

Летняя оздоровительная  
работа в детском саду.



Планирование.

# 1. Цели и задачи летней оздоровительной работы.

- развивать и укреплять физические качества детей, способствовать рациональному становлению двигательной активности на свежем воздухе;
- оказывать положительное влияние на эмоциональное состояние дошкольников посредством создания условий для игр, веселых забав, занятий по интересам, прогулок и экскурсий, закаливающих мероприятий;
- разнообразить физические упражнения, спортивные и подвижные игры, учитывая возрастные и индивидуальные особенности детей.



## Рекомендации врача

- Создайте благоприятную доброжелательную обстановку, окружающую малыша в детском саду и дома.
- При организации оздоровительных и закаливающих процедур учитывайте возрастные и индивидуальные особенности организма каждого ребенка.
- Тщательно соблюдайте режим дня: следите за правильным чередованием физических нагрузок и отдыха, пребывания на солнце и в тени, питьевого и пищевого баланса, рациональному подходу в одежде детей.
- Используйте природные факторы закаливания организма летом: воздушные и водные процедуры, солнечные ванны, активное пребывание на свежем воздухе, хождение босиком по разным видам почвы: песку, траве, гравию, по теплой, прогретой солнцем земле.
- Следите за выполнением санитарно – гигиенических норм и правил, учите детей здоровому образу жизни.
- **«Специальное закаливание для каждого индивидуально. Оно возможно только в семье, а в детском учреждении следует выбирать только те методы, которые абсолютно безвредны для всех.»**

Наука свидетельствует о том, что дети, окруженные радостью, добром и теплом – легче переносят жизненные трудности и проблемные ситуации, меньше болеют, они менее плаксивы и не агрессивны.

# Подготовка персонала ДОУ.

- 1. Изучение нормативно – правовых документов и методического обеспечения ДОУ.
- 2. Пересмотр дополнений к должностным обязанностям заместителя заведующей по хозяйственной части, заместителя заведующей по учебно – воспитательной работе, старшей медицинской сестры, специалистов, а так же распределение обязанностей среди сотрудников детского сада в летнее время, разработка четкой организации всех режимных моментов.
- 3. Диагностика физического развития детей, планирование индивидуальной и коррекционной работы .
- 4. Проведение медико – педагогического консилиума с целью выработки единых подходов в системе оздоровительных и закаливающих мероприятий.
- 5. Проведение общего собрания по принятию плана летней оздоровительной работы в учреждении.
- 6. Проведение инструктажа с сотрудниками ДОУ по охране жизни и здоровья детей в летний период .
- 7. Подготовка и отбор методического и информационного материала для педагогов, специалистов и родителей.



# Работа с родителями.

- 1. Проведение родительских собраний в группах по переходу учреждения на летний режим работы и знакомству с целями и задачами учебно – воспитательной работы летом.
- 2. В рамках родительского клуба «Дошкольник» организовать встречи родителей со специалистами учреждения – врачом, медицинской сестрой, физкультурным руководителем, психологом .
- 3. Оформление наглядной информации по темам «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Дружим с водой», «Витамины на тарелке», «Болезнь грязных рук» и другим.
- 4. Анкетирование родителей с целью выявления проблем оздоровительного периода, интересов и способностей в проведении спортивных мероприятий. Анкета «Отдых детей летом».
- 5. Консультации по темам «Семейный отдых на природе и в городе», «Развитие познавательных способностей ребенка в совместном общении», «Самые любимые детьми места Великого Новгорода», «Прогулки и экскурсии с детьми летом », «Как помочь ребенку собрать гербарий лекарственных трав и растений?»
- 6. Участие родителей в спортивных соревнованиях «Папа, мама и я – спортивная семья».
- 7. Приобщение родителей к созданию развивающей среды дошкольного учреждения: подбор игр , спортивных принадлежностей, игрушек для прогулки на улице, изготовление кукол для театра, книжек – малышек, совместных рисунков и художественных работ из природного материала.



