от +20 до +22С	от +18 до +20С	от +18 до +20С
Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей	Постоянно	Постоянно	Постоянно	Постоянно
• Одностороннее проветривание				
• Сквозное проветривание (<i>в отсутствие детей</i>): Утром перед приходом детей К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.	Постоянно (<i>в отсутствие детей в группе</i>)	Постоянно (<i>в отсутствие детей в группе</i>)	Постоянно (<i>в отсутствие детей в группе</i>)	Постоянно (<i>в отсутствие детей в группе</i>)
Перед возвращением детей с дневной прогулки	+ 22 С	+ 21 С	+ 20 С	+ 20 С
Во время дневного сна, вечерней прогулки В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении.	+	+	+	+
1.2. Воздушные ванны Прием детей на воздухе	+	+	+	+
• Утренняя гимнастика в летний период на улице.				
• Физкультурные занятия 2 раза в неделю физкультурное занятие в зале при + 18 С. Форма спортивная.				
Одно занятие круглогодично на воздухе				
• Прогулка Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям. при неблагоприятных погодных условиях время сокращается на 30-40 мин.				
• Хождение босиком Ежедневно. В теплое	+	+	+	+

время года при температуре воздуха от +20 С до + 22 С.				
• Дневной сон Обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температуры	+ 20 С	+ 20 С	+ 20 С	+ 20 С
• После дневного сна. В помещении температура на 1-2 градуса ниже нормы	+	+	+	+
1.3.Водные процедуры: • Гигиенические процедуры Умывание; Мытье рук до локтя водой комнатной температуры; Мытье ног.	+	+	+	+

Организационно-управленческая работа

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Распределение обязанностей между административно-управленческим, медицинским, педагогическим и младшим обслуживающим персоналом по благоустройству территории, оборудованию прогулочных площадок в соответствии с СанПиН.	май	зав. Шилкина Н.Е.
2.	Анализ наполняемости групп в летние месяцы для объединения групп и предоставления условий для детей из закрывающихся на лето МБДОУ	май	зав. Шилкина Н.Е.
3.	Проведение инструктажей: - По организации охраны жизни и здоровья детей в детских садах и на детских площадках. -«Охрана жизни и здоровья детей при организации детских праздников, игр» -«Техника безопасности и охрана труда в летних условиях» -«Инструктаж по пожарной безопасности» -«Соблюдение питьевого и санитарно-эпидемиологического режима в летних условиях»	май	ст.воспитатель Гучанова А.С. ст.воспитатель Гучанова А.С. специалист по ОТ Пантеленко Н.П. завхоз Погодина М.А. ст.медсестра Генералова В.С.
4.	Перевод ДОУ на летний режим работы, сообразуясь с погодными условиями: - проведение на воздухе утреннего приема, утренней гимнастики; - проведение на воздухе форм занимательных дел («Двигательная деятельность» и «Музыкальная деятельность»), совместной и самостоятельной деятельности по направлениям развития с учетом ФГОС ДО, особенностей летнего	1 июня	зав. Шилкина Н.Е., ст. воспитатель Гучанова А.С.,, воспитатели всех групп.

оздоровительного периода и интересов детей; - проведение воздушного закаливания, водных процедур согласно графику закаливания; - разработка плана и организация развлечений и экскурсий.		
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

Административно-хозяйственная работа

1.	Обновить (отремонтировать) оборудование на участках: горки, лестницы, домики, песочницы.	май-июнь	зав. Шилкина Н.Е., воспитатели всех групп.
2.	Покрасить оборудование на участках, веранды.	май-июнь	воспитатели всех групп.
3.	Обновить разметку на участках детского сада для развития двигательной активности детей и на территории детского сада для обучения ПДД.	май-июнь	воспитатели всех групп.
4.	Подрезать деревья и кустарники.	май-июнь	завхоз Погодина М.А.
5.	Обеспечить уход за газонами, своевременное скашивание травы.	по мере надобности	завхоз Погодина М.А.
6.	Обеспечить посадку и уход за цветами в цветниках, овощных растений на огороде.	май, по мере надобности	воспитатели всех групп, завхоз Погодина М.А.
7.	Подготовить атрибуты для игр с песком и водой.	май, август	воспитатели всех групп.
8.	Обновить песок в песочницах, следить за его состоянием.	май-июнь, постоянно	воспитатели всех групп.
9.	Окопать деревья и кусты зоны «Лес» на территории МБДОУ, организовать активную трудовую деятельность детей старших групп по уходу за молодыми растениями.	май-август, постоянно	зав. Шилкина Н.Е., ст.воспитатель Гучанова А.С. воспитатели всех групп.
10.	Уход за растениями зоны «Дворик»: окопка и обновление клумб, регулярное рыхление, полив.	май-август, постоянно	Шилкина Н.Е., Гучанова А.С., Погодина Е.В., воспитатели всех групп.
11.	Посадка и уход за цветущими растениями и клумбами зоны отдыха «Цветник». Рассадить растения папоротник около клумбы «Пирамида», прополка, регулярное рыхление, полив.	июнь-июль	Шилкина Н.Е., Гучанова А.С., Погодина Е.В., воспитатели всех групп.
12.	Обновление оформления для огорода, наблюдений детей за ростом огородных растений. Полив, прополка, рыхление.		Погодина Е.В. воспитатели дошкольных групп
13.	Создание условий для профилактики детского дорожно-транспортного травматизма. Создание условий для участия в конкурсе по обучению детей ПДД.	июнь-август	Гучанова А.С., Погодина Е.В.
14.	Создание условий для участия в городских смотрах по комплексному благоустройству территории ДОО	по плану департамента	Шилкина Н.Е., Погодина Е.В.,

