

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 5»

**УТВЕРЖДЕНО:**  
приказом заведующего  
МАДОУ «Детский сад № 5»  
от 29.05.2025 года № 47



**ПЛАН  
ЛЕТНЕЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
на 2024 -2025 учебный год**

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«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 продолжается систематическая и полномочная работа по разделам программ. Каждому виду отводится место и время в расписании дня. Большинство видов деятельности проводится на воздухе. Каждому виду отводится место и время в расписании дня.

Приоритетными направлениями дошкольного учреждения летом являются:

- физкультурно-оздоровительная работа
- экологическое воспитание;
- игровая деятельность детей.
- музыкальная деятельность детей.
- театрализованная деятельность детей.
- продуктивная деятельность детей.
- Трудовая деятельность детей.

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

**Реализация задач по образовательным областям на летний период (согласно ФГОС ДО)**

Планируемые результаты: реализация плана летней оздоровительной работы с воспитанниками отвечает требованиям ФГОС ДО и позволяет обеспечивать развитие детей в различных образовательных областях:

**«Физическое развитие»:**

- приобретение двигательного опыта в различных видах деятельности детей, развитие психофизических качеств (быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость);
- развитие равновесия, ориентировки в пространстве;
- овладение движениями (ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки);
- обучение подвижным играм, спортивным упражнениям и элементам спортивных игр (баскетбол, футбол, хоккей, бадминтон, кегли и другое);
- воспитание интереса к различным видам спорта;
- приобщение к здоровому образу жизни, формирование представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления, правилах безопасного поведения в разных видах двигательной деятельности, воспитание бережного отношения к своему здоровью.

способствовать предупреждению заболеваемости и детского травматизма.

**«Художественно-эстетическое развитие»:**

активизировать воображение, инициативу, творчество ребенка.

развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания мира природы и произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного);

становление эстетического и эмоционально-нравственного отношения к окружающему миру;

формирование художественных умений и навыков в разных видах деятельности (рисовании, лепке, аппликации, пении, игре на детских музыкальных инструментах, музыкально-ритмических движениях, словесном творчестве и другое);

реализацию художественно-творческих способностей ребенка в повседневной жизни и различных видах досуговой деятельности (праздники, развлечения и другое);

развитие и поддержку самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивной, музыкальной, художественно-речевой, театрализованной и другое).

**«Познавательное развитие»:**

развитие любознательности, интереса к познавательной деятельности;

освоение мыслительных операций, воображения;

формирование представлений об объектах окружающего мира;

формирование основ экологической культуры, знаний об особенностях и многообразии природы Родного края, о роли человека в природе, правилах поведения в природной среде, воспитание гуманного отношения к природе;

формирование представлений о себе и ближайшем социальном окружении.

**«Речевое развитие»:**

владение речью как средством коммуникации, познания и самовыражения;

развитие звуковой и интонационной культуры речи;

обогащение активного и пассивного словарного запаса;

развитие грамматически правильной и связной речи (диалогической и монологической);

ознакомление с литературными произведениями различных жанров (фольклор, художественная и познавательная литература), формирование

их осмысленного восприятия.

**«Социально-коммуникативное развитие»:**

усвоение норм, правил поведения, принятых в российском обществе;

развитие общения со сверстниками, формирование готовности к совместной деятельности и сотрудничеству;

формирование основ гражданственности и патриотизма;

развитие эмоциональной отзывчивости и сопереживания;

развитие самостоятельности и инициативности, планирования и регуляции ребенком собственных действий;

формирование позитивных установок к различным видам труда;

- формирование основ социальной навигации и безопасного поведения в быту и природе, социуме.

#### **Задачи работы с педагогами:**

- Повышение компетентности педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы.
- Работа по гигиеническому воспитанию воспитанников.

#### **Задачи работы с родителями:**

- Повышение компетентности родителей в вопросах организации летнего отдыха детей.
- Привлечение семей к участию в воспитательном процессе на основе педагогики сотрудничества.
- Осуществление педагогического и санитарного просвещения родителей по вопросам воспитания и оздоровления.

