

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ «ЦЕНТР
РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА -
ДЕТСКИЙ САД №104 «БЭЛЭКЭЧ»
Улица им. Сергея Максютова, дом 4,
город Набережные Челны, 423822



ЯР ЧАЛЛЫ ШӘҺӘРЕНЕҢ «БЭЛЭКЭЧ»
104 НЧЕ БАЛАЛАР БАКЧАСЫ– БАЛА
ҮСТЕРҮ ҮЗӨГЕ»
МУНИЦИПАЛЬ АВТОНОМИЯЛЕ
МӘКТӘПКЭЧӘ БЕЛЕМ БИРҮ
УЧРЕЖДЕНИЕСЕ
Сергей Максютов исемендәге урам, 4 нче
йорт, Яр Чаллы шәһәре, 423822

Тел. (8552) 35-73-58, факс 35-73-35, e-mail: madou104@yandex.ru

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад №104 «Бэлэкэч»
С.А.Сорошкина
28 августа 2026 год



ПРОГРАММА
по оздоровлению и формированию здорового образа жизни
у детей дошкольного возраста на летний период
«ЗДОРОВЕЙ-КА»

ПРИНЯТО
На заседании
Педагогического совета
Протокол №4
От «28» мая 2026 год

СОСТАВИТЕЛИ:
Сорошкина С.А.
Гаврилова Г.Ф.
Ахметова Г.Р.
Надршина М.В.
Фархутдинова И.И.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Нормативно – правовая база	5
1.3.	Структурно – содержательная характеристика программы	7
1.4.	Цель и задачи программы	8
1.5.	Принципы и подходы к формированию программы	9
1.6.	Основные направления программы	11
2.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	13
2.1.	Целевые ориентиры для детей от 3 до 4 лет.....	13
2.2.	Целевые ориентиры для детей от 4 до 5 лет.....	15
2.3.	Целевые ориентиры для детей от 5 до 6 лет.....	15
3.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	18
3.1.	Психолого-педагогическое направление программы	18
3.1.1.	Санитарно-просветительная работа.....	18
3.1.2.	Взаимодействие участников образовательного процесса	20
3.2.	Профилактическое направление программы	24
3.2.1.	Профилактика и коррекция нарушения осанки.....	24
3.2.2.	Профилактика плоскостопия	26
3.2.3.	Профилактика нарушений зрения	27

3.2.4. Вакцинопрофилактика	28
3.3. Оздоровительное направление программы	28
3.3.1. Физкультурно-оздоровительная работа.....	28
3.3.2. Здоровьесберегающие технологии.....	33
3.3.3. Закаливание.....	37
3.3.4. Режим дня	41
4. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.....	45
4.1. Планирование оздоровительно – профилактической работы	45
4.1.1. Организация и проведение мероприятий для сотрудников в летний оздоровительный период	45
4.1.2. Организация и проведение мероприятий для детей в летний оздоровительный период	48
4.1.3. Организация и проведение мероприятий для родителей в летний оздоровительный период	55
4.2. Материально- техническое обеспечение	56
4.3. Кадровое обеспечение реализации программы.....	60
4.4. Контроль и руководство на летний оздоровительный период	60
Используемая литература.....	62

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Дошкольное детство - наиболее благоприятный период жизни человека для воспитания привычки здорового образа жизни, привития потребности в движении, умственной и физической активности.

Лето – благоприятная пора для сохранения и укрепления здоровья детей, создания условий для их полноценного, всестороннего, психического и физического развития. Растущий и развивающийся организм ребенка очень чувствителен к воздействию различных факторов окружающей среды. Грамотная организация летней оздоровительной работы в дошкольном учреждении, охватывающей всех участников образовательного процесса, предоставляет широкие возможности для укрепления физического и психического здоровья воспитанников, развития у них познавательного интереса, а также повышения компетентности родителей в области организации летнего отдыха детей.

Именно в этот период годы дети получают максимум впечатлений, удовольствия и радости от общения со сверстниками и новых открытий. Вместе с тем чем больше времени проводят дошкольниками на улице, тем больше внимания взрослые должны уделять организации деятельности детей в летний период. Грамотное решение этих вопросов позволит избежать неприятностей и обеспечить эмоционально насыщенную жизнь всем участникам образовательного процесса.

Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление организма, сопротивляемость заболеваниям, создание положительных эмоций. В летний период, большие возможности предоставлено для закаливания, совершенствования защитных реакций ребенка, широко используются солнечно-воздушные ванны и водные закаливающие процедуры. Летом продолжается систематическая и планомерная работа по разделам основной образовательной программы МАДОУ «Детский сад №104

«Бэлэкэч». Все виды деятельности переносятся на воздух. Каждому виду отводится место и время в распорядке дня.

Приоритетными направлениями дошкольного учреждения в летний оздоровительный период становятся:

- физкультурно-оздоровительная работа;
- экологическое воспитание;
- игровая, музыкальная, театрализованная, изобразительная деятельность детей.

1.2. Нормативно – правовая база

Программа «Здоровей – ка» регламентируется нормативно-правовой базой, включающей в себя:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 13.07.2021г.).

- Федеральный закон от 03.08.2018 г. №317 –ФЗ «О внесении изменений в статьи 11 и 14 Федерального закон «Об образовании в Российской Федерации».

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155).

- Комментарии к ФГОС дошкольного образования Минобрнауки России Департамента общего образования от 28 февраля 2014 года № 08-249.

- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

- Постановление Правительства РФ от 15 сентября 2020г. №1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг».

- СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденный Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 об утверждении санитарных правил. Зарегистрирован в Министерстве юстиции РФ от 18.12.2020 №61573.

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды, обитания» (вместе с СанПиН 1.2.3685-21 «Санитарные правила и нормы»).

- Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социально инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 №16, с изменениями от 24.03.2021 г. (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ №10 «О внесении изменений»).

- Закон Республики Татарстан «Об образовании» от 22.07.2013г № 68-ЗРТ (принят Государственным Советом 28.06.2013 г).

- Закон Республики Татарстан «О государственных языках Республики Татарстан и других Языках в Республики Татарстан» (изменения и дополнения от 28.07.2004 г № 44-ЗРТ; от 12.06.2014 г № 53-ЗРТ).

- Устав муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка- детский сад №104 «Бэлэкэч»;

- Основная образовательная программа дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка - детский сад №104 «Бэлэкэч»;

- Рабочая программа воспитания муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка - детский сад №104 «Бэлэкэч».

- Учебный план МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад №104 «Бэлэкэч» на 2021-2022 учебный год является нормативным актом, устанавливающим перечень образовательных областей и объем учебного времени, отводимого на проведение организованной образовательной деятельности. Они реализуются как в обязательной части программы, так и в части программы, формируемой участниками образовательного процесса. Учебный план составлен на основе основной образовательной программы МАДОУ «Центр развития ребенка- детский сад №104 «Бэлэкэч», разработанной по примерной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой.

- Комплексная оздоровительная программа «Растем здоровыми», семейная клиника «ТАНАР».

1.3. Структурно – содержательная характеристика программы

Программа «Здоровей – ка» (далее - программа) подтверждает особый статус детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных и других отличий. Программа определяет объединение всех участников образовательного процесса в их активной деятельности по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни и имеет следующую направленность:

- образовательная направленность;
- оздоровительная направленность;
- воспитательная направленность.

Содержание программы ориентировано на детей, сотрудников дошкольного учреждения и родителей.

Программа состоит из следующих разделов:

- целевой раздел программы «Здоровей - ка»;
- планируемых результатов;
- содержательный раздел;
- организационный раздел;
- мониторинг.

1.4.Цель и задачи программы

Цель программы: создание в ДООУ максимально эффективных условий для повышения качества физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками детского сада и активная пропаганда здорового образа жизни среди всех участников воспитательно-образовательного процесса в летний период.

Задачи:

Оздоровительные:

1. Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.
2. Помочь педагогам и родителям организовать с детьми дошкольного возраста оздоровительную работу в летний период, направленную на формирование у них мотивации к здоровому образу жизни.
3. Создать оптимальный режим дня в летний период, обеспечивающий гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.
4. Способствовать повышению профессиональной компетентности и заинтересованности работников МАДОУ и родителей в сохранении и укреплении здоровья.
5. Продолжать работу с применением здоровьесберегающих образовательных технологий в летний период.

Образовательные:

1. Развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.

2. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, основанных на приобретённых знаниях и мотивациях физических упражнений.

3. Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний.

4. Формировать и совершенствовать начальные представления о ЗОЖ.

Воспитательные:

1. Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни, как показателе общечеловеческой культуры.

2. Приобщать детей и взрослых к традициям большого спорта (баскетбол, футбол, волейбол, ритмика).

3. Формировать целостную нормативно – правовую базу организации оздоровительной работы в летний период.

4. Продолжать внедрять инновационные формы спортивно-массовой работы МАДОУ в летний период.

1.5. Принципы и подходы к формированию программы

Программа основана на принципах:

- принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

- принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.

- принцип концентричного обучения заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.
- принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.
- принцип повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.
- принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.
- принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.
- принцип успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.
- принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.
- принцип целостно – смыслового равенства взрослого и ребенка подразумевает, что в ДОУ создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.

- принцип индивидуального выбора решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.
- принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.
- принцип креативности личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально – двигательного музыкального тренинга.
- принцип взаимодействия ДООУ и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.
- принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

1.6. Основные направления программы

Основные направления психолого-педагогической работы:

- воспитание культуры здоровья.
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека;
- просвещение работников и родителей по вопросам профилактики и заболеваний, и оздоровления детей в летний период.

Основные направления оздоровительно-профилактической работы:

- профилактика травматизма детей;
- профилактика умственного переутомления и обеспечение эмоционального комфорта (соблюдение гигиенических требований к

организации образовательного процесса, организация оптимального режима дня, в т. ч. рационального двигательного режима).