# Мероприятия для детей.

- 1. Праздник русской березки.
- 2. Театрализованное представление «У Петрушкиных ворот», организованное артистами кукольного театра «Дорофей».
- 3. Тематические недели: «Природа и мы», «Растем сильными и здоровыми», «Безопасность жизнедеятельности».
- 4. Конкурсы: на лучшего чтеца стихов о лете, рисунков на асфальте, на лучшую постройку из песка.
- 5. Деятельность кружка по мини - футболу и баскетболу.
- 6. Приглашение артистов областной филармонии с концертом «Музыкальная азбука».
- 7. Спортивные мероприятия: «Папа, мама и я – спортивная семья!», физкультурный досуг «Скакалки, обручи, мячи», «Веселые эстафеты», «Тропа здоровья».
- 8. Празднование Дней рождений детей в летние месяцы.
- 9. Автобусные прогулки по городу с фирмой «Русский мир».
- 10. Экскурсии по близлежащим улицам Великого Новгорода и к реке Волхов.
- 11. Посещение библиотеки, кинотеатра, областного Дома народного творчества.



# Перечень подвижных игр и игровых упражнений на свежем воздухе.

## ■ Для детей раннего возраста

- 1.С бегом:** «Догони меня», «Совушка», «Мама, я тебя догоню!», «Кот и мыши», «Кто быстрее добежит до флага», игры – забавы «Веселые брызгалки», «Мыльные пузыри».
- 2.С прыжками:** «Зайки», «Лошадки и всадники», «По ровненькой дорожке», перепрыгивание веревочки. деревянных брусочков. кубиков, прыжки на двух ногах «Мячики», «Лягушки», «Из обруча в обруч», «С камушка на камушек».
- 3.С ползанием:** «Серенькая кошечка», «Подлезание под воротца, под дугу, под веревочку», ползание по прямой и наклонной плоскости ( по доске, по мягкому коврику, сенсорной дорожке).
- 4.С метанием:** «Охотники и зайцы», «Липкие шарики», метание мягких мячей, перебрасывание предметов через веревочку, «радугу», песочницу. кустарники, кучу песка.
- 5.Игры на дыхание:** «Выдувание пузырей», «Надувание шара», выдувание соломинкой, «Султанчики».



Для детей от 4 до 5 лет.



- Упражнения в ходьбе и беге: ходьба на носках и пятках, ходьба «змейкой», ходьба со сменой направления, бег медленный и быстрый, обегая различные предметы. Игры: «Цветные автомобили», «Самолеты», «Лохматый пес», «Ловишки».
- Упражнения в прыжках: делать подскоки, прыгать в длину с места, спрыгивать с различных предметов ( высота 20-30 см.) Игры: «Зайцы и волк». «Зайка серый умывается», «По дорожке на одной ножке», «Воробушки и кот».
- Упражнения в бросании, ловле и метании: прокатывать мяч по узкому коридору, подбрасывать и ловить мяч, перебрасывать мяч другому разными способами. Игры: «Кольцебросы», «Сбей кегли», «Мяч через сетку», «Кто дальше бросит предмет?».
- Упражнения в лазании, ползании, подлезании: лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующим шагом, ходить по скамейке. Бревну, сохраняя равновесие. Игры: «Перелет птиц», «Мыши в кладовой», «Наседка и цыплята».
- Упражнения на ориентировку в пространстве «Прятки», «Найди, где спрятано». «Найди свое место»
- Ритмические и танцевальные движения под музыку.
- Езда на велосипеде. Плавание.
- Игры – забавы: «Крокодил», «Поплавок», «Веселый дождик».





