

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ  
« Лицей № 11 »

**План работы  
на летний оздоровительный период  
муниципального автономного  
общеобразовательного учреждения  
«Лицей № 11»**

**дошкольное отделение**

**с 01.06.2021г. по 31.08.2021г.**

2021г.

## **План летней оздоровительной работы**

**Цель:** объединить усилия работы педагогического коллектива и родителей воспитанников для создания в дошкольном отделении максимально эффективных условий для организации оздоровительной работы в летний период, и развития познавательного интереса, воспитанников.

### **Задачи:**

- создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма;
- укреплять здоровье детей путем повышения адаптационных возможностей организма, развивать двигательные и психические способности, способствовать формированию положительного эмоционального состояния, совершенствовать речь детей, обогащать знания детей об элементарных экологических представлениях;

### **Нормативно-правовая база.**

- Проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий с детьми в летний период регламентирует нормативные документы:
  - Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДОУ СанПин 2.4.1.3049-13.
  - Приказы.

## **Методическое обеспечение интеллектуальной и двигательной деятельности детей**

### **1. Программы:**

#### **а) основная:**

- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы.

#### **б) парциальные:**

- Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду»;
- А.И.Буренина «Ритмическая мозаика»;
- Н.Н.Авдеева «Основы безопасности детей старшего дошкольного возраста»

### **2. Литература:**

#### **а) методическая:**

- методические разработки и программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы.
- В.Т. Кудрявцев «Развивающая педагогика оздоровления»;
- Н. Авдеева «Основы безопасности детей старшего дошкольного возраста».

#### **б) художественная:**

- русские народные сказки;
- сказки русских писателей;
- сказки зарубежных писателей;
- «Хрестоматия для дошкольников» составители В.В. Гербова, Л.Н. Елисеева, Н.П. Ильчук;
- потешки, небылицы, путаницы, загадки.

## **Примерный комплекс мероприятий по оздоровлению детей в летний период в ДО**

### **СОЛНЕЧНЫЕ ВАННЫ**

В первые дни продолжительность процедуры не должна превышать 5-6 мин. Постепенно, после появления загара, продолжительность может быть увеличена до 10 мин. Наиболее благоприятны для солнечных ванн утренние часы с 9 до 11 часов. Во время прогулки солнечную ванну можно повторить 2-3 раза.

### **ВОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ**

Обливание стоп из лейки лучше проводить перед тихим часом. Начальная температура воды 28 градусов. Каждую неделю температура воды понижается до 16-18 градусов. После обливания ноги вытирают насухо.

### **НОЖНЫЕ ВАННЫ**

Проводят после соответствующей подготовки обливанием стоп. Ноги (нижняя треть голени) опускают в таз с водой при температуре 30-32 градуса. Продолжительность ванн от 2-3 до 4-5 минут. Каждую неделю температура воды понижается и доводится до 15-18 градусов.

### **ХОЖДЕНИЕ БОСИКОМ**

При наличии чистого, травяного покрытия или гладкого грунта дети могут принимать воздушные ванны и играть в подвижные игры босиком, что оказывает существенный закаливающий эффект и является профилактикой плоскостопия. Можно сделать дорожку из гальки, чтобы повысить эффективность закаливания в тёплые дни (+22 градуса и выше), дорожку поливать водой.

### **ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ**

Ежедневная организация двигательной активности на игровом участке, спортивном участке, с использованием полосы препятствий в обязательном сопровождении воспитателей или инструктора по физической культуре.