- профилактика нарушений зрения;
- профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата.
- организация и проведение закалывающих мероприятий;
- организация режима дня, соблюдение воздушного режима;
- организация и соблюдение двигательного режима в летний

период;

- организация витаминизированного питания;
- организация кислородного коктейля;
- организация соляной комнаты.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В ходе реализации Программы «Здоровей-ка» в МАДОУ «Детский сад №104 «Бэлэкэч» прогнозируется достичь следующих результатов:

С детьми:

- охват 75% воспитанников детского сада летним отдыхом;
- снижение заболеваемости;
- обогащение воспитанников новыми знаниями, яркими впечатлениями;
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников;
- формирование у воспитанников привычки к здоровому образу жизни;
- формирование навыков безопасного поведения;
- развитие познавательного интереса воспитанников.

С педагогами:

- повышение компетенции педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы;
- обеспечение методического сопровождения для планирования и организации летней оздоровительной работы;
- мотивация педагогов на улучшение качества организации летней оздоровительной работы.

С родителями:

- повышение компетентности родителей в вопросах организации летнего отдыха детей;
- привлечение семей к участию в воспитательном процессе на основе педагогики сотрудничества.

2.1.Целевые ориентиры для детей от 3 до 4 лет

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры.

Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.

Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.

Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя. Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы. Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.

Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения). С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.

Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

2.2. Целевые ориентиры для детей от 4 до 5 лет

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.

Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.

Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.

Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны. Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)

С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.

Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

2.3.Целевые ориентиры для детей от 5 до 6 лет

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.

Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку

Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).

Владеет школой мяча. Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.

Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.

Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

3. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Психолого-педагогическое направление программы

3.1.1. Санитарно-просветительная работа.

В дошкольном учреждении работа проводится совместно педагогами и медицинскими работниками в соответствии с годовым планом работы учреждения. Она проводится как среди сотрудников дошкольного учреждения, так и среди родителей. Широкое использование плакатов, выпуск санитарных бюллетеней и стенгазет, организация выставок, раздача памяток и санитарно-просветительной литературы для детей и их родителей, персонала дошкольных учреждений, демонстрация кинофильмов, проведение лекций. Важным разделом являются доклады и отчеты врача, медицинской сестры на педагогических советах и совещаниях. Проводимая работа должна быть конкретной, соответствовать задачам работы учреждения в данный или предстоящий период, строиться на примерах из жизни дошкольного учреждения и подкрепляться результатами эффективности этой работы в основном на данных динамики состояния здоровья детей.

Особое внимание в этой работе должно уделяться просвещению родителей по вопросам физического воспитания и привития гигиенических навыков в семье. Тематика бесед должна отражать вопросы физического воспитания детей в дошкольных учреждениях и его преемственности в семье, создания условий в семье для достаточной двигательной активности детей - спортивного уголка, физкультурных пособий. Большое внимание должно быть уделено преемственности в проведении закаливающих мероприятий в дошкольном учреждении и дома, рациональной одежде и обуви в различные сезоны года и при занятиях физическими упражнениями.

Полезно подкреплять теоретические знания родителей показом в дошкольном учреждении физкультурных занятий, спортивных праздников и т.д. для обеспечения их сознательного отношения к системе физического

воспитания - мощному фактору укрепления и совершенствования здоровья детей.

План санитарно-просветительной работы в летний период

№ п/п	Тема мероприятия	Форма работы
Июнь		
Работа с педагогами		
1.	Лето и безопасность наших детей	санлист
2.	Оказание первой медицинской помощи детям в летний период	беседа и показ
3.	Адаптация детей в ДОУ	папка-передвижка
4.	Работа с детьми	
5.	Солнце доброе и злое	беседа
Работа с родителями		
6.	Пропаганда здорового питания детей	беседа
7.	Профилактика табакокурения	санлист
8.	Подготовка малыша к детскому саду	папка-передвижка
Июль		
Работа с педагогами		
9.	Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями, грибами	беседа
10.	Профилактика клещевого энцефалита	санлист, папка передвижка на группе
Работа с детьми		
11.	Чистота рук – залог здоровья	беседа в игровой форме
12.	Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!	беседа
Работа с родителями		
13.	Профилактика острых кишечных инфекций	санлист
14.	Профилактика обострений хронических заболеваний в условиях летней жары	беседа
Август		
Работа с педагогами		
15.	Профилактика травматизма	папка-передвижка
16.	Первая помощь при укусах насекомых и ядовитых змей	беседа
Работа с детьми		
17.	Как уберечься от беды	беседа
18.	Если хочешь быть здоров - закаляйся	игра с водой с детьми
Работа с родителями		
19.	Пропаганда физкультуры, спорта, закаливания организма	беседа
20.	Сон ребенка	санлист

3.1.2. Взаимодействие участников образовательного процесса

Взаимодействие с семьей

Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Этот раздел программы рассматривает взаимосвязь двух основных социальных структур: семьи и детского сада, ребенок не эстафета, которую детский сад и семья передают друг другу, в работе нужно поддерживаться не принципа параллельности, а взаимопроникновение двух 21 социальных институтов. Ни одна, даже самая лучшая программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

- Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.

- Систематичность и последовательность работы (в соответствии с индивидуальным маршрутом ЧБД) в течение всего года.

- Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.

- Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.

- Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаливающих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.

В ходе реализации программы решаются следующие задачи:

- Повышение эффективности работы по пропаганде здорового образа жизни.

- Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.

- Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.

Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:

1. Просветительское (Заведующая, воспитатели, узкие специалисты, ст. медсестра)

2. Культурно - досуговое (воспитатели, узкие специалисты)

3. Психофизическое (воспитатели, педагог- психолог, ст. медсестра)

Просветительское направление

- Наглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки, устные журналы)

- Собеседование (сбор информации)

- Анкетирование, тесты, опросы

- Беседы

- Встречи со специалистами

- Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях)

- Индивидуальные консультации по возникшим вопросам

- Круглый стол

- Дискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее)

- Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровья.

Культурно - досуговое направление

Дни открытых дверей.

Совместные праздники и развлечения.

Организация вечеров вопросов и ответов.

Психофизическое направление.

Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей

Спортивные соревнования.

Открытые мероприятия по физкультурно-оздоровительной работе

Открытые занятия педагога – психолога

Тренинги, семинары – практикумы.

Взаимодействие с родителями по вопросу изучения удовлетворенности родителей качеством предоставляемых образовательных услуг в сфере оздоровления детей осуществляется на основе мониторинга степени удовлетворенности родителей оказанными образовательными услугами.

Таким образом, создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом, доверительное отношение между взрослыми и детьми, родителями и педагогами, то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.

Сотрудничество с учреждениями здравоохранения, социальными институтами.

Достичь положительных результатов по физическому развитию детей дошкольного возраста было бы невозможно без активного взаимодействия дошкольного учреждения с социумом. Для социализации детей наше учреждение поддерживает связи со здравоохранительными организациями, а также с детскими садами, школами города Набережные Челны. Педагогический коллектив строит свою работу по физическому развитию детей на основании договоров о сотрудничестве. С организациями составлен план совместной работы на летний период, куда включены мероприятия для детей, педагогов и родителей воспитанников.

Социальными партнерами в физическом воспитании и развитии детей стали:

- ГАУЗ «Детская городская поликлиника №5»;
- Семейная клиника «ТАНАР»;
- МБОУ «СОШ №41»;
- МБОУ «СОШ №30»;

- МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад №111 «Батыр»;
- МАДОУ «Детский сад № 98 «Планета детства».

Формы сотрудничества с внешними организациями:

С образовательными учреждениями:

- совместное проведение различных спортивных мероприятий;
- спортивные соревнования «Спартакиада» со школой;
- флешмоб.

С учреждениями здравоохранения:

- профилактический осмотр детей в ДОУ;
- досуги на профилактические темы;
- лекции по ЗОЖ;
- круглые столы с различными специалистами;
- консультативные осмотры детей;
- консультации узких специалистов;
- проведение компьютерного тестирования «ВАЛЕО»;
- физкультурно-оздоровительное просвещение (просветительская работа с родителями, детьми и педагогами).

Взаимодействие с органами здравоохранения подразумевает: обогащение содержания деятельности учреждения через сотрудничество с медицинскими учреждениями по вопросам охраны жизни и здоровья детей; контроль за организацией прививочной и противотуберкулезной работы; проведение лабораторных обследований детей; обследование детей узкими специалистами.

Медицинский персонал ДОУ контролирует физическую нагрузку на занятиях, которая варьируется в соответствии с состоянием здоровья и темпом физического развития ребенка на основе медицинских показаний и наблюдений за самочувствием. В медицинской карте прослеживается физическое и психическое состояние ребенка во время летнего оздоровительного периода: антропометрия, динамика заболеваемости,

переход из одной группы здоровья в другую, данные осмотра врачами и педагогами-специалистами.

Тесная связь с социумом позволяет:

- улучшить физкультурно-оздоровительную работу с детьми;
- воспитывать стремление к здоровому образу жизни у детей;
- проводить работу по формированию и укреплению физического развития в тесном контакте со специалистами спортивных учреждений.

Взаимодействие с различными социальными партнёрами способствует созданию условий для физического развития ребенка, сохранению и укреплению здоровья дошкольников и помогает создать систему спортивно - досуговой и оздоровительной деятельности с воспитанниками и приобщить значительную часть детей и их родителей к здоровому образу жизни.

3.2. Профилактическое направление программы

3.2.1. Профилактика и коррекция нарушения осанки

Одна из важнейших причин нарушения осанки — ограничение двигательной активности.

При случаях нарушений осанки у детей используют активную и пассивную коррекции:

- активная коррекция включает упражнения для укрепления мышц спины, выработки правильной осанки, улучшения функции дыхания, что положительно сказывается на форме грудной клетки, для улучшения общего физического развития;

- к пассивной коррекции относится применение массажа, лечение положением, ношение корсета.

