

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Керопова Ульяна Анатольевна  
Дошкольная группа «Alice»  
г. Краснодар, ул. Образцова, 17

Принят  
на педагогическом совете  
протокол № 4  
от «21» мая 2024 г.

Утверждаю  
У.А. Керопова  
от «21» мая 2024 г.



# ПЛАН РАБОТЫ НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД инструктора по физической культуре

«Здравствуй, лето!!!»

Составила: Методист О.А. Золотарева



## Пояснительная записка.

Удачно спланированный активный отдых детей в летний период времени в детском саду включает активную и многообразную двигательную деятельность детей, длительное пребывание на открытом воздухе, способствующее укреплению здоровья, повышению функциональных и адаптационных возможностей организма, совершенствованию психофизических особенностей, формированию положительного эмоционального состояния детей.

В летний период в детском саду особое место отводится физкультурно- оздоровительной работе с детьми. Это обусловлено тем, что летом режим дня насыщается активной деятельностью, проводимой на открытом воздухе, появляется возможность более эффективно использовать в системе физического развития оздоровительные силы природы.

Основными формами работы с детьми летом по реализации образовательных областей являются прогулки, викторины, экологические игры, работа на огороде, «зеленой аптеке» и цветнике. В летний период используются разнообразные методы и приемы.

Таким образом, летнее время используется для укрепления здоровья малышей, расширения кругозора детей, развития общения и взаимодействия ребенка с взрослыми и сверстниками, формирования бережного отношения к природе, развития позитивных установок к различным видам труда и творчества.

## Направления работы

1. Создание модели двигательного режима в летний период времени в ДГ, построенной с учетом основных образовательных областей в соответствии с ФОП ДО.
2. Внедрение разнообразных форм работы по физической культуре; утренняя гимнастика; комплексы музыкально ритмичных упражнений, оздоровительные минутки в течение дня; закаливающие процедуры на свежем воздухе, летние спортивные игры, День Здоровья.

Такой комплексный подход в организации двигательного режима дня способствует насыщенности мероприятий, активизирующих двигательную и творческую активность детей.

Все мероприятия организуются в игровой форме, где закрепляются культурно-гигиенические навыки, способствующие оздоровлению детей. Деятельность детей не ограничивается их участием в различных физкультурно-оздоровительных



мероприятиях. Особое место уделяется различным формам трудовой деятельности (на территории детского сада, по уходу за растениями на участке и др.), а также творческой деятельности (конкурсы юных художников, чтецов и др.). Подготовка к участию в мероприятиях активного отдыха планируется в процессе образовательной работы с детьми и заключается в разучивании упражнений, подвижных игр, эстафет и их закреплении во время прогулок и утренней гимнастики.

Однако, некоторые игры, эстафеты, аттракционы, а также несложные по структуре упражнения применяются без предварительной подготовки, как сюрпризные моменты.

## Организация работы на летний оздоровительный период

### Цели и задачи работы в летний оздоровительный период

*Цель:* повышение качества оздоровительной работы с воспитанниками и широкая пропаганда здорового образа жизни среди всех участников воспитательно-образовательного процесса в летний период.

### *Задачи летнего оздоровительного периода:*

- реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание детей;
- создать комфортные условия для физического, психического, нравственного воспитания каждого ребенка, развития у них любознательности и познавательной активности;
- организовать здоровье-сберегающий режим, обеспечивающий охрану жизни, предупреждение заболеваемости и детского травматизма;
- осуществлять просвещение родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.



## Задачи работы с детьми:

### *Направление «Физическое развитие»:*

- укреплять здоровье детей путем повышения адаптационных возможностей организма, развивать двигательные и психические способности, способствовать формированию положительного эмоционального состояния;
- всесторонне совершенствовать физические функции организма;
- повышать работоспособность детского организма через различные формы закаливания;
- формировать интерес и потребность в занятиях физическими упражнениями;
- удовлетворять естественную потребность в движении, создавать условия для демонстрации двигательных умений каждого ребенка;
- способствовать предупреждению заболеваемости и детского травматизма.