## Для детей от 5 до 6 лет

- **Упражнения в ходьбе и беге:** ходить легко, непринужденно. Пользоваться различными способами ходьбы: высоко поднимая колени, в полуприседе, на высоких ногах, на согнутых ногах, в различном темпе, с перекатом с пятки на носок, «утиным шагом», «медвежьим шагом», носками внутрь, носками наружу. Ходьба с заданиями (поднять мяч, развести руки в стороны). бегать в медленном темпе, в быстром темпе, со средней скоростью, с выполнением заданий, с преодолением препятствий. Бегать, выбрасывая прямые ноги назад, с захлестыванием голени назад. **Игры:** «Мы – веселые ребята», «Парный бег», «Мышеловка», «Дедушка – сапожник», «Гуси – лебеди», «Перебежки», «Сова», «Ловишки с лентами». «Горелки», «Караси и щука», «Чье звено быстрее соберется?», «День и ночь», «Колдун».
- **Упражнения в прыжках:** подпрыгивать на месте разными способами: ноги скрестно – ноги врозь, попеременно на правой и левой ноге, спрыгивать с бревна, со скамейки, с песочницы, с кучи песка. Прыжки в длину с места, с разбега. Прыжки через скакалку, на батуте. **Игры:** «Удочка», «Кто выше прыгнет», «Выше ноги от земли», «Классики», «Кузнечики», «Не попадись». «Лягушки и цапля», «Волк во рву».
- **Упражнения в бросании и ловле:** Перебрасывать отбивной мяч (0,5 – 1 кг.), бросать мяч вверх, о землю, о стену, отбивать и ловить его. Перебрасывать мяч через различные предметы ( высотой до 1, 5 метров), передавать мяч друг другу вперед и назад над головой и между ног. Метать теннисный мяч вдаль и в цель ведущей рукой на расстоянии 3 – 5 метров. Пинать мяч ногой , «забивая гол» . **Игры:** «Кто самый меткий?», «Охотники и зайцы», «Мяч водящему», «Серсо», «Летающие тарелки»
- **Упражнения в ползании , лазании:** подтягиваться на скамейке на коленях, передвигаться с помощью рук, ног, всего туловища. Передвигаться сидя на бревне. Лазать по канату, шесту, по гимнастической стенке с переходом с одного пролета на другой, спускаться по диагонали стенки. **Игры:** «Медведь и пчелы», «Пожарные на учении», «Ловля обезьян».
- **Упражнения в равновесии:** ходить и бегать по узкой поверхности ,по краю песочницы, шнуру, канату, доске, бревнуё Сохранять устойчивое положение тела после поворота на узкой поверхности.
- **Строевые упражнения:** строиться в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Перестраиваться в пары, в две колонны, в три, в несколько колонн. в несколько кругов.
- **Игры – эстафеты:** «Огородники». «Перевозка урожая», «Эстафеты парами», «Кто быстрее построит пирамиду».





## Для детей от 6 до 7 лет

- **Упражнения в ходьбе:** ходить выпадами вперед, скрестным шагом, спиной вперед. Ходить в разном темпе обычным гимнастическим шагом.
- **Упражнения в беге:** бег на скорость (10 – 30 метров), непрерывный бег 2 – 3 минуты. Вбегание в горку, сбегание с нее. Бег с перепрыгиванием препятствий.
- **Упражнения в прыжках:** подпрыгивать разными способами: ноги вместе – ноги врозь, нога вперед – нога назад, прыжки сериями по 30 – 40 прыжков. Прыжки через скакалку. Запрыгивать на высоту до 50 см с места и с разгона, спрыгивать с различных предметов высотой до 50 см.
- **Упражнения в бросании, ловле, отбивании, метании:** бросать, ловить, метать в цель и вдаль разными способами (снизу, от груди, сверху). Вести мяч правой и левой рукой разными способами (не менее 20 метров). Бросать мяч через веревку, натянутую выше уровня головы ребенка. Бросать шишки, камешки. мягкие мячи в цель.
- **Упражнения в равновесии:** балансировать стоя на большом мяче, стоя на одной линии, приставив пятку одной ноги к носку другой, стоя с закрытыми глазами.
- **Ритмические и танцевальные движения** выполнять произвольно, добиваясь выразительности и согласованности с характером музыки. Выполнять шаг польки, с притопом, с полуприседаниями.
- **Игры с элементами спорта:** «Городки», «Баскетбол». «Футбол», «Бадминтон», «Настольный теннис».
- Езда на велосипеде, плавание.
- **Игры – забавы:** «Цапли», «Карусель», «Мыльные пузыри», «Брызгалки».
- **Игры – эстафеты.**




# Музыкальная хореография







## Тематический контроль



### План тематического контроля проверки состояния готовности МДОУ к летней оздоровительной работе.

- 
- Цель: анализ условий для проведения летней оздоровительной работы с детьми.
  - Сроки проведения: с 23.05. по 01.06.2007 г.
  - План – задание тематического контроля – создание условий: посещение участков, творческих площадок, анализ предметно-развивающей среды по физическому воспитанию и охране жизни и здоровья детей.
  - Проверка перспективных планов с учетом индивидуальной работы с детьми, анализ наглядной информации для родителей по закаливанию и оздоровлению детей
- 



«Природа воздействует на воспитание ребенка, воспитание на природу – и так без конца. Каждый шаг влияет на последующий», - свидетельствует С. Гринслен , педиатр из Университета Дж. Вашингтона.

Движение – это жизнь !