Важнейшим средством профилактики нарушений осанки являются занятия физическими упражнениями. Упражнения бывают:

- статические – они проводятся в виде напряжения мышц удержании предметов, удержание собственного веса во время висов, упоров на полу, у гимнастической стенки и т.д. Эти упражнения применяют для развития силы и выносливости. Упражнения на растягивание применяют в виде различных сгибаний в суставах. Упражнения на расслабление (релаксация);

- дыхательные могут быть статические и динамические, эффективность дыхательных упражнений выше при их сочетании с общеразвивающими упражнениями;

- корригирующие упражнения применяются при исправлении (коррекции) осанки, правильная осанка обеспечивает наиболее полноценное в функциональном отношении взаиморасположение и функционирование внутренних органов и систем. Это могут быть гимнастические упражнения для мышц спины, брюшного пресса и плечевого пояса, выполняемых в различных исходных положениях с гимнастической палкой, мячами или без предметов. При деформациях позвоночника применяют корригирующие упражнения в сочетании с массажем;

- основные виды движений (бег, ходьба, лазание, ползание, метания, упражнения в равновесии, прыжки и др.). Самое широкое применение в летний период в работе с детьми имеют игры, так как, кроме воспитания ряда навыков они оказывают положительное эмоциональное воздействие. Используются малоподвижные, подвижные и спортивные игры.

Широко применяется в сочетании с гимнастическими упражнениями массаж, используемый при необходимости снятия болевых ощущений в утомленных мышцах.

Ходьба как лечебное средство широко используется для укрепления двигательных функций. Ходьба и бег оказывают большое тренирующее воздействие на мышцы всего тела (особенно ног), способствуют улучшению работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Проведение физкультминуток – это эффективный способ поддержания работоспособности воспитанников, поскольку во время физкультминуток

обеспечивается отдых центральной нервной системы, а также скелетных мышц, испытывающих статическое напряжение из-за длительного сидения за столом.

3.2.2. Профилактика плоскостопия

Основная причина плоскостопия у детей — ослабление связочно-мышечного аппарата, поддерживающего свод стопы. С целью профилактики плоскостопия у детей в летний период используются физические упражнения, укрепляющие мышцы, поддерживающие свод стопы.

Упражнения для свода стопы рекомендуется делать при разгрузке стоп от веса тела, т.е. в исходном положении сидя или лежа. Корректирующими упражнениями будут:

- супинация стопы — свободная и с сопротивлением;
- хватательные движения пальцами ног;
- лазание по шесту и канату с захватыванием их внутренней поверхностью свода стопы;
- ходьба босиком по неровному грунту;
- ходьба по массажным дорожкам;
- ходьба с опорой на наружный край стопы;
- ходьба и бег на носках и т.д.

Гигиенические правила и рациональный режим нагрузки на нижние конечности для детей с нарушениями формирования свода стопы осуществляется и в домашних условиях под контролем родителей, для этого:

- необходимо каждый день дома делать гигиеническую ножную ванну (36 – 37°);
- необходимо выработать походку без сильного разведения стоп;
- полезно ходить босиком по рыхлой почве, песку;
- не рекомендуется чрезмерная ходьба босиком или в обуви с мягкой подошвой (типа резиновых туфель) по утоптанной почве, асфальту;

- не рекомендуется находиться в помещении в утепленной обуви;
- детям с склонностью к плоскостопию следует избегать продолжительного стояния (особенно с разведенными стопами), переноски тяжестей;
- при необходимости длительного стояния полезно перенести на некоторое время нагрузку на наружный край стопы.

Коррекционно–профилактическая работа в дошкольном учреждении проводится как в помещении, так и на участке: спортивной площадке, «Тропе здоровья».

3.2.3. Профилактика нарушений зрения

Охрана зрения детей — сложная социально-гигиеническая проблема. Решение этой проблемы требует комплексного подхода к организации мероприятий по охране зрения детей:

- систематического медицинского наблюдения за состоянием зрения ребенка дошкольного возраста;
- проведение профилактики и лечение глазных заболеваний и зрительных расстройств с момента рождения ребенка;
- систематическое изучения фактов внешней среды, влияющих на зрение.

Одной из причин проблем со зрением у детей дошкольного возраста являются повреждения глаз. Причиной глазного травматизма среди детей может быть неосторожное обращение с колющими и режущими предметами (ножницы, ножи, гвозди, проволока), ушибы тупыми предметами (палка, шайба, камень, ком снега и др.).

Большинство травм дети получают на улицах, при отсутствии надзора за ними. Надо помнить, что дети дошкольного возраста обычно не представляют всей опасности, которую таят некоторые химические вещества и жидкости.

Хорошо использовать гимнастику для глаз с детьми на протяжении всего летнего периода. С дошкольниками лучше проводить ее в стихотворно-игровой форме.

3.2.4. Вакцинопрофилактика

Решающую роль в оздоровлении детей и в предупреждении детских инфекций играет вакцинопрофилактика, которая в нашей стране осуществляется в соответствии с национальным календарем профилактических прививок и календарем профилактических прививок по эпидемическим показаниям.

На период пребывания детей в детском саду приходится относительно немного прививок. В шестилетнем возрасте дошкольникам проводится вторая вакцинация против кори, паротита и краснухи. В возрасте семи лет (зачастую уже в школе) – вторая ревакцинация против дифтерии и столбняка и первая ревакцинация против туберкулеза. По эпидемиологическим показаниям в дошкольных учреждениях практически ежегодно проводится вакцинопрофилактика гриппа.

3.3. Оздоровительное направление программы

3.3.1. Физкультурно-оздоровительная работа

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ – это целенаправленная и систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения, рассчитанная на летний период, которая строится на разделе образовательной области «Физическое развитие», примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. В систему физкультурно-оздоровительной работы ДОУ входят: создание материально-

технических условий в ДОУ, выполнение санитарно-гигиенических требований, организация полноценного питания и рационального режима дня, создание оптимальной двигательной деятельности детей, организация профилактических, оздоровительных и закаливающих мероприятий, диспансеризация и медицинский контроль, работа по формированию ЗОЖ, работа с родителями.

Физическое развитие оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, содействует овладению необходимыми движениями.

Для достижения цели физического развития и воспитания применяются следующие средства:

В задачах первой группы (оздоровительные):

- физические упражнения;
- оздоровительные силы природы – как средство закаливания;
- гигиенические и социально-бытовые факторы (рациональный режим дня, полноценное питание).

В задачах второй группы (воспитательные):

- деятельность детей;
- игры;
- художественные средства.

Работа по физическому развитию проходит в разных формах:

- физкультурно-оздоровительной в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные игры, физические упражнения на прогулке) (Приложение №1);
- самостоятельной двигательной деятельности детей;
- активного отдыха (физкультурные развлечения, праздники, дни здоровья) (Приложение №2);
- двигательный режим в дошкольном учреждении (Приложение №3).

Используются методы: упражнения, беседы, игры, создание проблемных ситуаций, анализ физических и нравственных качеств.

В задачах третьей группы (формирование осознанного отношения к своему здоровью):

- образец взрослого;
- собственная деятельность детей;
- художественные средства.

Используются методы: экспериментирование, упражнения, беседы, рассматривание картин и иллюстраций.

Комплексное использование этих средств позволяет эффективно решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи.

Оздоровительные силы природы (солнце, воздух и вода) оказывают существенное влияние на детей. Изменения метеорологических условий вызывают определенные биохимические изменения в организме, которые приводят к изменению состояния здоровья и работоспособности человека. Одним из главных требований к использованию оздоровительных сил природы является системное и комплексное применение их в сочетании с физическими упражнениями.

Целесообразное использование воздуха, солнца и воды помогает выработать у дошкольника приспособительные реакции к изменяющимся внешним условиям, т. е. закалить его организм.

Средства и методы закаливания:

- закаливание воздухом;
- закаливание водой;
- упражнения после сна (в постели);
- пробежка по «пуговичному» коврику;
- витаминизированное питье;
- пробежки по дорожкам препятствий;
- дозированный бег;
- полоскание рта;

- дыхательная гимнастика;
- хождение босиком.

Критерии эффективности закаливания:

Оценка эффективности закаливания осуществляется по следующим показателям.

1. Динамика заболеваемости:

- уменьшение доли часто болеющих детей;
- увеличение индекса здоровья;
- сокращение длительности одного заболевания (в днях);
- уменьшение частоты заболеваемости ОРВИ;
- уменьшение числа дней, пропущенных в среднем одним ребенком по болезни в течение года;
- перераспределение по группам здоровья в сторону увеличения доли детей, относящихся к 1-й группе здоровья и, соответственно, уменьшение доли детей, относящихся ко 2-й или 3-й группам здоровья.

2. Поведение детей в различные режимные моменты — снижение возбудимости, быстрое засыпание, глубокий сон, хороший аппетит, повышение внимания и активности на ООД.

К гигиеническим факторам, содействующим укреплению здоровья и повышающим эффект воздействия физических упражнений на организм человека, стимулирующим развитие адаптивных свойств организма, относятся личная и общественная гигиена, соблюдение общего режима дня, режима двигательной активности, режима питания и сна.