## План работы на летне-оздоровительный период.

№	Содержание работы	Сроки	Ответственные
<b>Организационная работа</b>			
1	Подготовка материально-технической базы и предметно-развивающей среды ДО к летнему оздоровительному периоду.	Май	Руководитель ДО, Старший воспитатель, Воспитатели, специалисты
2	Перевод ДО на летний режим работы: - Увеличение времени пребывания детей на свежем воздухе; - увеличение дневного сна до 15.30	Май	Руководитель ДО, Старший воспитатель, медсестра
<b>Воспитательно-образовательная работа с детьми</b>			
1	Разработка календарно-тематического планирования (тематических недель) на основе интеграции всех видов детской деятельности	Май	Заместитель заведующего по ВМР, Воспитатели, специалисты
2	Работа с детьми по предупреждению бытового и дорожного травматизма (беседы, развлечения, игры по ознакомлению с ПДД)	Июнь, июль, август	Воспитатели групп
3	Экологическое воспитание детей (беседы, прогулки, экскурсии, наблюдения, эксперименты с живой и неживой природой, трудовая деятельность в природе)	Июнь, июль, август	Воспитатели групп
<b>Оздоровительная работа с детьми</b>			
1	Осуществление различных закаливающих мероприятий в течение дня, максимальное пребывание детей на свежем воздухе (воздушные, солнечные ванны, закаливание водой, корригирующие упражнения для профилактики плоскостопия, нарушений осанки).	Июнь, июль, август	Медсестра, Воспитатели групп, Инструктор ФК
2	Создание условий для повышения двигательной активности детей на свежем воздухе (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, целевые прогулки, спортивные игры, развлечения, гимнастика после сна, соревнования и др.)	Июнь, июль, август	Воспитатели групп, Инструктор ФК
<b>Работа с родителями воспитанников</b>			
1	Оформление уголка для родителей в группах (режим дня, рекомендации по организации совместной работы семьи и ДО в летний период).	июнь	Воспитатели групп
2	Оформление «Уголка здоровья для родителей»: • организация закаливающих процедур. • профилактика кишечных инфекций;	июнь	Воспитатели групп, медсестра
3	Консультация для родителей вновь поступивших детей «Адаптация детей к условиям детского сада».	Июль, август	Педагог психолог
4	Проведение совместных праздников и развлечений.	В течение лета	Руководитель ДО, Старший воспитатель, Воспитатели групп,
<b>Контроль и руководство оздоровительной работой</b>			
1	Выполнение инструкций по охране жизни и здоровья	Июнь, июль,	Руководитель ДО,

	детей	август	Старший воспитатель, медсестра
2	Организация питания (витаминизация, контроль калорийности пищи, документация по питанию)	Июнь, июль, август	Медсестра
3	Соблюдение режима дня в летний период.	Июнь, июль, август	Руководитель ДО, Старший воспитатель, медсестра
4	Закаливание.	Июнь, июль, август	Медсестра, Воспитатели групп
5	Работа с родителями.	Июнь, июль, август	Руководитель ДО, Старший воспитатель
<b>Методическая работа</b>			
1	Разработка плана летней оздоровительной работы.	Май	Руководитель ДО, Старший воспитатель
2	Консультации для воспитателей: «Организация активного отдыха в летний период»; «Игровые технологии в экологическом воспитании»; «Условия и формы организации труда дошкольников в природе».	Май Июнь	Руководитель ДО, Старший воспитатель
3	Индивидуальная работа с воспитателями (по запросам).	Июнь, июль, август	Руководитель ДО, Старший воспитатель
4	Организация смотров-конкурсов на уровне ДОУ.	Июнь, июль, август	Руководитель ДО, Старший воспитатель
<b>Работа с персоналом</b>			
1	Беседа с сотрудниками ДО: - по организации охраны жизни и здоровья детей; - предупреждению детского травматизма; - предупреждение отравлений ядовитыми растениями и грибами.	Июнь	Руководитель ДО, Старший воспитатель

## Праздники, досуги, развлечения, конкурсы.

Дни недели	Мероприятия	Ответственные
<b>Июнь</b>		
01.06 – 4.06	<b>Тема недели: «Международный день защиты детей»</b> 1. Спортивный праздник, посвященный Дню защиты детей 2. Конкурс поделок из природного и бросового материалов, оригами (в том числе дистанционная форма). 3. Пушкинский день в России.	Воспитатели всех групп, муз.руководитель.
07.06-11.06	<b>Тема недели: «День России»</b> 1. Развлечение « Урок России» 2. Конкурс творческих работ «Моя Россия» (в том числе дистанционная форма). 3. Выставка творческой мастерской: «Российский флаг» (в том числе дистанционная форма)	Музыкальный руководитель, Воспитатели всех групп.
14.06-18.06	<b>Тема недели: «День здоровья»</b> 1. Выставка плакатов «Секреты здоровья» (в том числе дистанционная форма) 2. Физкультурное занятие «Крепыши»	Воспитатели всех групп
21.06-30.06	<b>Тема недели: «День – природы»</b> 1. Конкурс рисунков и картин - зарисовок с природы, на природе (в том числе дистанционная форма) 2. Беседа о воде (природа создала разную воду: морскую, речную, озерную, дождевую, талую и т.д.) (в том числе дистанционная форма) 3. Работа на экологической зоне, полив цветов и растений. 3. Акция по ПДД « Дети летом на велосипедах» (в том числе дистанционная форма).	Воспитатели всех групп, инструктор ст. воспитатель
<b>Июль</b>		
01.07-09.07	<b>Тема недели: «День – здоровья»</b> 1. Развлечение «Здравствуй, доктор Айболит» 2. Досуг «Дышит лето ветерком, на прогулку мы идем» 3. День для себя «Никто не заботится о тебе лучше, чем ты сам»	Воспитатели всех групп
12.07-16.07	<b>Тема недели: «День - семьи»</b> 1. Творческий конкурс «Ладочки моей семьи» (в том числе дистанционная форма). 2. Сюжетно-ролевые игры: «Дом», «Семья», "Мамины помощники". 3. Рисунки на асфальте «Моя семья» (в том числе дистанционная форма).	Воспитатели всех групп
19.07-23.07	<b>Тема недели: «Мы - добрые волшебники»</b> 1. Волшебный мир (наблюдение за живой природой) 2. Волшебники природы (труд детей на участке, экологической зоне, в том числе дистанционная форма). 3. Волшебники – для себя (формирование культурно-гигиенических навыков, норм общения, поведения) .	Воспитатели всех групп
26.07-30.07	<b>Тема недели: «День - культуры поведения»</b> 1. Интерактивная игра «Этикет» 2. Спектакль «Добрые слова» 3. Просмотр мультфильмов «Культура поведения»	Воспитатели всех групп, Музыкальный руководитель
02.08-06.08	<b>Тема недели: «День - сказок»</b>	Воспитатели всех

