ПРИНЯТ УТВЕРЖДЕН

педагогическим советом    приказом МБДОУ«Детский сад

протокол от 26.05.2023г № \_4 г. Курчалой Курчалоевского

муниципального района»

от 26.06.2023 г № 27

ПЛАН РАБОТЫ

МБДОУ

«ДЕТСКИЙ САД № 3 г. КУРЧАЛОЙ КУРЧАЛОЕВСКОГО РАЙОНА»

НА ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

2023 ГОДА

**Цели:**

-  сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников в летний период с учётом их индивидуальных особенностей;

-  удовлетворение потребностей растущего организма в летнем отдыхе, творческой деятельности и движении.

**Задачи:**

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья воспитанникам, способствовать их физическому и умственному развитию путём активизации движений и целенаправленного общения с природой.

2. Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста, развитие самостоятельности, любознательности и двигательной активности. Совершенствовать речь детей, развивать их эмоциональную сферу.

3. Осуществлять педагогическое и санитарное просвещение родителей (законных представителей) по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ** | **ДАТА** | **ОТВЕТСТВЕННЫЕ** |
| **1. ПРЕДВАРИТЕЛЬНО – ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ** | | | |
| 1.1. | Утверждение плана, режима и сетки ООД на летний оздоровительный период – 2023г. | май | Заведующий |
| 1.2. | **Проведение инструктажа педагогов перед началом летнего периода:**   * по профилактике детского травматизма; * охрана жизни и здоровья детей в летний период; * организация и проведения спортивных и подвижных игр; * правила оказания первой помощи; * охрана труда и выполнение требований техники безопасности на рабочем месте; * при солнечном и тепловом ударе; * оказание помощи при укусе насекомыми и т.п. | май | Заведующий  Медсестра |
| 1.3. | Пополнение аптечки в медицинском кабинете | май | Медсестра |
| 1.4. | Проведение инструктажа с воспитанниками:   * по предупреждению травматизма на прогулках; * соблюдение правил поведения в природе, на улице, во время выхода за территорию ДОУ. | май | Воспитатели  групп |
| 1.5. | Приобретение выносного игрового оборудования:   * скакалок * мячей разных размеров; * наборов для игр с песком; * кеглей; * мелков и канцтоваров для изобразительного творчества | в течение летнего периода | Завхоз |
| 1.6. | **Издание приказов:**   * Об организации работы ДОУ в летний оздоровительный период 2023 года * О подготовке ДОУ к новому 2023-2024 учебному году * О зачислении воспитанников в ДОУ | май  август  июнь- | Заведующий |
|  | * (отчисление в связи с выпуском детей в школу) | август |  |
| 1.7. | Составление отчётов за летний оздоровительный период о выполнении намеченного плана работы | до 25 августа | Методист,  воспитатели |
| **2. МЕТОДИЧЕСКАЯ   РАБОТА** | | | |
| 2.1. | Консультации для воспитателей:  «Организация закаливающих процедур с использованием природных факторов»;  «Летние игры с песком и водой»;  «Методика проведения прогулок в летний период» | Июнь, август | Методист |
| **3. ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ** | | | |
| 3.1. | Календарное планирование согласно методическим рекомендациям | май | Воспитатели  групп |
| 3.2. | Переход на летний режим пребывания детей в группах | с 01 июня по 30 августа 2023 года |
| 3.3. | Организация проведения спортивных и подвижных игр, развлечений, досугов | июнь, август |
| 3.4 | Игровая деятельность по программе  с учётом ФГОС ДО | июнь, август |
| 3.5. | Работа с детьми по ОБЖ, беседы, игры по ознакомлению с правилами дорожного движения | июнь, август |
| 3.6. | Начало экологического воспитания детей: беседы, прогулки, наблюдения, опытно- экспериментальная деятельность, труд на  цветнике | июнь, август |
| 3.7. | Оформление родительских уголков по темам:  «Одежда ребёнка в летний период»  «Особенности отдыха семьи у водоема»  «Ребёнок один дома!» и другое. | июнь, август |
| 3.8. | Адаптация вновь поступивших детей в ДОУ (оформление соответствующих листов наблюдений, работа с родителями по соблюдению единых требований к  ребёнку, сенсорно-моторная игровая  деятельность) | с  02 августа | Воспитатели |
| **4. ПРАЗДНИКИ И РАЗВЛЕЧЕНИЯ** | | | |
| **ИЮНЬ** | | | |
| 4.1. | День защиты детей | Все группы | Музык. рук  Воспитатели всех групп |
| 4.2. | Спортивное развлечение «Путешествие в страну разноцветных шаров» | Все группы | Музык. рук  Воспитатели |
| 4.3. | «День России» | Все группы | Музык. рук  Воспитатели |
| 4.4. | Спортивное развлечение «Буратино в кругу друзей» | Все группы | Музык. рук  Воспитатели |
| 4.5. | Спортивное развлечение «Пешеходные эстафеты» | Старшая группа | Музык. рук  Воспитатели |
| **АВГУСТ** | | | |
| 4.6. | Концерт «В стране веселых песен» | Все группы | Музык. рук  Воспитатели |
|  | Тематический досуг «Огонь-друг, огонь враг» | старшая  группа | Музык. рук  Воспитатели |
| 4.7. | Развлекательный досуг «Игры, танцы, песни соберут нас вместе!» | Все группы | Музык. рук  Воспитатели |