Формы работы

Формы работы	Место проведения	Время
Утренняя гимнастика	на воздухе	ежедневно по плану
Занятия по физической культуре	на воздухе	2 раза в неделю, в часы наименьшей инсоляции (до

		наступления жары или после ее спада)
Подвижные игры: сюжетные, не сюжетные с элементами соревнований; дворовые, народные, с элементами спорта (футбол, баскетбол)	на воздухе	ежедневно, в часы наименьшей инсоляции
Двигательные разминки: упражнения на развитие мелкой моторики, ритмические движения, упражнения на внимание и координацию движений, упражнения в равновесии, упражнения для активизации работы глазных мышц, гимнастика расслабления, упражнения на формирование правильной осанки, упражнения на формирование свода стопы.	на воздухе	Ежедневно, в часы наименьшей инсоляции
Элементы видов спорта, спортивные упражнения: катание на самокатах, езда на велосипедах, футбол, баскетбол, бадминтон.	на воздухе	ежедневно, в часы наименьшей инсоляции
Гимнастика пробуждения: гимнастика сюжетно – игрового характера «Сон ушел. Пора встать. Ножки, ручки всем размять»	Спальная комната	ежедневно после дневного сна
Закаливающие мероприятия: умывание прохладной водой, босохождение, солнечные и воздушные ванны.	с учетом специфики закаливающего мероприятия	по плану в зависимости от характера закаливающего мероприятия
Индивидуальная работа в режиме дня	с учетом специфики индивидуальной работы	ежедневно

Праздники, досуги, развлечения	на воздухе	1 раз в неделю
Включение в меню витаминных напитков, фруктов, свежих овощей		Май - август

3.3.2. Здоровьесберегающие технологии

Главная задача воспитателей детского сада - подготовить дошкольника к будущей самостоятельной жизни, предоставив ему необходимые условия для получения и закрепления устойчивых навыков, умений, знаний, воспитав в нем необходимые привычки. Но, может ли каждый педагог или просто взрослый человек относиться равнодушно к неблагоприятному состоянию здоровья своих воспитанников, к его заметному ухудшению? Одним из ответов и выступает востребованность среди педагогов здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии - это:

- организованная совокупность приемов, программ, методов организации процесса образования, которая не причиняет ущерба здоровью детей;
- качественная характеристика педтехнологий по критерию их действия на здоровье участников педпроцесса;
- технологическая база здоровьесберегающей педагогики.

Цель здоровьесберегающей технологии - предоставить каждому дошкольнику высокий уровень здоровья, дав ему необходимый багаж умений, знаний, навыков, которые нужны для здорового образа жизни, заложив в нем культуру здоровья.

Эта цель достигается путем решения многих задач педагогом в ходе своей деятельности. Воспитатели учат детей культуре здоровья, как следует ухаживать за своим телом, т.е. разумному отношению к личному здоровью, безопасному поведению.

Задачи здоровьесберегающих технологий:

1. Объединить усилия родителей и педагогического коллектива для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, профилактики нарушений осанки и плоскостопия;
2. Обучить воспитанников безопасному поведению в условиях чрезвычайных ситуаций в городе и в природных условиях;
3. Осуществить преемственность между ДООУ и школой посредством физкультурно-оздоровительной работы.

Здоровьесберегающие технологии, применяемые в ДООУ

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Динамические паузы	В организационных моментах, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.	Воспитатели
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели, педагог-психолог

Гимнастика пальчиковая, артикуляционная	С младшего возраста индивидуально, либо с подгруппой, ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени	Воспитатели
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Гимнастика пробуждения	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ	Воспитатели
Гимнастика корригирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Воспитатели
Хожение по массажным дорожкам	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели
Логоритмика	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели, учитель-логопед
Технологии обучения здоровому образу жизни			

Физкультурное занятие	2 раза в неделю в летний период на свежем воздухе (в спортивном зале в зависимости от погодных условий). Младший возраст- 15 мин., средний возраст - 20 мин., старший возраст - 25 мин.	Занятия проводятся в соответствии с программой ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели, руководитель физического воспитания
Игротренинги и игротерапия	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Занятие может быть организовано незаметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели, педагог-психолог
Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	Воспитатели, медсестра
Точечный самомассаж	Проводится в любое удобное для педагога время со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал	Воспитатели, медсестра
Коррекционные технологии			
Арттерапия	В режимных моментах как часть занятия	Занятия проводят по подгруппам	Воспитатели, педагог-психолог
Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения	Все педагоги

		эмоционального настроения и пр.	
Сказкотерапия	В режимных моментах как часть занятия	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы.	Воспитатели
Технологии коррекции поведения	В режимных моментах как часть занятия	Проводятся индивидуально в группе и по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек.	Воспитатели, педагог-психолог

3.3.3. Закаливание

Закаливание – это система мероприятий, направленная на тренировку защитных физиологических механизмов терморегуляции организма.

С целью обеспечения эффективности закаливания необходимо:

- четкая организация теплового и воздушного режима помещения («температурная» гигиена);
- рациональная, не перегревающая одежда для детей;
- соблюдение режима прогулок;
- гигиенические процедуры (умывание, обливание рук до локтя прохладной водой);
- хождение босиком.

Виды закаливания:

1. Умывание — самый доступный в быту вид закаливания водой. Начинается теплой водой (30—32 °С), постепенно снижая ее температуру до комнатной, а затем используется вода из-под крана. Далее дети ежедневно умываются прохладной водой до пояса. Ребенок моет с мылом руки до локтей, затем водой, набранной в пригоршню, последовательно обмывает руки до плеч (поочередно), лицо, шею, грудь и подмышки, обмыть спину придется помочь. По окончании мытья ребенок перекидывает через шею полотенце и

быстрыми движениями (вначале с помощью взрослого) вытирает грудь, лицо, шею и т. д.

2. Ножные ванны — очень действенное средство закаливания, поскольку ноги, особенно стопы, наиболее чувствительны к охлаждению. Летом лучше всего мыть ноги на воздухе, это усиливает закаливающее действие.

3. Хождение босиком — один из древнейших приемов закаливания, широко практикуемый и сегодня во многих странах. К тому же происходит тренировка мышц стопы. Предохраняя от плоскостопия. Поэтому рекомендуется ходить босиком по скошенной траве, тропе «Здоровья» и т. п. Начинается хождение босиком сначала по 1 минуте и прибавляется через каждые 5—7 дней по 1 минуте, доведя общую продолжительность до 8—10 минут ежедневно.

4. Общее обливание — прекрасное средство закаливания, простое и доступное. Первоначально температура воды должна быть 30—32°, через каждые 3 дня ее снижают на один градус.

5. Прогулки на свежем воздухе отлично закаливают детей. Проводятся ежедневно в соответствии с требованиями СанПиН.

Солнечные ванны укрепляют деятельность центральной нервной системы, оживляют обмен веществ, повышают сопротивляемость. В солнечном спектре имеются ультрафиолетовые лучи, под влиянием которых в коже образуется витамин Д. Солнечные ванны проводятся с учетом погодных условий и индивидуальных особенностей дошкольников. Световоздушные ванны рекомендуется принимать, начиная с температуры воздуха не ниже 20С в тени. В нашем детском саду для каждой возрастной группы оборудованы площадки для прогулок, на которых имеются теневые навесы, участки сплошной тени (от зелени), место для игры с песком, газонная трава для босохождения. В теплую безветренную погоду солнечные ванны с использованием светотени принимаются на каждой прогулке. Для защиты от

перегревания поддерживается водный баланс воспитанников в соответствии с питьевым режимом (Приложение №4).

Результаты закаливания во многом зависят от того, как ребёнок относится к этим процедурам. Важно, чтобы закаливающие процедуры вызывали положительные эмоции у детей.

При работе с детьми мы соблюдаем основные принципы:

1. осуществлять закаливание при условии, что ребенок здоров;
2. не проводить закаливающие процедуры при наличии страха, плача, беспокойства;
3. осуществлять закаливание постепенно и последовательно, с расширением зон воздействия и увеличением времени закаливания;
4. обеспечивать комплексное использование всех природных факторов;
5. тщательный учет индивидуальных особенностей ребенка.

Важным составным элементом комплексной процедуры закаливания является умеренная по интенсивности физическая деятельность. Она играет роль своеобразного фона активизации физиологических систем, благоприятствующей повышению терморегуляторной функции. Поэтому качество выполнения упражнений играет здесь второстепенную роль – первостепенное значение имеет количественная сторона, степень энергичности и продолжительность их выполнения.

Эффективность закаливания детей в дошкольном учреждении возрастает, если ребенок получает закаливающие процедуры и дома. В домашних условиях наиболее эффективным методом закаливания могут стать водные процедуры (теплый душ, контрастное обливание (местное, общее), ножные ванны. Педагоги нашего дошкольного учреждения проводят для родителей собрания, консультации («Традиционные методы закаливание», «Растим малышей здоровыми»), готовят папки передвижки «Общая характеристика физических методов оздоровления дошкольников», «Двигательная активность и здоровье ребенка».

Закаливание оказывает широкое физиологическое воздействие на организм. У ребенка не только вырабатывается быстрая реакция на температурные, климатические изменения, но и повышается количество гемоглобина, улучшаются иммунологические свойства, он становится менее подверженным любым заболеваниям и легче справляется с ними.

Физиологическая сущность закаливания обуславливает определенные требования к организации работы с детьми:

1. Закаливание нужно проводить систематически, в течении всего года, с учетом сезонных явлений.
2. Постепенно увеличивать силу сезонных раздражителей.
3. Учитывать состояние здоровья, типологические особенности ребенка, его эмоциональное состояние, а также домашние условия и условия детского учреждения.
4. Использовать природные факторы в связи с режимом, правильной организацией всей деятельности ребенка, так как общее укрепление здоровья способствует эффективности закаливания.

Систематичность проведения закаливающих процедур определяется их условнорефлекторной природой. При проведении мероприятий по закаливанию в одно и тоже время и в одних и тех же условиях легко образуются условнорефлекторные связи. Физиологическая реакция появляется уже при подготовке ребенка к процедуре. Но связи эти не отличаются прочностью, поэтому закаливающие процедуры должны быть регулярными.

Постепенность в изменении силы раздражителя – необходимое условие закаливания, так как организм не может перестраиваться сразу и соответствующим образом реагировать при резком понижении или повышении температуры. Слишком малая разница в раздражителях или их постоянная величина также не оказываются полезными, так как не вызывают перестройки в работе сердечнососудистой, дыхательной и других систем, обмену веществ, т.е. закаливание не оказывает глубокого влияния на организм.