#### *для старшего дошкольного возраста:*

- - продолжать охранять и укреплять здоровье детей,
- - закаливать детский организм,
- - совершенствовать основные движения;
- - закреплять приобретенные навыки при выполнении основных движений;
- - формировать правильную осанку во всех видах деятельности;
- - воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений, осознанное отношение к ним.

#### *для младшего возраста:*

- - продолжать охранять и укреплять здоровье детей,
- - закаливать детский организм;



- - продолжать формировать умение сохранять устойчивое положение тела и правильную осанку;
- - закреплять приобретенные навыки при выполнении основных движений;
- - способствовать формированию положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности;
- - поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
- - формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания.

#### **Задачи работы с педагогами:**

- повышение компетентности педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы;
- обеспечение методического сопровождения для планирования и организации летнего отдыха.

#### **Задачи работы с родителями:**

- повышение компетентности родителей в вопросах организации летнего отдыха детей;
- осуществление просветительской работы для родителей (законных представителей) по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

**Планируемые результаты:** реализация плана летней оздоровительной работы с воспитанниками отвечает требованиям ФГОС ДО, ФОП 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, волейбол, 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.

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



№	Содержание работы, мероприятия	Срок выполнения
<b>1. Методическая работа.</b>		
1.	Работа с документацией, анализ работы за 2023-2024 год, оформление папок	Июнь
2.	Изучение методической литературы, необходимой для продуктивной работы в летне-оздоровительный период.	Июнь- август
3.	Составление годового перспективного плана работы по физической культуре на 2024-2025 учебный год	август
4.	Составление календарного плана работы по физической культуре в каждой возрастной группе.	август
<b>2. Организационно-педагогическая работа.</b>		
1.	Занятия по физической культуре.	по расписанию
2.	Индивидуальная и подгрупповая работа с детьми по развитию основных видов движений на прогулке.	В течение летнего периода
3.	Утренняя гимнастика.( при хорошей погоде на свежем воздухе)	ежедневно
4.	Физкультурные досуги и спортивные развлечения.	1 раз в неделю
5.	Физкультурно-оздоровительные праздники.	1 раз за летний период
6.	Неделя Физкультурника	1 раз за летний период

**3. Работа с педагогами .**



1.	Регулярно заранее информировать о физкультурно оздоровительных мероприятиях, вести совместную подготовку к физкультурно-оздоровительным досугам, развлечениям и праздникам.	Июнь - август
2.	Семинар-практикум для воспитателей: «Подвижные игры на участке летом в форме обыгрывания сюжета: «В зоопарке», «На лугу», «Воробушки», «В лесу», «Путешествие».	июнь
3.	Консультация для воспитателей: Игры с мячом на прогулке.	июль

#### Календарный план физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Июнь	1. Музыкально-спортивный праздник, посвящённый Дню Защиты детей.	3.06.2024
	2. Спортивный досуг для средней группы «Здравствуй, лето!».	10.06.2024
	3. Спортивный досуг для детей 1 младшей группы «Здравствуй, лето!».	17.06.2024
	Физкультурное развлечение для 2 младшей группы «Встречает лето вся планета»	25.06.2024
Июль	1. Спортивный праздник «День бегуна» для средней группы.	03.07.2024
	2. Физкультурное развлечение для старшей и подготовительной группы	12.07.2024



	«День Нептуна».	
	3. Спортивный досуг для подготовительной группы «Ловкие, смелые, сильные, умелые»	19.07.2024
	4. Физкультурное развлечение для детей 1 и 2 младшей группы «Каникулы в Простоквашино»	26.07.2024

Август	5. Спортивный праздник для старшей и подготовительной группы «Путешествие с королевой Здоровья»	2.08.2024
	6. Физкультурное развлечение для средней группы «Наперегонки с летом».	7.08.2024
	7. Спортивный досуг для 1 младшей группы: «Веселые посиделки»	16.08.2024
	8. Физкультурное развлечение для 2 младшей группы «До свиданья, лето!».	31.08.2024