План летней оздоровительной работы детского сада представлен в виде системы профилактических, оздоровительных и воспитательно-образовательных мероприятий. Данная система мероприятий направлена на рациональное осуществление совместными усилиями педагогических работников и узких специалистов детского сада комплекса мер, которые способствуют укреплению здоровья и развитию растущего организма.

## **2. ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ**

- поддержка разнообразия детства в летний период;
- учет возрастных и психофизических возможностей и особенностей детей;
- деятельности подход к организации образовательного процесса;
- интеграция разных видов детской деятельности;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых;
- взаимодействие детского сада и семьи.

## **3. ФОРМЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ**

### **1. 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.

### **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; • 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.

### 3. Двигательные разминки (физкультурные минутки, 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;
- упражнения на формирование правильной осанки;
- упражнения на формирование свода стопы.

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

### 4. 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.

5. Гимнастика пробуждения. Гимнастика после дневного сна. Гимнастика сюжетно-игрового характера. Разминка после сна проводится с использованием различных упражнений:

- с предметами и без предметов;
- на формирование правильной осанки;
- на формирование свода стопы;
- имитационного характера;
- сюжетные или игровые;
- с простейшими тренажерами (гимнастические мячи, гантели, утяжелители, резиновые кольца, эспандер);
- на развитие мелкой моторики;
- на координацию движений;
- в равновесии.

6. 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. Содействует укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей, исправлению дефектов осанки. Проводится в спортивном зале или на спортивной площадке. Время устанавливается индивидуально.

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

- элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой);
- закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями, хождение босиком).

**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 организованной образовательной деятельности:

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"><li>• беседы нравственной и патриотической направленности;</li><li>• проектная деятельность;</li><li>• конкурсы, викторины.</li></ul>
Познавательное	<ul style="list-style-type: none"><li>• экспериментирование;</li><li>• познавательно-исследовательская;</li></ul>

Направление развития и образования	Содержание
Речевое	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проектная деятельность.</li> <li>• беседы;</li> <li>• дидактические игры;</li> <li>• проектная деятельность;</li> <li>• приобщение к художественной литературе</li> </ul>
Художественно-эстетическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• выставки продуктивной деятельности;</li> <li>• театрализованная деятельность;</li> <li>• музыкально-художественная деятельность;</li> <li>• конструктивно-модельная деятельность.</li> </ul>
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• двигательная активность;</li> <li>• спортивные досуги и праздники;</li> <li>• игры с песком и водой;</li> <li>• закалывающие мероприятия</li> </ul>

### 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 упражнениями).

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки	Ответственные
<b>ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b>			
1.	Календарно-тематическое планирование (тематических недель) согласно методическим рекомендациям «Особенности планирования воспитательно – образовательной работы в летний период»	Июнь-август	Старший воспитатель
2.	Работа с детьми по предупреждению бытового и дорожного травматизма (беседы, развлечения, игры по ознакомлению с ПДД, экскурсии) Июнь-август Воспитатели 4	Июнь-август	Воспитатели
3.	Экологическое воспитание детей: беседы, прогулки, экскурсии, наблюдения, эксперименты с живой и неживой природой, проектная деятельность, трудовая деятельность в природе (на клумбе, в цветнике, с природным бросовым материалом)	Июнь-август	Старший воспитатель, воспитатели
4.	Посещение библиотеки	Июнь-август	
5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация игровой деятельности:</li> <li>• Сюжетно-ролевые игры;</li> <li>• Театрализованные игры;</li> <li>• Подвижные игры на свежем воздухе;</li> <li>• Дидактические игры;</li> <li>• Народные, хороводные, музыкальные игры;</li> <li>• Игры с песком и водой;</li> <li>• Эстафеты, спортивные развлечения</li> </ul>	Июнь-август	воспитатели, инструктор по физическому воспитанию
6.	<p>Организация физкультурно-оздоровительной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Длительное пребывание на свежем воздухе;</li> <li>• Проведение гимнастики на свежем воздухе.</li> <li>• Проведение спортивных игр, упражнений (городки, бадминтон, футбол, волейбол).</li> <li>• Прогулки – походы;</li> <li>• Спортивные развлечения</li> </ul>	Июнь-август	Воспитатели, инструктор по физическому воспитанию
<b>ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ</b>			
7.	<p>Организация детских видов деятельности (планы работы воспитателей)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседы. Чтение художественной литературы, обсуждение сюжетов произведений.</li> <li>• Наблюдения на участке. Опытно-экспериментальная деятельность.</li> </ul>	В течение всего периода	Воспитатели