	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Творческая мастерская «Мы - сказочники»</li> <li>2. Выставка рисунков «По мотивам сказки» (в том числе дистанционная форма).</li> <li>3. Беседа «Чему учит сказка»</li> </ul>	группы
<b>Август</b>		
09.08-13.08	<p><b>Тема недели: «Животные планеты Земля»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Музыкально - спортивное развлечение «Джунгли зовут»</li> <li>2. Фотовыставка «Домашний любимец»</li> <li>3. Виртуальная экскурсия «Прогулка по зоопарку» (в том числе дистанционная форма).</li> </ul>	Воспитатели всех групп, Музыкальный руководитель
16.08-20.08	<p><b>Тема недели: «Мой любимый город»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Фотоальбом «Я в Ростове – на - Дону» (в том числе дистанционная форма).</li> <li>2. Квест-игра «Город опасный и безопасный»</li> <li>3. Праздник «Яблочный спас»</li> </ul>	Воспитатели всех групп Музыкальный руководитель
23.08-27.08	<p><b>Тема недели: «День путешественника»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Выставка рисунков: "Мы юные путешественники"(в том числе дистанционная форма).</li> <li>2. Развлечение «Праздник воздушного шарика!»</li> <li>3. Проект «География-малышка!» (в том числе дистанционная форма).</li> </ul>	Воспитатели всех групп, Музыкальный руководитель,
30.08-31.08	<p><b>Тема недели: «День – прощание с летом!»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Музыкально-спортивный праздник: «До свидания, лето красное!»</li> <li>2. Выставка картин «Вот какое наше лето!» (в том числе дистанционная форма).</li> </ul>	Музыкальный руководитель,

**Пояснительная записка к сетке НОД на летний период  
2021 г. ДО МАОУ «Лицей №11»**

При составлении сетки занятий выдержаны следующие гигиенические требования согласно СанПиНу.

Сетка занятий составлена в соответствии с принципами построения программы «От рождения до школы» Н.Е. Вераксы в летний период.

При составлении сетки выдержаны следующие гигиенические требования, соответствующие СанПиНу:

В младшей группе НОД -15 минут;

В средней группе НОД - 20 минут;

В старшей группе НОД - 25 минут;

В подготовительной НОД - 30 минут.

**Летний период с 1 июня по 31 августа.**

Формы оздоровительных мероприятий в летний период:

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 введением дыхательных упражнений):

- с предметами и без предметов
- на формирование правильной осанки
- на формирование свода стопы
- с простейшими тренажерами (гимнастические мячи, гантели, утяжелители, обручи, гимнастические палки)

На воздухе

Вид игр:

- сюжетные (использование при объяснении сюжетного рассказа);
- несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания (новые, углубленно разучиваемые, на этапах закрепления и совершенствования);
- народные;
- с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол, городки, шахматы, шашки)

На воздухе, на спортивной площадке

Ежедневно в часы наименьшей инсоляции

Двигательные разминки (физминутки): выбор зависит от интенсивности и вида ведущей деятельности

Варианты:

- упражнение на развитие мелкой моторики;
- ритмические движения
- упражнение на внимание координации движений;
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных мышц;
- гимнастика расслабления;
- упражнения на формирование правильной осанки;

- упражнения на формирование свода стопы.

