

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 5»**

**УТВЕРЖДЕНО:
приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад № 5»
от 29.05.2024 года № 50**

**ПЛАН
ЛЕТНЕЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
на 2023 -2024 учебный год**

«Летний отдых – это не только отдых,
но и особая среда для воспитания и дополнительного
образования детей, развития их способностей»

Д.А.Медведев

Летний период – наиболее благоприятное время для укрепления здоровья и развития детей. Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление организма, сопротивляемость заболеваниям, создание положительных эмоций. В летний период особенно большие возможности предоставлены для организации оптимальной двигательной активности детей, для закаливающих процедур, совершенствования защитных реакций ребенка. Летом все виды деятельности переносятся на воздух. Каждому виду отводится место и время в распорядке дня.

Приоритетными направлениями летом являются:

- физкультурно-оздоровительная работа;
- экологическое воспитание;
- игровая, музыкальная, театрализованная, изобразительная деятельность.

Цель: создание в детском саду условий для организации разноплановой познавательной и оздоровительной деятельности детей, их физического, художественно-эстетического и психического развития.

Задачи:

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья воспитанников, предупреждение заболеваемости и травматизма.
2. Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей, развитие самостоятельности, инициативности, познавательной активности, формирование культурно-гигиенических и трудовых навыков, воспитание нравственных качеств.
3. Проводить осуществление педагогического и санитарного просвещения родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.
4. Повышать профессиональное мастерство и компетентность педагогов по вопросам воспитания и здоровьесбережения детей в летний период.

При планировании оздоровительной работы в ДОУ придерживаемся следующих **принципов:**

- комплексное использование профилактических, закаливающих и оздоровительных технологий;
- непрерывное проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- преимущественное использование немедикаментозных средств оздоровления;
- использование простых и доступных технологий;
- формирование положительной мотивации у детей, медицинского персонала, педагогов к проведению профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;
- интеграция программы профилактики закаливания в семью;
- повышение эффективности системы профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий за счет соблюдения в ДОУ санитарных правил и нормативов, оптимального двигательного режима и физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплового режима и водоснабжения.

Нормативно-правовая база:

Проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий с детьми в летний период регламентирует нормативные документы:

- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г).
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. (с изменениями и дополнениями).
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.09.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (зарегистрировано Минюстом России 18 декабря 2020 г. N 61573).
- Методические рекомендации МР 3.1/2.4.0239-21 «Рекомендации по организации работы организаций отдыха детей и их оздоровления в условиях сохранения рисков распространения COVID-19 в 2021 году», разработанные федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека Российской Федерации.
- Приказ Минобрнауки России от 16.07.2002 № 2715/227/166/19 "О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях РФ".
- Приказ Минздрава России от 04.04.03 № 139 «Об утверждении инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений».
- Методические рекомендации об организации летней оздоровительной работы с детьми в дошкольных учреждениях" от 20.06.1986 № 11-22/6-20.
- Методические рекомендации "Проведение физкультурных занятий на открытом воздухе с детьми 5–7 лет в дошкольных учреждениях» от 29.10.1984 № 11-14/26-6.
- Методические рекомендации по закаливанию детей в дошкольных учреждениях от 16.06.1980 № 11-49/6-29.
- Методические рекомендации по вопросам подготовки к проведению летней оздоровительной кампании 2021 года (утв. Минобрнауки России от 05.04.2021 N ДГ-38/06вн)
- Постановление Правительства РФ от 16 сентября 2020 г. № 1479 «Об утверждении Правил противопожарного режима в Российской Федерации».
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847).
- Образовательная программа дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 5».
- Локальные акты ДОУ.
- Постановление Правительства РФ от 14 мая 2021 г. N 732 «Об утверждении требований к антитеррористической защищенности объектов (территорий), предназначенных для организации отдыха детей и их оздоровления, и формы паспорта безопасности объектов (территорий) стационарного типа, предназначенных для организации отдыха детей и их оздоровления».

Формы работы по образовательным областям:

- социально-коммуникативное развитие – беседы нравственной и патриотической направленности, проектная деятельность, конкурсы, викторины;
- 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;
- физическое развитие – спортивные досуги и праздники, организация условий для двигательной активности, игр с водой, закаливающих процедур.