При определенной устойчивости организма к изменению температуры следует использовать контрастные кратковременные воздействия, что способствует совершенствованию физиологических реакций и более высокой приспособляемости к условиям среды.

Показателями правильного выбора раздражителя служат кратковременное углубление и учащение дыхания, пульса, а также внешний вид кожи, общая положительная реакция ребенка: хорошее настроение, хорошее самочувствие.

Учет индивидуальных особенностей необходим при закаливании. Дети с возбудимой нервной системой нуждаются в более осторожном изменении температуры, а также в успокаивающих процедурах перед сном (обтирание, теплая ванна). Заторможенным детям полезны бодрящие процедуры после сна (обливание, душ). Детей с ослабленным здоровьем обязательно нужно закаливать, но постепенность в изменении температуры выдерживать более тщательно: больше временные промежутки, при которых проводятся процедуры с одинаковой температурой. Необходимым является врачебный контроль.

Связь закаливающих процедур с физическими упражнениями, разнообразной деятельностью ребенка в повседневной жизни дает лучшие результаты и непосредственно для закаливания и для общего укрепления организма.

3.3.4. Режим дня

Режим дня в летний период организуется в соответствии с увеличенным временем пребывания дошкольников на свежем воздухе.

При составлении и организации режима необходимо учитывать повторяющиеся компоненты, которые обязательны. Это:

- время приёма пищи (5- разовое);
- укладывание на дневной сон;

– общая длительность пребывания ребенка на открытом воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений.

При организации оздоровительного режима необходимо стремиться к полной реализации в жизни каждого ребёнка трёх моментов: полное удовлетворение потребности в движении, достаточной индивидуальной умственной нагрузки и обеспечение условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений.

Достаточный по продолжительности дневной сон детей.

Длительность сна определяется не только возрастными особенностями, но и индивидуальными проявлениями деятельности мозга ребёнка. При организации дневного сна целесообразно больше пользоваться притоками свежего воздуха.

При организации оздоровительного режима желательно учитывать климатические и сезонные особенности. Поэтому в дошкольном учреждении желательно имеются 2 сезонных режима, с постепенным переходом от одного к другому. При этом основными изменяющимися компонентами являются соотношение периодов сна и бодрствования и двигательной активности детей на открытом воздухе и в помещении. Пребывание дошкольников на свежем воздухе в летний период укрепляет и закаливает детский организм, оказывает положительное влияние на его всестороннее развитие. Основная задача взрослых при этом как можно полнее удовлетворить потребность растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении. Обеспечить необходимый уровень физического и психического развития детей поможет четко спланированная система мероприятий развлекательного, познавательного и оздоровительного характера.

Детское питание является одним из ключевых факторов, определяющих темпы роста ребенка, его гармоничное развитие, способность к различным формам и видам обучения, адекватную иммунную реакцию, устойчивость к действию неблагоприятных влияний внешней среды. Потребление пищевых

веществ должно соответствовать возрастным особенностям детей. Вследствие этого, рекомендуемые нормы потребности в основных пищевых веществах и энергии существенно меняются у детей разного возраста в соответствии с изменениями в физическом развитии, пищеварительном аппарате, процессах обмена веществ, двигательной активности, происходящими в период с 2 лет до 7 лет. Несмотря на существенные количественные различия, можно сформулировать общие принципы рационального сбалансированного питания (Приложение №5):

- адекватная энергетическая ценность рациона, соответствующая энергозатратам ребенка;
- сбалансированность рациона по всем заменимым и незаменимым пищевым факторам, включая белки и аминокислоты, пищевые жиры и жирные кислоты, витамины, минеральные соли и микроэлементы, а также минорные, условно незаменимые нутриенты, необходимые для обеспечения оптимального питания (биофлавоноиды и др.);
- максимальное разнообразие рациона, являющееся основным условием обеспечения его сбалансированности;
- оптимальный режим питания;
- адекватная технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их высокие вкусовые достоинства и сохранность исходной пищевой ценности;
- обеспечение безопасности питания, включая соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, поставляемым продуктам питания, их транспортировке, хранению, приготовлению и раздаче блюд.

В соответствии с этими принципами рационы питания детей в дошкольных образовательных учреждениях должны включать все основные группы продуктов, а именно — мясо и мясопродукты, рыбу и рыбопродукты, молоко и молочные продукты, яйца, пищевые жиры, овощи и фрукты, хлеб и хлебобулочные изделия, крупы, макаронные изделия и бобовые, сахар и кондитерские изделия. Только в этом случае можно обеспечить детей всеми

пищевыми веществами. И, наоборот, исключение из рациона тех или иных продуктов или, напротив, избыточное потребление каких-либо из них неизбежно приводит к нарушениям в состоянии здоровья детей.

Несоблюдение гигиенических требований снижает положительный эффект в физическом развитии детей.

4. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

4.1. Планирование оздоровительно – профилактической работы

Комплекс оздоровительных мероприятий, проводимых в дошкольном учреждении, направлен на сохранение и укрепление здоровья детей, снижение уровня заболеваемости, снятие эмоциональной напряжённости. Он состоит из следующих разделов: закаливание, лечебно-профилактическая работа, физкультурно-оздоровительная работа.

Оздоровительно-профилактическая работа предполагает комплекс мероприятий с целью укрепления здоровья ребёнка, повышения способности его организма противостоять различного рода воздействиям, а также реабилитации детей после перенесённых заболеваний.

В рамках физкультурно-оздоровительной работы проводятся следующие мероприятия: оздоровительный бег, оздоровительные гимнастики, занятия физической культурой, динамические часы, дни здоровья, хореография, спортивные секции по интересам.

4.1.1. Организация и проведение мероприятий для сотрудников в летний оздоровительный период

План работы администрации с сотрудниками ДОУ

№ п\п	Наименование мероприятий	Срок проведения	Ответственный за выполнение
1.	Заседание творческой группы по обсуждению задач на летне-оздоровительный период.	Март	Заведующий ДОУ Сорошкина С.А.
2.	Изучение социального заказа родителей провести через анкетирование	Март	Педагоги - психологи
3.	Создание предметно-развивающей среды: - оформление веранд, участков, площадок; - в методическом кабинете подобрать необходимую справочную и методическую литературу, конспекты проведения досугов, развлечений, составление картотек подвижных игр, игр-эстафет, спортивных,	Март, апрель	Ст. воспитатель, воспитатели, узкие специалисты

	<p>строительно-конструктивных, дидактических, народных игр с кратким описанием; практические советы и методические рекомендации;</p> <p>-оснащение игровых площадок выносным спортивным оборудованием;</p> <p>-по физкультурно-оздоровительной работе;</p> <p>-по трудовой деятельности;</p> <p>-по игровой деятельности (с песком, водой, сюжетно-ролевым играм);</p> <p>-по художественно-эстетической деятельности;</p> <p>-оформление выносных родительских уголков, папок-передвижек.</p> <p>-оформление цветников;</p> <p>-оформление огорода;</p> <p>-оформление игровых площадок по правилам дорожного движения (разметка «перекресток»; дорожные знаки, оформление стен веранд дорожной тематикой);</p> <p>-оформление игровых площадок разными видами «классиков» (для развития двигательных навыков).</p>		
4	<p>Инструктивно-методические совещания:</p> <p>-Инструктаж по охране жизни и здоровья детей в детском саду и на детских площадках</p> <p>-Инструктаж «О предупреждении отравления детей ядовитыми растениями и грибами».</p> <p>-Инструкция «Об организации воспитательной работы с детьми на прогулке»</p> <p>-Инструкция по охране жизни и здоровья детей в летний период</p> <p>-О соблюдении техники безопасности при организации трудовой деятельности в детском саду.</p> <p>-Инструкция по охране труда «Оказание первой медицинской помощи»</p> <p>-Соблюдение питьевого и санитарно-эпидемиологического режима в летних условиях.</p> <p>-Инструктаж по пожарной безопасности»</p>	<p>Май</p> <p>Июль</p> <p>Апрель</p> <p>Июнь</p> <p>Май</p> <p>Май</p> <p>Июнь</p> <p>Июнь</p>	<p>Заведующий ДОУ</p> <p>Старшая медсестра</p> <p>Старший воспитатель</p> <p>Заведующий ДОУ</p> <p>Старший воспитатель</p> <p>Старшая медсестра</p> <p>Старшая медсестра</p> <p>Заведующий</p>

5.	Практический семинар «Украшаем участок своими руками»	Апрель	Старший воспитатель
6.	Контроль по выполнению плана подготовки к летнему оздоровительному периоду	Апрель - май	Творческая группа
7.	Конкурс «На лучшую подготовку участка к летнему оздоровительному периоду».	Май (2-ая декада)	Творческая группа
8.	Производственное собрание по итогам контроля «Подготовка ДОУ к летнему оздоровительному периоду»	Май	Заведующий ДОУ
9.	Создание условий для детей в адаптационный период.	Июнь-август	Заведующий, ст. воспитатель, ст. медсестра, педагог-психолог
10.	Мини-педсовет «Итоги летнего оздоровительного периода»	Август	Заведующий ДОУ, старший воспитатель

План работы узких специалистов с сотрудниками ДОУ

№ п/п	Форма Тема мероприятия	Ответственные за проведение
ИЮНЬ		
1	Консультирование воспитателей по разучиванию программного материала и подготовке к ООД.	Муз.руководители
2	Совместная подготовка к праздникам и развлечениям, координация разучивания ролей.	
3	Консультация для младших групп: «Музыкально-игровая деятельность как средство повышения речевой активности детей».	
4	Организация летних игр «На летней полянке» (картотека музыкальных игр для всех возрастов).	
5	Консультация для воспитателей на тему: «Конфликты в детском саду».	Педагог- психолог
7	Мастер-класс для педагогов: «Волшебная песочница».	
8	Рекомендации для педагогов: «Психологические речевые настройки».	
9	Сеанс релаксации в сенсорной комнате.	
10	Консультация «Организация работы по усвоению словарного минимума УМК в режимных моментах».	Воспитатели по обучению детей татарскому языку
11	Совместное проведение утренней гимнастики (оздоровительный бег).	Инструктор Ф/К
12	Подготовка и совместное проведение развлечений, праздников, оздоровительных мероприятий. Подготовка воспитателей к проведению физкультурных занятий.	
13	Консультация: «Игры на асфальте».	
ИЮЛЬ		
14	Консультации для педагогов: «Обидчивый ребенок».	Педагог- психолог