		образования	воспитатели всех групп.
--	--	-------------	-------------------------

Методическая работа

1.	Консультирование:		
	«Подвижные игры и упражнения с детьми на природе».	июнь общая	ст.воспитатель Гучанова А.С.
	«Организация музыкальной и изобразительной деятельности на свежем воздухе».	июнь (по запросам)	ст.воспитатель Гучанова А.С., Музыкальный руководитель Наумова А.А.
	«Профилактика и оказанию первой помощи при солнечном ударе».	июнь общая	ст. медсестра Генералова В.С.
	«Игры с водой на прогулке».	июнь (по запросам)	ст.воспитатель: Гучанова А.С.
	«Укрепление здоровья детей через подвижные игры и физкультурные досуги».	июль (по запросам)	инструктор по ф/к Кузнецова О.С..
	«Лекарственные и фитонцидные растения».	июль (по запросам)	ст. медсестра Генералова В.С.
	«Предупреждению детского травматизма, ДТП, охрана труда и выполнение требований техники безопасности на рабочем месте»	август(по запросам)	специалист по ОТ Пантеленко Н.П.
2.	Консультации для будущего учебного года: - «Система планирования взаимодействия с детьми в условиях реализации ФГОС ДО»; - «Участие в интернет-конкурсах и проектах всероссийского уровня».	по запросам июль, август общая август	ст.воспитатель Гучанова А.С
3.	Семинар-практикум: «Совершенствование развивающей предметно-пространственной среды ДОО в условиях реализации ФГОС ДО».	август	ст.воспитатель Гучанова А.С.
4.	Корректировка планов подготовки к новому учебному году.	август	ст.воспитатель Челогузова М.Я.

Организация контроля

Вид контроля	Цель контроля	Объект контроля	Формы контроля	Срок	Ответств.
Предупр.	Организация питьевого режима и второго завтрака	Все группы	собеседование, наблюдения	июнь, июль, август	Шилкина Н.Е., Гучанова А.С. Генералова В.С.
	Проведение утренних гимнастик на воздухе				
	Проведение гимнастик после сна				
	Организация питания				
	Проведение физкультурных занятий на воздухе				
Тематич.	Организация условий для развития навыков безопасного поведения детей.	Все группы	наблюдение, анализ ПРС.	июль	Гучанова А.С. Погодина Е.В.
Операт.	Выполнение плана развлечений в летний период. Соответствие мебели для детей показателям их роста; наличие	Все группы	наблюдения	август	Гучанова А.С. Погодина Е.В.

	списка кроватей, полотенец, посадочных мест				
--	------------------------------------------------	--	--	--	--

Взаимодействие с семьей

1.	Анкетирование родителей с целью выявления уровня удовлетворенности МБДОУ «Детский сад № 105»	май	зав.Шилкина Н.Е. ст.воспитатель Гучанова А.С.
2.	Общее родительское собрание: «Совершенствование образовательного процесса в дошкольном учреждении».	май	зав.Шилкина Н.Е. ст.воспитатель Гучанова А.С.
3.	Групповые консультации: «Позитивное взаимодействие с детьми в период адаптации» (для родителей вновь поступивших детей) «Деятельностный подход к развитию ребенка в летний период»	июнь (по запросам) июль	воспитатели мл.гр., гр.ран.возр. воспитатели ср. – ст. групп.
4.	Досуги : «Наше яркое лето», «Веселый велосипед»	июнь	инструктор по ф/к Кузнецова О.С., муз.руков. Наумова А.А. воспитатели средних, старших групп
5.	Досуг «День семьи любви и верности».	июль-август	музыкальный руководитель Наумова А.А.
6	Привлечение родителей к подготовке групп к новому уч. году.	август	воспитатели всех групп

Взаимодействие с социумом

1.	Участие детей во Всероссийской акции «Окна России»	июнь	воспитатели всех групп
2.	Участие детей в конкурсах городского, федерального и международного уровня.	июнь	Музыкальный руководитель Наумова А.С., воспитатели
3.	Участие детей в городских мероприятиях (по плану департамента образования)	июнь-август	музыкальные руководитель Наумова А.С.
4.	Обеспечить проведение консультирования родителей на тему «Психологическая подготовка детей к школе».	май-июнь	педагог-психолог Погодина Е.В.
5.	Консультирование у ЭБЦ г. Дзержинска по вопросам экологической безопасности.	июнь-июль	Кузнецова О.С., Погодина Е.В.
6	Взаимодействие с Библиотекой семейного чтения им. Горького в дистанционном формате	июнь-август	воспитатели старших групп
7	Участие МБДОУ в городских мероприятиях, смотрах-конкурсов « «Внимание! Светофор!» и пр.	июль-август	ст.воспитатель Гучанова А.С.