Ожидаемые результаты:

- повышение функциональных возможностей детей;
- снижение уровня заболеваемости; приобщение к ЗОЖ.
- обогащение знаний детей, повышение интереса детей к окружающему миру, творчеству, познанию, исследовательской деятельности.
- привитие детям навыков экологической культуры..
- развитие умения выражать себя в музыкальной, театрализованной деятельности.
- повышение эмоционального благополучия детей.
- благоустройство территории детского сада с учетом потребностей и интересов воспитанников, педагогов и родителей (законных представителей).

Формы организации детской деятельности в летний период.

Продолжительность занятий:

Вторая младшая группа - 15 минут

Средняя группа — 20 минут

Старшая группа. — 25 минут

Подготовительная группа — 30 минут

Направление развития и образования	Содержание
Социально-коммуникативное	<ul style="list-style-type: none"> • беседы нравственной и патриотической направленности; • проектная деятельность; • конкурсы, викторины
Познавательное	<ul style="list-style-type: none"> • экспериментирование; • познавательно-исследовательская деятельность; • проектная деятельность
Речевое	<ul style="list-style-type: none"> • беседы; • дидактические игры; • проектная деятельность; • приобщение к художественной литературе

Направление развития и образования	Содержание
Художественно-эстетическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • выставки продуктивной деятельности; • театрализованная деятельность; • музыкально-художественная деятельность; • конструктивная деятельность
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • двигательная активность; • подвижные игры и игровые упражнения; • спортивные игры; • спортивные досуги и праздники; • игры с песком и водой; • закаливающие мероприятия

Формы организации двигательной активности детей в летний период.

1. Занятия по физическому развитию - это основная форма организованного систематического обучения детей физическим упражнениям. Организация занятий по физическому развитию 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 1 раз в неделю в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после ее спада).

Продолжительность организованной образовательной деятельности:

Вторая младшая группа - 15 минут

Средняя группа — 20 минут

Старшая группа. — 25 минут

Подготовительная группа — 30 минут.

2. Музыкально-ритмическая 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.

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: школа мяча (бадминтон, футбол, баскетбол), школа скакалки, игры-эстафеты

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.
- 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. Физкультурно-спортивная деятельность.

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; 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:

средняя группа – 10 минут; старшая группа — 12 минут; подготовительная группа — 15 минут.

6. Бодрящая гимнастика.

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.

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 упражнениям).

Организационно-методическая деятельность

<i>Содержание работы</i>	<i>Сроки</i>	<i>Ответственные</i>
<u>Работа с кадрами</u>		
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Консультации: «Организация работы с детьми в летний оздоровительный период» «Организация детской экспериментальной деятельности в летний период» «Организация детского творчества летом» ➤ Инструктажи: - профилактика детского травматизма; - охрана жизни и здоровья детей в летний период; - профилактика пищевых отравлений и кишечных инфекций; - организация и проведение походов и экскурсий за пределы детского сада; - организация и проведение спортивных и подвижных игр; - правила оказания первой помощи; - предупреждение отравления детей ядовитыми растениями и грибами; - организация питьевого режима; - охрана труда и выполнение требований техники безопасности на рабочем месте; - пожарная безопасность в летний период. ➤ Оснащение педагогического процесса в соответствии с ФГОС ДО и ФОП ДО: - оформление стенда по летней-оздоровительной работе; - составление перспективного плана работы на летний период; ➤ Мастер-класс «Летние творческие мастерские» (фотоотчет) ➤ Выставка в методическом кабинете «Работа с детьми в летний период» ➤ Индивидуальная работа по запросам педагогов 	<p style="text-align: center;">консультации май</p> <p style="text-align: center;">июнь- август</p> <p style="text-align: center;">май-июнь</p> <p style="text-align: center;">в течение ЛОР</p>	<p style="text-align: center;">старший воспитатель</p> <p style="text-align: center;">старший воспитатель</p> <p style="text-align: center;">зав.хозяйством</p> <p style="text-align: center;">старший воспитатель</p> <p style="text-align: center;">воспитатели групп старший воспитатель</p>