15	В помощь педагогу: «Картотека игр и упражнений по развитию эмоционально – волевой сферы детей».	
16	Индивидуальное консультирование педагогов (по запросу).	
17	Сеанс релаксации в сенсорной комнате.	
18	Пескотерапия (для начинающих).	
19	Консультация для средних групп: «Роль игровых технологий в обучении детей на музыкальных занятиях».	Муз.руководители
20	Занимательная викторина «Музыкальный турнир».	
21	Совместное проведение утренней гимнастики (оздоровительный бег).	Инструктор Ф/К
22	Подготовка и совместное проведение развлечений, праздников, оздоровительных мероприятий. Подготовка воспитателей к проведению физкультурных занятий.	
23	Консультация «Игровой массаж», «Праздник Нептуна. Что вы о нем знаете?».	
24	Мастер-класс по изготовлению театра «Зур гаилә, матур гаилә».	Воспитатели по обучению детей татарскому языку
АВГУСТ		
25	Совместное проведение утренней гимнастики (оздоровительный бег).	Инструктор Ф/К
2	Подготовка и совместное проведение развлечений, праздников, оздоровительных мероприятий. Подготовка воспитателей к проведению физкультурных занятий.	
27	Консультация: «Использование нетрадиционного физкультурного оборудования в летний период».	
28	Консультация для старших групп: «Возможности музыкального занятия как средства реализации здоровьесберегающих технологий».	Муз.руководители
29	Индивидуальное консультирование педагогов (по запросу).	Педагог- психолог
30	Сеанс релаксации в сенсорной комнате.	
31	Консультации для педагогов: «Откуда приходят детские страхи».	
32	Консультация для педагогов ДОУ «Функции, принципы и компоненты предметно-развивающей среды по татарскому языку в соответствии ФГОС ДО».	Воспитатели по обучению детей татарскому языку
33	Подготовка к празднику «День Республики».	
34	Выставка методической и познавательной литературы, советы и рекомендации. Помощь в разработке сценариев мероприятий и т.д Подготовка выставок, конкурсов, соревнований. Подбор информационного материала для родительского уголка. Помощь в разработке маршрутов экскурсий, походов, целевых прогулок.	Ст. воспитатель

4.1.2. Организация и проведение мероприятий для детей в летний оздоровительный период

1. Создание условий для всестороннего развития детей

Направления работы	Условия реализации работы	Ответственный
Санитарно-гигиенические условия		
Организация водно-питьевого режима	Наличие индивидуальных кружек, чайника, кипяченой охлажденной воды	Ст. медсестра, младшие воспитатели
Организация закаливающих процедур	Наличие индивидуальных полотенец для рук и ног, лейки, тазики, бассейн Плескательный	Ст. медсестра, младшие воспитатели
Условия для физического развития		
Организация безопасных условий пребывания детей в ДОУ	Наличие аптечки первой помощи, исправного оборудования на прогулочных площадках	Ст. медсестра, завхоз
Формирование основ безопасного поведения и привычки к здоровому образу жизни	Наличие дидактического материала для: работы по ОБЖ, обучения детей правилам дорожного движения, работы по ЗОЖ	Ст. воспитатель
Организация двигательного режима	Наличие физкультурного оборудования (мячи, кегли, кольцобросы, скакалки, мешочки с песком и т.д.). Проведение коррекционной работы (коррекция зрения, осанки, плоскостопия и др.). Индивидуальная работа с детьми по развитию движений. Организация спортивных праздников, досугов. Организация эколого-оздоровительных походов	Инструктор по физической культуре
Условия для познавательного развития		
Организация познавательных тематических досугов	Разработка сценариев. Подготовка атрибутов, костюмов. Наличие дидактических пособий, игр.	Ст. воспитатель, воспитатели
Организация экскурсий	Проведение экскурсий в музей города, пожарную часть, целевых прогулок к перекрестку, по улицам города.	Ст. воспитатель, воспитатели
Условия для экологического развития		
Организация экспериментальной деятельности	Наличие цветников, пособий и оборудования для проведения экспериментов	Ст. воспитатель, воспитатели
Организация разных видов деятельности по ознакомлению с природой	Наличие календаря природы, пособий и оборудования по ознакомлению с природой, дидактических игр экологической направленности. Проведение целевых прогулок, экскурсий, походов	Ст. воспитатель, воспитатели

Условия для развития изобразительного творчества		
Организация изобразительной деятельности	Наличие изобразительных средств и оборудования (мелки, гуашь, акварель, кисти, свечи, природный материал, пластилин, оборудование для рисования нетрадиционными способами: тычки, шерстяные нитки, зубные щетки, кусочки поролона и др.) Организация выставок, конкурсов внутри детского сада, игр с песком и водой	Ст. воспитатель, воспитатели
Условия для организации трудовой деятельности		
Труд в природе	Наличие оборудования для труда (лопатки, лейки, грабли, совки), мини-огорода, уголков природы в каждой группе	Ст. воспитатель, воспитатели
Ручной труд	Наличие изобразительных средств (картон, цветная бумага, ножницы, клей, нитки и др.), природного материала, нетрадиционного материала (тесто, ткань, овощи) Организация выставок, конкурсов поделок в ДОУ	Ст. воспитатель, воспитатели

2. Организация физкультурно-оздоровительной работы

Содержание	Возрастная группа	Время проведения	Ответственный
Оптимизация режима			
Переход на режим дня в соответствии с теплым периодом года (прогулка - 4-5ч., сон – 3ч.), все виды деятельности организуются на свежем воздухе	Младшая, средняя, старшая группы	Ежедневно	Воспитатели, старший воспитатель
Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Младшая группа	Ежедневно	Воспитатели, психолог, медсестра
Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей	Младшая, средняя, старшая	Ежедневно	Воспитатели, психолог, медсестра
Организация двигательного режима			

Утренняя зарядка на воздухе	Младшая - старшая	Ежедневно	Инструктор по ФИЗО
Гимнастика пробуждения	Младшая - старшая	Ежедневно	Воспитатели
Физкультурные занятия на улице	Младшая – старшая	2 раза в неделю	Инструктор по ФИЗО
Оздоровительная ходьба за пределами детского сада (на развитие выносливости)	Средняя – старшая	Еженедельно	Инструктор по ФИЗО
Дозированный бег для развития выносливости	Младшая – старшая	Ежедневно	Инструктор по ФИЗО
Игры с мячом, развитие умений действовать с предметами	Младшая – старшая	Ежедневно	Инструктор по ФИЗО
Метание мяча в цель	Средняя – старшая	Еженедельно	Инструктор по ФИЗО
Прыжки через скакалку разными способами	Средняя – старшая	Ежедневно	Инструктор по ФИЗО
Прыжки в длину с места	Младшая – старшая	Ежедневно	Инструктор по ФИЗО
Подвижные игры на прогулке	Младшая – старшая	Ежедневно	Воспитатели
Совместная и самостоятельная двигательная деятельность	Младшая - старшая	Ежедневно в течение дня	Воспитатели
Эколого – оздоровительные походы, целевые прогулки	Старшая– старшая	По плану	Инструктор по ФИЗО. Воспитатели, мл. воспитатели
Спортивные досуги	Младшие - старшая	1 раз в две недели	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Закаливание			
Воздушные ванны (в облегченной одежде)	Младшая – старшая	Ежедневно	Воспитатели
Хожение босиком по траве	Средняя - старшая	Ежедневно	Воспитатели, медсестра
Хожение босиком по дорожке здоровья	Средняя - старшая	Ежедневно	Воспитатели, медсестра оздоровления
Обширное умывание	Средняя – старшая	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели
Обливание ног	Средняя – старшая	Ежедневно	Воспитатели, медсестра оздоровления

Игры с водой	Младшая - старшая	Во время прогулки или	Воспитатели
Лечебно-оздоровительная работа			
Полоскание горла солевым раствором	Средняя - старшая	Ежедневно	Воспитатели
Полоскание полости рта холодной кипяченой водой	Младшая - старшая	Ежедневно после каждого приема пищи	Воспитатели
Коррекционная работа			
Корригирующая гимнастика	Младшая - старшая	Ежедневно после дневного сна	Воспитатели
Коррекция зрения	Средняя - старшая	1-2 раза в неделю	Воспитатели
Коррекция осанки	Младшая – старшая Индивидуально	1-2 раза в неделю	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Коррекция плоскостопия	Младшая старшая	1-2 раза в неделю	Воспитатели
Пальчиковая гимнастика	Младшая - старшая	2-3 раза в неделю	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	Средняя - старшая	Ежедневно	Воспитатели
Релаксация	Средняя - старшая	2-3 раза в неделю	Воспитатели

3. Организация мероприятий познавательного характера

В летний оздоровительный период работа с детьми ведется согласно сетки занятий по проекту «Улыбки лета» (Приложение №6, №7).

