

**муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение
«Сертоловский детский сад комбинированного вида № 2»**

**Принято:
Педагогическим советом
протокол № 1 от «30» августа 2024 г.**

**Утверждено:
Приказ № 121 от «30» августа 2024 г.**

**Приложение № 16 к плану работы:
план работы на летний оздоровительный период работы
на 2024-2025 учебный год
(основное здание ул. Молодёжная 1Б)**

г. Сертолово
2024 г.

**План работы на летний оздоровительный период работы
на 2024-2025 учебный год
(основное здание ул. Молодёжная 1Б)**

Цель: эффективно использовать благоприятные для укрепления здоровья детей время летнего отдыха.

Задачи:

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
2. Реализовать систему мероприятий, направленную на оздоровление и физическое развитие детей, их нравственное воспитание, развитие любознательности и познавательной активности, формирование культурно-гигиенических и трудовых навыков.
3. Осуществить педагогическое и медицинское просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

Формы оздоровительных мероприятий в летний период

Формы работы	Содержание	Условия организации			ответственный
		место	время	Продолжительность мин.	
<p>Утренняя гимнастика Цель проведения - повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия</p>	<p>Традиционная гимнастика (включает простые гимнастические упражнения с обязательным введением дыхательных упражнений):</p> <ul style="list-style-type: none"> • с предметами и без предметов; • на формирование правильной осанки; • на формирование свода стопы; • имитационного характера; • с использованием крупных модулей; 	На воздухе (в дождливую погоду в зале)	Ежедневно перед завтраком	младший-7 старший - 8	Воспитатели
<p>Физическая культура Это основная форма организованного, систематического обучения детей физическим упражнениям. Организация деятельности должна исключать возможность перегрузки</p>	Упражнения подбираются в зависимости от задач занятия, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования и пр. Виды занятий: традиционное, тренировочное, сюжетное (игровое), контрольное, занятие	На воздухе, на площадке (в дождливую погоду в зале)	в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после ее спада)	Младший возраст – 20 старший - 25	Инструктор по ФИЗО Воспитатели

<p>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</p>	<p>ритмической гимнастикой. Используются организованные формы занятий с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), праздники, развлечения</p>		<p>3 раза в неделю – дошкольный возраст</p>		
<p>Подвижные игры Рекомендуются игры средней и малой подвижности. Выбор игры зависит от педагогических задач, подготовленности, индивидуальных особенностей детей</p>	<p>Виды игр:</p> <ul style="list-style-type: none"> • сюжетные (использование при объяснении сказки или сюжетного рассказа); • несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания (новые, углубленно разучиваемые, на этапах закрепления и совершенствования); • дворовые; • народные; • с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол) 	<p>На воздухе, на площадке</p>	<p>Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции</p>	<p>Для всех возрастных групп - 10-20</p>	<p>Воспитатели</p>
<p>Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы). Выбор зависит от интенсивности и вида предыдущей деятельности</p>	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • упражнения на развитие мелкой моторики; • ритмические движения; • упражнения на внимание и координацию движений; • 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 	<p>На воздухе, на игровой площадке</p>	<p>Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции</p>	<p>Младший возраст - 6 старший - 8</p>	<p>воспитатель</p>

<p>Элементы видов спорта, спортивные упражнения Способствуют формированию специальных двигательных навыков, воспитанию волевых качеств, эмоций, расширению кругозора детей</p>	<p>Виды спортивных упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none"> • катание на самокатах; • езда на велосипеде; • катание на роликовых коньках; • футбол; • баскетбол; • бадминтон. <p>Прикладное значение спортивных упражнений: восприятие соответствующих трудовых навыков и бережное отношение к инвентарю</p>	<p>На воздухе, на игровой площадке</p>	<p>Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции</p>	<p>Младший возраст - 6 старший —8</p>	<p>Воспитатели</p>
<p>Гимнастика пробуждения</p>	<p>Гимнастика сюжетно-игрового характера «Сон ушел. Пора вставать. Ножки, ручки всем размять»</p>	<p>Спальня, кровати</p>	<p>Ежедневно после дневного сна</p>	<p>Для всех возрастных групп — 3</p>	<p>воспитатели</p>
<p>Гимнастика после дневного сна</p>	<p>Разминка после сна с использованием различных упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 	<p>Спальня или групповое помещение при открытых окнах режима минимального проветривания</p>	<p>Ежедневно после дневного сна</p>	<p>Для всех возрастных групп - 7</p>	<p>Воспитатели</p>

Закаливающие мероприятия	<p>Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой) • закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, солнечные процедуры в сочетании с физическими упражнениями); • специальные солнечные процедуры назначаются медицинским работником 	<p>С учетом специфики закаливающего мероприятия</p>	<p>По плану и в зависимости от характера закаливающего мероприятия</p>	<p>По усмотрению медицинских работников</p>	<p>воспитатели</p>
Индивидуальная работа в режиме дня	<p>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</p>	<p>В спортивном зале, в физуголках в группе</p>	<p>Устанавливается индивидуально</p>	<p>Устанавливается индивидуально</p>	<p>воспитатели</p>
Праздники, досуг, развлечения	<p>Способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями</p>	<p>На воздухе, на групповой площадке</p>	<p>Физпраздник 1 раз в квартал, физдосуг – 1 раз в месяц, развлечения – 1 раз в месяц</p>	<p>Мл. – 15-20 старш. – 20-25 минут</p>	<p>Инструктор по ФИЗО Воспитатели</p>

**Календарно-тематический план работы
в летний период в МДОБУ «Сертоловский ДСКВ № 2»
на 2024 – 2025 учебный год**

Группы младшего дошкольного возраста		Группы старшего дошкольного возраста	
ИЮНЬ			
1	Неделя любимых игр Международный день защиты детей	Здравствуй, лето. Международный день защиты детей	
2	Ребенок в мире людей День России	Ребенок в мире людей День России. Мы читаем А.С. Пушкин	
3	Неделя веселых игр и забав Международный день друзей	Неделя веселых игр и забав Международный день друзей Мы читаем С.Я. Маршак, К. Чуковский	
4	«Лето красное пришло»	Неделя экспериментов «Лето красное пришло» Мы читаем А. Барто	
ИЮЛЬ			
1	Мое летнее путешествие День семьи	Мое летнее путешествие День семьи	
2	«Книжкина неделя»	«Книжкина неделя»	
3	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья «День воды»	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья «День воды»	
4	Вальс цветов «Люблю берёзку русскую»	Вальс цветов «Люблю берёзку русскую»	
АВГУСТ			
1	«День физкультурника»	«День физкультурника»	
2	«Неделя доброты»	«Неделя доброты»	
3	Край, в котором мы живем С чего начинается Родина «День птиц»	Край, в котором мы живем С чего начинается Родина «День птиц»	
4	До свиданья, Лето! «День города Сертолово»	До свиданья, Лето! «День города Сертолово»	