<p style="text-align: center;"><u>Работа с родителями</u></p> <p>➤ Информационная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - режим дня в летний период; - распорядок деятельности летом. <p>Рекомендации для родителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - закаливание детей «Солнце, воздух и вода»; - организация летнего отдыха детей; - познавательно - речевое развитие детей; - значение двигательной активности летом; - использование нетрадиционных техник для творческих работ; - здоровьесбережение детей дошкольного возраста: «Первая помощь», «Солнечный удар», «Остерегайтесь клещей», «Внимание, ядовитые растения», «Предупреждение инфекций»; «Опасные предметы дома» <p>➤ Участие родителей в благоустройстве и озеленении участка.</p> <p>➤ Включение вопросов по организации летне-оздоровительной работы на родительских собраниях</p>	<p style="text-align: center;">в течение ЛОР</p>	<p style="text-align: center;">старший воспитатель, воспитатели групп</p> <p style="text-align: center;">воспитатели</p>
---	--	--

Список литературы

1. Белая, К.Ю., Сотникова, В.М. Разноцветные игры [Текст] / К.Ю. Белая, В.М. Сотникова. – М.: Линка-пресс, 2012. – 336 с.
2. Доронова, Т.Н. Играют взрослые и дети: из опыта работы дошкольных образовательных учреждений России [Текст] / Т.Н. Доронова – М.: Линка-пресс, 2016. – 208 с.
3. Пенькова, Л.А. Под парусом Лето плывет по Земле [Текст] : методическое пособие для работников дошкольных учреждений, студентов педагогических вузов и колледжей / Л.А. Пенькова. – М.: Линка-пресс, 2016. – 288 с.
4. Программа воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы»/ под ред.Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой. - 3-е изд., исп. и доп. – М.: Мозаика – Синтез, 2015. – 358 с.
5. Дубровский, В.И. Валеология: Здоровый образ жизни [Текст]: учебное пособие / В.И. Дубровский. – М.: Флинта, 2011.
6. Карепова, Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников [Текст]: планирование, система работы / Т.Г. Карепова. – Волгоград : Учитель, 2011. – 170
7. Картушина, М.Ю. Зеленый огонек здоровья. [Текст]: программа оздоровления дошкольников / М.Ю. Картушина. - М.: ТЦ Сфера, 2013, 2-е изд. – 208 с. - (Детский сад с любовью).
8. Картушина, М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6 лет [Текст] / М.Ю. Картушина. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 128 с. - (Серия «Вместе с детьми»).
9. Ковалько, В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников [Текст] : практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы) / В.И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2005. – 176 с. – (Дошкольники: учим, развиваем, воспитываем).
10. Кузнецова, М.Н. Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ [Текст]: практическое пособие / М.Н. Кузнецова. – М.: Айрис – пресс, 2012. – 112 с. – (Дошкольники: воспитание и развитие).
11. Никанорова, Т.С., Сергиенко, Е.М. Здоровячок. Система оздоровления дошкольников [Текст] / Т.С. Никанорова, Е.М. Сергиенко. – Воронеж: Ч.П. Лакоценин С.С., 2013. – 96 с.
12. Новикова, И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет [Текст] / И.М. Новикова. – М.: Мозаика – Синтез, 2013. – 96 с.
13. Оздоровление детей в условиях детского сада [Текст] / под ред. Л.В. Кочетковой. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 112 с. – (Библиотека руководителя ДОУ).
14. Павлова, М.А., Лысогорская, М.В. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения [Текст]: модели программ, рекомендации, разработки занятий / авт. – сост. М.А. Павлова, М.В. Лысогорская, канд. психол. наук. – Волгоград: Учитель, 2011. – 186 с.
15. Пензулаева, Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3 – 7 лет [Текст]: комплексы оздоровительной гимнастики / Л.И. Пензулаева. – М.: Мозаика – Синтез, 2014. – 128 с.
16. Полтавцева, Н.В. Физическая культура в дошкольном детстве [Текст]: пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми седьмого года жизни / Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова. – М.: Просвещение, 2015 - 271 с.
17. Харченко, Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников [Текст] / Т.Е. Харченко. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2016. – 96 с.
18. Чупаха, И.В., Лужаева, Е.З., Соколова, И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно – воспитательном процессе [Текст] / И.В. Чупаха, Е.З. Лужаева, И.Ю. Соколова. – М.: Илекса, Народное образование; Ставрополь: Ставрополь сервис школа, 2014. – 400 с.
19. Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847).