№П/п	Тема недели	Тематика
Июнь		
1.	«Здравствуй, лето озорное!»	День защиты детей День воды и песка 4 июня – всемирный день охраны окружающей среды
2.	«Моя Родина, моя Россия»	Природа России Детям про Москву Казань- столица Татарстана Город, в котором я живу 12 июня – День России
3.	«Олимпийские игры в ДОУ»	День бегуна Веломарафон Закрытие олимпийских игр Сабантуй

4.	«Искусство, созданное для детей»	Л.Н. Толстой В мире сказок А.С. Пушкина Детские писатели и поэты Татарстана Театр Мир музыки и литературы
Июль		
1.	«Лето красное - безопасное»	День безопасности День юного исследователя Ребенок и другие люди Пожар - это страшно Природа и безопасность
2.	«Неделя семьи, любви и верности»	Говорим о семье Интересные факты Веселая игротека Вместе мы одна семья Самая дружная семья
3.	«Город юных исследователей»	Парки города Набережные Челны Поведение на природе Разноцветный хоровод В мире насекомых Познаем мир
4.	«Мы за здоровый образ жизни»	День здоровья День любимой игры и игрушки Азбука здоровья Не болей-ка День здоровых зубов
5.	«Без воды и ни туда, и ни сюда. Ее величество вода»	Реки Татарстана. Волга Реки Татарстана. Кама (продолжение) Как образуются реки? День опытов и открытий День опытов и открытий (продолжение)
Август		
1.	«Береги природу»	Свойства предметов Передача солнечного зайчика Все обо всем Запасливые стебли Почемучка
2.	«Неделя театра»	Что такое театр? В гостях у сказки Очумелые ручки Все о театре В театр
3.	«Безопасный детский городок»	День светофора Все о транспорте Дорожные знаки Пешеходы и пассажиры О проезжей части

4.	«Татарстан – мой край родной»	День города КамАЗ – гордость Набережных Челнов. Народы Поволжья Мой край родной День образования Республики
5.	«До свидания, Лето красное»	День здорового питания До свидания, Лето красное!

4. Примерный план по организации экспериментальной деятельности на прогулках в летний период

Дата проведения	Опыты, эксперименты	Возраст	Ответственные
В течение лета	Сравнить ощущения (прохладный, теплый, горячий) от прикосновения к металлическим, деревянным, пластмассовым предметам, находящихся в тени, на солнце.	3-7 лет	Воспитатели
В течение лета, при разной погоде	Намочите игрушки и положите на солнечное место. Что произойдет с игрушками? (Солнце греет, сушит, высушивает воду)	3-7 лет	Воспитатели
Утро, полдень, вторая половина дня	Измерение тени предметов в разное время дня. Игра «Догони тень», загадывание загадок о тени (См. Е.А. Алябьева. Как организовать работу с детьми летом. (Часть 1, стр.88).	5-7 лет	Воспитатели
В течение лета	Сравнение состояния одинаковых растений на солнечных и теневых участках (См. Е.А. Алябьева. Как организовать работу с детьми летом. (Часть 1, стр.88).	5-7 лет	Воспитатели
Июнь, конец июля, начало и конец августа	Сравнение длины дня в разные месяцы лета (через календарь, наблюдения в течение лета).	6-7 лет	Воспитатели
В течение лета	Рассматривание особенностей одежды в теплую и жаркую погоду.	4-6 лет	Воспитатели
Июль	Изготовление макета Солнца и Земли	6-7 лет	Воспитатели
В разные летние месяцы, при разных состояниях погоды	Наблюдения за дождем в течение лета (См. Е.А. Алябьева. Как организовать работу с детьми летом. (Часть 1, стр.96).	3-7 лет	Воспитатели
На солнце и тени	Наблюдения за утренней росой во время приема на участке детского сада (на солнце и в тени). (См. Е.А. Алябьева. Как организовать работу с детьми летом. (Часть 1, стр.117-123).	3-7 лет	Воспитатели

В течение лета	Как образуются облака (См. Е.А. Алябьева. Как организовать работу с детьми летом (Часть 2, стр.4-13).	3-7 лет	Воспитатели
Август	Как образуется ветер. Определение направления ветра по ряби на воде. (См. Е.А. Алябьева). Как организовать работу с детьми летом. (Часть 2, стр. 13-22).	3-7 лет	Воспитатели

4.1.3. Организация и проведение мероприятий для родителей в летний оздоровительный период

№ п/п	Форма Тема мероприятия	Ответственные за проведение
ИЮНЬ		
1	Выпуск санбюллетеней. Памятки: «Методы и приемы формирования у детей знаний правил дорожного движения»; санлисты: «Лето и безопасность наших детей», Профилактика клещевого энцефалита», «Профилактика ОКЗ», «Профилактика травматизма»; папки-передвижки: «Адаптация детей в ДОУ», «Подготовка детей к ДОУ».	Ст. воспитатель, ст. медсестра
2	Консультация «Игры народов Поволжья- как средство для познания традиции и духовным ценностей Родины».	Воспитатели по обучению детей татарскому языку Муз.руководители
3	Подготовка и проведение праздника Сабантуй.	
4	«Играем с ребенком в музыкальные игры» (шпаргалка для родителей).	
5	«Пойте детям перед сном» (консультация для младших групп).	
6	Пополнение информации в родительских уголках.	Инструктор Ф/К
7	Консультация «Поиграем в футбол?».	
8	Адаптационные занятия родителей и детей с педагогом-психологом.	Педагог- психолог
9	Консультации для родителей: «Чем занять детей летом?», «Игры с ребенком летом».	
10	Анкетирование родителей по выявлению детей с предпосылками тяжелой степени адаптации.	
11	Консультация в групповые папки для родителей на тему: «Особенности адаптации к детскому саду. Кризис трех лет».	
12	Консультация в групповые папки для родителей на тему: «Как организовать летний отдых для детей».	
ИЮЛЬ		
13	«Зачем ребенку музыка» (консультация для средних групп).	Муз.руководители
14	«Играем в театр» (мастер-класс).	
15	Консультация “Совместная театрализованная деятельность для развития родной речи ребенка”.	Воспитатели по обучению детей татарскому языку
16	Консультация «мяч в жизни дошкольника».	Инструктор Ф/К
17	Индивидуальное консультирование родителей (по запросу).	Педагог- психолог

18	Возрастные особенности детей (консультации в «уголке психолога» в группах).	
19	Консультации для родителей: «Остров воображений».	
20	Памятки для родителей: «Влияние родительских установок на развитие детей», «Если ребенок кусается».	
21	Семинар- практикум “Төрле формалар кулланып балаларны ике дәүләт теленә өйрәтү”.	Воспитатели по обучению детей татарскому языку
22	Консультация “Совместная театрализованная деятельность для развития родной речи ребенка”.	
АВГУСТ		
23	Индивидуальное консультирование родителей (по запросу).	Педагог- психолог
24	Консультация для родителей «Я играю целый день, мне играть совсем не лень». Роль игры в жизни ребенка. «Какие игрушки нужны малышу».	
25	Консультация в групповые папки для родителей на тему: «Как подготовить ребёнка к новому учебному году после длительных летних каникул».	
26	«Мы идем в театр» (консультация для старших групп).	Муз.руководители
27	Консультация: «Культура и традиции народов Поволжья».	Воспитатели по обуч.детей тат.яз.
28	Подготовка к празднику «День Республики».	
29	Консультация «Гимнастика для глаз».	Инструктор Ф/К

4.2. Материально- техническое обеспечение

Предметно-развивающая среда является сферой передачи и закрепления социального опыта, культуры и субкультуры. В среде должны быть представлены дидактические и методические пособия, отражающие содержание национальной культуры, традиций и обычаев своего народа. Подбор игр ориентированный на получение знаний об истории родного города и края.

Условия реализации программы предусматривают организацию предметно-развивающей среды с соблюдением следующих требований:

— информативности, предусматривающей разнообразие тематики материалов и оборудования и активности воспитанников во взаимодействии с предметным окружением;

— вариативности, определяющейся видом дошкольного образовательного учреждения, содержанием воспитания, культурными и художественными традициями, климатогеографическими особенностями;

— полифункциональности, предусматривающей обеспечение всех составляющих воспитательно-образовательного процесса и возможность разнообразного использования различных составляющих предметно-развивающей среды;

— педагогической целесообразности, позволяющей предусмотреть необходимость и достаточность наполнения предметно-развивающей среды, а

также обеспечить возможность самовыражения воспитанников, индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка;

— трансформируемости, обеспечивающей возможность изменений предметно-развивающей среды, позволяющих, по ситуации, вынести на первый план ту или иную функцию пространства.

Создание предметно-развивающей среды строится с учетом принципа интеграции образовательных областей. Материалы и оборудование для одной образовательной области могут использоваться и в ходе реализации других областей.

Материалы и оборудование для двигательной активности включают оборудование для ходьбы, бега и равновесия; для прыжков; для катания, бросания и ловли; для ползания и лазания; для общеразвивающих упражнений. На территории ДООУ выделена спортплощадка, в каждой группе создается «Уголок здоровья», в котором находится оборудование для самостоятельных занятий спортом: самодельные тренажеры для коррекции зрения и развития дыхания, «дорожки здоровья», дидактические игры по закреплению знаний о строении человеческого тела и основ безопасности детей дошкольного возраста.