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Элементарный бытовой труд.</li> <li>• Сюжетно-ролевые, дидактические, подвижные, музыкальные, хороводные развивающие игры.</li> <li>• Конкурсы детских рисунков.</li> <li>• Самостоятельное творчество.</li> </ul>		
8.	<p>Оздоровительно-закаливающие мероприятия</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прием детей, утренняя гимнастика на свежем воздухе.</li> <li>• Солнечные и воздушные ванны.</li> <li>• Длительное пребывание детей на воздухе.</li> <li>• Соблюдение воздушного режима в помещении.</li> <li>• Мытье ног после прогулки.</li> <li>• Дневной сон без маек.</li> <li>• Ходьба босиком по «тропинке здоровья» на участках, по корригирующим и массажным коврикам в группе.</li> <li>• Пальчиковая гимнастика.</li> <li>• Игры с оборудованием, повышающим двигательную активность (мячи, скакалки, бадминтон и т.д.).</li> <li>• Игры с водой на прогулке, подвижные и спортивные игры.</li> </ul>	В течение всего периода	Воспитатели
<b>ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ</b>			
9.	<p>Проведение инструктажей</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Охрана жизни и здоровья детей в летний период;</li> <li>• Организация и проведение спортивных и подвижных игр;</li> <li>• Предупреждение отравления детей ядовитыми растениями и грибами;</li> <li>• Профилактика детского травматизма;</li> <li>• Охрана труда и выполнение требований техники безопасности на рабочем месте.</li> </ul>	Июнь	Ст. воспитатель, Завхоз
10.	<p>Консультации:</p> <p>«Организация работы с детьми в летний оздоровительный период»</p> <p>«Организация детской экспериментальной деятельности в летний период»</p> <p>«Организация детского творчества летом»</p>	Июнь	Старший воспитатель
11.	<p>Оперативный контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнение инструктажа по охране жизни и здоровья детей, противопожарной безопасности, профилактике дорожно- транспортного травматизма, безопасности на участке и территории детского сада</li> <li>• Максимальное пребывание детей на свежем воздухе (утренний прием,</li> </ul>	В течение всего периода	Старший воспитатель

	<p>гимнастика, прогулки, развлечения)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнение оздоровительных закаливающих процедур, использование разнообразных форм и методов физического воспитания (занятия, целевые прогулки, спортивные праздники и развлечения, спортивные игры и упражнения)</li> <li>• Создание условий, обеспечивающих охрану жизни и здоровья детей, предупреждение детской заболеваемости и травматизма</li> <li>• Организация и интеграция различных видов деятельности, соблюдение режима дня</li> <li>• Ведение документации</li> <li>• Организация питания и питьевого режима</li> </ul>		
--	--	--	--

## ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате реализации летней оздоровительной компании «Лето-2025» у детей:

- сохранятся и укрепятся физическое, психическое здоровье с учетом их индивидуальных особенностей и потребностей;
- расширятся и уточнятся доступные детям знания и представления об объектах природы и природных явлениях, сформируются основы экологической культуры, туристическо-краеведческих знаний и умений;
- в результате активной санитарно-просветительной работы среди всех участников образовательного процесса дети, родители, сотрудники станут более ответственно относиться к здоровью и овладеют необходимыми знаниями и навыками здоровьесбережения;
- включение в реализацию Программы всех участников образовательного процесса (воспитанников и их семей, сотрудников ДОУ, представителей социума) упрочнит партнерские связи, укрепит взаимопонимание, позволит расширить социальный опыт детей, будет способствовать освоению детьми общечеловеческих ценностей, даст детям положительную модель для подражания, закладывая основы патриотического и гражданского мировоззрения.