#### Гимнастика после дневного сна

Разминка после сна с использованием различных упражнений: с предметами и без предметов;

- на формирование правильной осанки;
- на формирование свода стопы;
- имитационного характера;
- сюжетные или игровые;

#### Закаливающие мероприятия

Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей:

- элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, обтирание, обливание до пояса);
- закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями)

#### Индивидуальная работа в режиме дня

Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным и упражнения. Предусматривает оказание помощи детям, не усвоившим программный материал на НОД, имеющие нарушения в развитии. Содействует укреплению здоровья и улучшения физического развития ослабленных детей.

#### Праздники, досуг, развлечения

Способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями (1 раз в неделю не более 30 мин.)

Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление организма, сопротивляемость заболеваниям, создание положительных эмоций. В летний период, особенно большие возможности предоставлены для закаливания, совершенствования защитных свойств организма ребёнка, широко используются солнечно-воздушные ванны и водные закаливающие процедуры.

### Закаливание детей включает комплекс мероприятий:

Закаливающие факторы	Название процедуры	Период проведения	Место проведения	Время проведения	Схема и методические рекомендации
Воздух	воздушные ванны	ежедневно	групповой участок (веранда)	на дневной прогулке с 10.00  на вечерней прогулке с 16.30	При температуре воздуха в тени не ниже +18 <sup>0</sup> С Обязателен головной убор 1-3 день - 5 мин - майка и трусы 4-6 день - 10 мин - майка и трусы 7-9 день - 15 мин - трусы 10-15 день – 20 мин - трусы 16-20 день – 30 мин - трусы 21-25 день - 45 мин - трусы 26-30 день - 60 мин - трусы
	утренний приём детей		утренний фильтр	с 07.30 – 8.00	
Солнце	солнечные ванны	ежедневно	групповой участок (на рассеянном солнце)	на дневной прогулке с 10.00 на вечерней прогулке с 16.30	При температуре воздуха в тени не ниже +20 <sup>0</sup> С Обязателен головной убор Начинаются с 8 минут, ежедневно прибавляя по 5 минут, достигая до 40 минут в течение дня
Почва (трава)	босохождение	ежедневно	групповой участок спортивный участок групповое помещение	на дневной прогулке на физ. занятии  после сна	Младшая группа – 5-10 минут Старшая группа – 10-15 минут  дорожка здоровья
Вода	опыты и развлечения с водой	ежедневно	групповой участок	на дневной прогулке с 11.00 на вечерней прогулке с 17.00	Вода в специальной ёмкости Мл. гр. – t+20-25 <sup>0</sup> С Ст гр. – t+18 – 20 <sup>0</sup> С
	гигиеническое мытьё ног	ежедневно	умывальная группового помещения	перед дневным сном, после прогулки	Температура воды: мл. гр. – 25-30 <sup>0</sup> С старшая группа - 20-25 <sup>0</sup> С
	умывание прохладной водой	ежедневно	умывальная группового помещения	после дневного сна	Мл. гр. – умывание лица, рук до локтей. Температура воды 20-25 <sup>0</sup> С Ср., ст., гр. – умывание лица, рук до локтей, обтирание шеи, подмышек Температура воды 18-20 <sup>0</sup> С
	полоскание рта и горла прохладной водой	ежедневно	умывальная группового помещения	после каждого приёма пищи	Объём воды в стаканчике не менее 50 мл Температура воды +14 - 16 <sup>0</sup> С

При организации закаливания реализуются основные гигиенические принципы - постепенность систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

В организационных формах образования детей детского сада обеспечивается баланс между различными видами совместной со взрослым организованной деятельности и свободным временем детей для игровой деятельности. Все виды детской деятельности переносятся на воздух. Каждому виду отводится место и время в расписании дня.

*График питьевого режима:*

- вода 8.00 (по желанию в группе);
- сок 10.00 (на улицу);
- вода 11.00 (на прогулке);
- вода 15.00 (после сна);
- вода 17.00 (перед прогулкой).

Для обеспечения питьевого режима на улице:

1. мл. воспитатель одевает спец. одежду;
2. количество одноразовой посуды должно соответствовать количеству детей;
3. посуда хранится в контейнере или прикрывается белой салфеткой.
4. Использованные стаканы утилизируются в специальный контейнер для использованной тары.

*Правила мытья веранд и детских построек:*

Веранды моются каждый день из отдельного ведра, тряпка для мытья пола на веранде – с 14.00 до 15.00.

План может корректироваться в течение летнего оздоровительного периода, в зависимости от кадровых условий или введения карантинных мероприятий и других обстоятельств.