Помещение	Оснащение
Музыкальный зал	Пианино Детские музыкальные инструменты Различные виды театра, ширмы Модули Нетрадиционное музыкальное оборудование Шкаф для используемых муз. руководителем пособий, игрушек, атрибутов Экран, проектор, ноутбук, музыкальный центр Интерактивная доска
Физкультурный зал	Нетрадиционное физкультурное оборудование Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания, равновесия Скалодром Пианино, музыкальный центр.
Групповая комната	Интерактивные доски (группа №6,8,9,10,13,15,17,18) Дидактические игры на развитие психических функций – мышления, внимания, памяти, воображения Дидактические материалы по сенсорике, математике, развитию речи, обучению грамоте Глобус «вода – суша», глобус «материки» Географический глобус

	<p> Географическая карта мира Карта России, карта Москвы Карта Республики Татарстан Глобус звездного неба Муляжи овощей и фруктов Календарь погоды Плакаты и наборы дидактических наглядных материалов с изображением животных, птиц, насекомых, обитателей морей, рептилий Магнитофон, аудиозаписи Детская мебель для практической деятельности Книжный уголок Уголок для изобразительной детской деятельности Игровая мебель. Атрибуты для сюжетно – ролевых игр: «Семья», «Магазин», «Парикмахерская», «Больница», «Школа», «Библиотека» Природный уголок Конструкторы различных видов Головоломки, мозаики, пазлы, настольные игры, лото. Развивающие игры по математике, логике Различные виды театров Физкультурное оборудование для гимнастики после сна: ребристая дорожка, массажные коврики и мячи, резиновые кольца и кубики </p>
Спальная комната	Спальная мебель
Приемная комната	<p> Информационный уголок Выставки детского творчества Наглядно – информационный материал </p>
Медицинский кабинет	<p> Изолятор Процедурный кабинет Медицинский кабинет Медицинское оборудование </p>
Методический кабинет	<p> Методическая литература. Методические пособия Энциклопедическая литература Литература для чтения Демонстрационный материал Раздаточный материал Материалы тематических выставок Демонстрационный материал по всем разделам программы Методические пособия. Орг.техника. </p>
Кабинет по обучению детей татарскому и родному языку	<p> Мебель Гардеробный шкаф, шкаф для документов, тумба компакт , стол письменный, стулья взрослые, столы детские ,мольберт Мягкий инвентарь Ковер, шторы , жалюзи Оргтехника Интерактивная доска, Ноутбук Аудиомагнитола, Принтер, Проектор Игрушки, дидактические игры, куклы, дидактические игры, кукольный театр, наглядно- демонстр. материал, методическая литература, аудиодиски, музыкальные сказки на татарском языке </p>

<p>Кабинет педагога-психолога</p>	<p>Мебель гардеробный шкаф, шкаф для документов, шкаф для документов, шкаф для документов, детская тумба , стол письменный, стулья взрослые, столы детские , мольберт детский, стульчики детские, пуфы мягкие Оргтехника- Компьютер, Принтер Игрушки, дидактические игры, куклы, дидактические игры, картотеки игр и упражнений для детей на развитие внимания, памяти, мелкой моторики, мышления, методическая литература</p>
<p>Автогородок</p>	<p>Учебное оборудование ООО «Зарница» - павильон «Пост ДПС» А1053, павильон «АЗС» А1054, павильон «Медпункт» А1038, павильон «Станция технического обслуживания» А1055, павильон «Остановка общественного транспорта» А1048, макет «Магазин», макет двухсторонний «Детский сад», дорожные знаки А1019 в количестве, светофоры с дистанционным управлением.</p>
<p>Кабинет БДД</p>	<p>Доска магнитно-маркерная панорамная «Азбука дорожного движения», двухсторонняя доска на стойках «Азбука дорожного движения», комплект тематических магнитов «О чем говорят дорожные знаки движение и инфраструктура», стенд –уголок «Уголок безопасности дорожного движения», комплект стоек «Дорожные знаки № 1», игровой комплект жилеток-накидок: «Дорожные знаки», «Автомобили», форма инспектора ГИБДД, машины, пазлы «транспорт», наборы конструкторов, набор «Дорожные знаки», плакаты по ПДД, игровое поле для организации игр с детьми по ПДД, медиатека по ПДД, напольное полотно «Перекресток», модули зданий.</p>
<p>Групповые площадки</p>	<p>Оформленные веранды (флажками, поделками, выносной материал, оборудование для экспериментальной, физкультурно-оздоровительной, игровой, познавательной, продуктивной и трудовой деятельности. Оборудования для развития движений: прыжков, метания; игр с мячом и прочее; наличие инвентаря: для игровой деятельности (для игр с песком, с водой); для трудовой деятельности (инвентарь для подметания, инвентарь для ухода за растениями); для экспериментальной деятельности, для спортивной деятельности (мячи, скакалки, ракетки с воланами); наличие материалов для художественного творчества; зонирование прогулочной площадки (зона отдыха, экологическая тропинка, дорожка здоровья, уголок по БДД, театральная уголок и другие); цветники, массажные дорожки, тропа «Здоровья».</p>
<p>Спортивная площадка</p>	<p>Шведская стенка, футбольные ворота, прыжковая яма, баскетбольное кольцо, гимнастическое бревно, тропа «Здоровья», беговая дорожка.</p>

4.3. Кадровое обеспечение реализации программы.

В дошкольном учреждении функционирует 18 групп. Педагогический коллектив ДООУ: старший воспитатель, воспитатели групп, воспитатели по обучению детей татарскому языку, учитель- логопед, педагог- психолога, инструкторы по физической культуре, музыкальные руководители.

4.4. Контроль и руководство на летний оздоровительный период

№ п\п	Объект контроля	Содержание контроля	Периодичность контроля	Ответственный за проведение
1	Санитарное состояние участков	Проверка оборудования участка на соответствие гигиеническим нормам (Приложение №8)	Май-август ежедневно	Ст. мед.сестры, ст. воспитатель, инструктор по Ф/К
2	Питание	Режим хранения продуктов. Доброкачественность и калорийность продуктов. Гигиенические требования к выдаче, раздаче и доставке пищи детям. Санитарно-гигиеническое состояние оборудования. Санитарно-гигиеническое состояние пищеблока, кладовых (Приложение №5)	Ежедневно	Заведующий, Ст. медсестра, шеф - повар
3	Санитарно-гигиеническое состояние помещений	Проведение генеральной и текущей уборки. Соблюдение режима проветривания. Наличие москитных сеток на окнах (Приложение №10).	Ежедневно	Ст. медсестра
4	Питьевой режим	Безопасность и качество питьевой воды, соответствие санитарным нормам (Приложение №4)	Ежедневно	Ст. медсестра воспитатели
5	Двигательный режим	Объем двигательной активности в течение дня, соответствие двигательного режима возрасту детей, разнообразие двигательной активности в течение дня (Приложение №3).	Ежедневно 2 раза в неделю	Мед.сестра оздоровления, воспитатели, инструктор по Ф/К, ст. воспитатель
6	Система закаливания	Воздушные ванны, дыхательная гимнастика, босохождение по песку, траве, по дорожкам здоровья,	Ежедневно	Воспитатели, медсестра оздоровления, инструктор по Ф/К

		обливание ног) (Приложение №9)		
7.	Прогулка	Соблюдение требований к проведению прогулки (продолжительность, одежда детей, двигательная активность); содержание и состояние выносного материала.	ежедневно	Медсестра оздоровления, воспитатели, инструктор по Ф/К, ст. воспитатель
8	Физкультурные занятия	Место проведения и его санитарно-гигиеническое состояние.	Ежедневно	Ст. воспитатель, ст. медсестра, воспитатели, инструктор по Ф/К
9	Оздоровительные мероприятия в режиме дня	Проведение утренней, артикуляционной, дыхательной гимнастик, двигательной разминки, гимнастики после сна, обширного умывания, индивидуальной, коррекционной работы.	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по Ф/К, ст. воспитатель, ст. медсестра
10.	Дневной сон	Контроль: -санитарно-гигиенического состояния помещения; -учета индивидуальных особенностей детей; -за гимнастикой пробуждения, использование музыкотерапии при пробуждении и гимнастики пробудки.	Ежедневно	Ст. медсестра, ст. воспитатель
11.	Физкультурно - оздоровительные досуги и развлечения	Проверка: -санитарного состояния оборудования и безопасности места проведения мероприятия; -содержания и состояния выносного материала; -двигательной активности детей.	Согласно плану (во вторую половину дня)	Ст. воспитатель, ст. медсестра
12.	Познавательное развитие	Проверка: организации и проведения опытно-исследовательской деятельности; содержания и организации праздников, развлечений экологического, музыкального направления, художественно-эстетического направления.	Согласно плану	Ст. воспитатель

Используемая литература

1. Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников: рекомендации, занятия, игры, упражнения./под ред. Р.А.Еремной. – 2-е изд. – Волгоград: Учитель, 2011. – 146 с.
2. Левченкова Т.В., Сверчкова О.Ю., Фудим Е.Я. Оздоровительная гимнастика на специальных мячах для детей. – М., 2001
3. Соломенникова Н.М., Машина Т.Н. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет: фитбол-гимнастика: конспекты занятий/ авт.-сост Н.М. Соломенникова, Т.Н. Машина. – Волгоград: Учитель, 2011. – 159 с.
4. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет. – М.:ТЦ Сфера. 2015. – 224 с. (Растим детей здоровыми).
5. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Младшая группа. Средняя группа. Старшая группа. Подготовительная к школе группа Москва «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2014.
6. Н.М.Соломенникова, Формирование двигательной сферы детей 3 – 7 лет. Фитбол – гимнастика. Волгоград «Учитель», 2013.
7. М.А.Рунова. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет. М. "Просвещение". 2013.
8. Иллюстрированная картотека подвижных игр и игровых упражнений для формирования двигательного опыта у детей 3-5 лет. ЛИНКА-ПРЕСС, 2012г.
9. Алябьева Е.А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет.-М.: ТЦ Сфера, 2014.-144с.
10. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2015.
11. Токаева Т.Э. Парная гимнастика: программа, конспекты занятий с детьми 3-6 лет.-Волгоград: Учитель, 2014.-126 с.
12. Утренняя гимнастика для детей 2 – 7 лет: практическое пособие / Г.А. Прохорова .-М.: Айрис-пресс, 2010.-80 с.
13. Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет / авт.-сост. Е.И. Подольская. – Изд. 3-е.-Волгоград : Учитель, 2014.-143 с.
14. Картушина М.Ю. Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет.-М.: ТЦ Сфера, 2008.-224 с.
15. А.А. Чеменова Т.В. Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста», г. Санкт-Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2011.
16. С.В. Яблонская С.А. Циклис «Физкультура и плавание в детском саду» г. Москва, ТЦ «СФЕРА», 2008

17. М.Д.Маханева Г.В. Баранова «Фигурное плавание в детском саду»г. Москва, ТЦ «СФЕРА», 2009.

18. И.В. Сидоров «Как научить ребенка плавать», г. Москва, «АЙРИС ПРЕСС», 2011.