## Организация двигательного режима

Цель: общее оздоровление и укрепление детского организма, развитие физических качеств, умственной работоспособности, улучшение деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, обеспечение психологической безопасности ребенка.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Утренняя зарядка на воздухе	Ежедневно	Воспитатели групп
2	Гимнастика пробуждения	Ежедневно	Воспитатели групп
3	Физкультурные занятия на воздухе	2 раза в неделю	ИФК Воспитатели групп
4	Физкультурные досуги	По плану ЛОП	ИФК Воспитатели групп
5	Оздоровительный бег	Ежедневно	Воспитатели групп
6	Проведение подвижных игр	В течение ЛОП	Воспитатели групп
7	Самостоятельная деятельность детей	Ежедневно	Воспитатели групп
8	Прогулки на свежем воздухе (солнечные ванны)	Ежедневно	Воспитатели групп
9	Музыкальные занятия	2 раза в неделю	Воспитатели групп
10	Праздники и развлечения	По плану ЛОП	Воспитатели групп

Питьевой режим: осуществляется каждые два часа, и по требованию ребенка



## ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ.

№	Формы работы	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Утренняя гимнастика	-традиционная гимнастика на свежем воздухе -коррекционная гимнастика	ежедневно, утром	Воспитатели, ИФК
2	Организация подвижных игр	-сюжетные -народные -с элементами спорта -с элементами соревнований	ежедневно, на воздухе	Воспитатели, ИФК
3	Организация двигательной деятельности детей	-развитие мелкой моторики рук -ритмические движения -упражнения в равновесии -упражнения на формирование правильной осанки -упражнения для профилактики плоскостопия -упражнения на внимание и координацию движений	ежедневно, на воздухе	Воспитатели, ИФК
4	Гимнастика после дневного сна	Использование комплексов упражнений	ежедневно, после дневного сна	воспитатели
5	Закаливающие мероприятия	-умывание прохладной водой	ежедневно,	Воспитатели, ИФК



		-солнечные ванны -воздушные ванны -сон при открытых фрамугах	на воздухе	
6	Индивидуальная работа с детьми	Стимулирование детей к двигательной активности, самостоятельным играм, упражнениям.	ежедневно, на воздухе	Воспитатели, ИФК

### РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

№	Мероприятия	Сроки
1	Разработка и оформление тематических памяток для родителей по вопросам безопасности детей в летний период и проведения досуга	июнь
2	Информационный стенд для родителей: «Безопасное лето!» (тематические стендовые материалы).	июнь
3	<b>Консультации:</b> «Лето – пора закаляться»; «Как развивать творчество детей с использованием природного материала» «Чем занять детей во время прогулки на природе»; «Осторожно, ядовитые растения» «Простейшие способы закаливания вашего ребенка»; «Ребёнок и посторонние лица» (контакты с незнакомыми людьми); «Опасные предметы» (пожароопасные предметы, балконы, открытые окна);	июнь-август
4	Оформление «Уголка здоровья для родителей»: - профилактика солнечного теплового удара; профилактика кишечных инфекций; - организация закаливающих процедур; Индивидуальные консультации с родителями: ядовитые растения, грибы, лекарства, острые предметы, транспорт, незнакомцы и т.д.	постоянно



## План физкультурно-оздоровительных мероприятий на летний период

Месяц	Неделя	Мероприятие	Дата проведения
ИЮНЬ	1 неделя	Музыкально-спортивный праздник «Здравствуй, лето!»	03.06.2024
	2 неделя	Эстафеты с предметами «Раз, два, дружно!»	11.06.2024
	3 неделя	«Летние олимпийские игры»	20.06.2024
ИЮЛЬ	1 неделя	Развлекательное мероприятие «В каждом рисунке-солнце»- рисование цветными мелками на асфальте	5.07.2024
	3 неделя	Спортивно-оздоровительная программа с мыльными пузырями «Шоу разноцветных шаров»	19.07.2024
	4 неделя	«Во саду ли в огороде» оформление фотовыставки активного отдыха семьи на даче.	31.07.2024
АВГУСТ	1 неделя	Спортивные состязания с бумажными самолетиками	06.08.2024
	2 неделя	Спортивное развлечение «Айболит в гостях у малышей»	14.08.2024
	3 неделя	Спортивные эстафеты «Быстрее, выше, сильнее»	28.08.2024