| 4.8. | День рождения Первого президента ЧР А.-Х. А. Кадырова | Старшая группа | Музык. рук  Воспитатели |
| **5. ВЫСТАВКИ, КОНКУРСЫ ДЕТСКИХ ТВОРЧЕСКИХ РАБОТ В ДОУ** | | | |
| 5.1. | Выставка творческих работ детей:   « Лето – весёлая пора».  Конкурс рисунков на асфальте  «Мы рисуем лето» | июнь  август | Музык. рук  Воспитатели  групп |
| **6. ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ** | | | |
| 6.1. | Максимальное пребывание детей на свежем воздухе (утренний приём и гимнастика, прогулки, развлечения). | в течение ЛОП | Медсестра  Воспитатели |
| 6.2. | Создание условий для двигательной активности детей за счёт организации различных видов детской деятельности на прогулке |
| 6.3. | Проведение закаливающих и профилактических мероприятий в течение дня (оздоровительный бег, воздушные и солнечные ванны,  босохождение, водные процедуры, гигиеническое мытье ног) |
| 6.4. | Совершенствование основных видов движений через подвижные игры с мячом, скакалкой, обручами. |
| 6.5. | Включение в меню свежих овощей, фруктов, соков |  | Администрация |
| 6.6. | Организация водно­-питьевого режима. Наличие охлажденной кипячёной воды, одноразовых стаканчиков для соблюдения питьёвого режима на прогулках |  | Воспитатели |
| 6.7. | Оформление уголка «Здоровья» следующей тематикой:  -        «Правильное питание детей в летний период»  -        «Правила оказания доврачебной помощи при укусе насекомых, солнечном ударе»  -        «Закаливание детей летом»  «Дружно, смело, с  оптимизмом — за здоровый  образ жизни» | Июнь | Медсестра |
| **7. ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ КОНТРОЛЯ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД** | | | |
| **Оперативный контроль** | | | |
| **№**  **п\п** | **Содержание работы** | **Сроки** | **Ответственные** |
| 7.1. | Организация режима дня | 1 неделя  июнь | Методист |
| 7.2. | Ведение документации в группах в летний оздоровительный период | 2 неделя  июнь | Методист |
| 7.3. | Проведение закаливающих процедур летом | 3 неделя  июнь | Методист, медсестра |
| 7.4. | Организация питьевого режима в ДОУ | 4 неделя  июнь |  |
| 7.5. | Организация досугов и развлечений в летний оздоровительный период в ДОУ | 1 неделя  август | Методист |
| 7.6. | Ведение документации в группах в летний оздоровительный период | 2 неделя  август | Методист |
| 7.7. | Санитарно–гигиеническое состояние групп в летний оздоровительный период | 3 неделя  август | Методист, медсестра |
| **8. ТЕМАТИЧЕСКИЕ НЕДЕЛИ ДЛЯ ВСЕХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП** | | | |
| **Праздник детства 03.06.-07.06.** | | | |
| 8.1. | 1. Праздник детства и солнечного света (посвященный Дню защиты детей – 1 июня)  2. Беседы «Здравствуй, лето красное!»  3.Рассматривание иллюстраций, открыток, чтение книг о лете.  4. Итоговые мероприятия: «целевые прогулки:  - «Лето и мы» (вокруг детского сада) - младший возраст  - «Осторожно, дети!» (вокруг детского сада) - старший возраст | | |
| **Неделя «С чего начинается Родина?» 10.06-14.06** | | | |
| 8.2. | 1. Беседы «Мой дом – моя страна».  2.Рассматривание иллюстраций, чтение книг.  3.Разучивание стихотворений о России.  4. Итоговое мероприятие: «Флажки» (раскрашивание российского триколора); - младший возраст. | | |
| **«Неделя здоровья»**  **17.06-21.06** | | | |
| 8.3. | 1. Тематические беседы «Береги своё здоровье». 2.Чтение произведений «Мойдодыр», «Айболит» К.И.Чуковского.  3. Физкультурный досуг «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»  4. Сюжетно-ролевые игры «Лечим кукол и зверей». | | |
| **Неделя «Правила дорожные знать каждому положено» 24.06-28.06** | | | |
| 8.4. | 1. Беседы «Правила дорожные – правила надёжные».  2. Познавательные игры по правилам дорожной безопасности: | | |
| «Красный. Жёлтый. Зелёный».  3. Работа с напольным макетом «Перекрёсток»; Игры на асфальте.  4. Итоговое мероприятие: Развлечение по ПДД «Юный пассажир», Юный пешеход» | | |
| **Олимпийская неделя 01.08-02.08.** | | | |
| 8.5. | 1. 1.Игры с мячом «Мой весёлый, звонкий мяч».  2. 2.«Босоножки не оторвёшь ножки» (закаливание - босоножье).  3.  3.Физкультурный досуг «Весёлые эстафеты»;  4. 4.Соревнования «Весёлые старты». | | |
| **Неделя добрых дел 05.08-09.08.** | | | |
| 8.6. | 1. Беседы: «Флаг РФ», «Цветовая символика флага», 2.Чтение художественной литературы; 3.Просмотр мультфильмов; 4.Инсценировка сказок «Репка» « Теремок» | | |
| **Неделя юных экологов 12.08.-16.08** | | | |
| 8.7. | 1. Беседы «Где найти витамины?», «Ядовитые грибы и растения», «Что можно, что нельзя».  2. Сбор природного материала, гербариев.  3. Викторина «Острый глаз, чуткое ухо». | | |
| **Неделя профессий 19.08.-23.08** | | | |
| 8.8 | 1.Сюжетно- ролевые игры «Магазин», « Парикмахерская», « Больница». 2. Беседа- игра: «Кто работает в детском саду?»  3. Чтение художественной литературы по теме. | | |
| **Неделя презентаций 26.08-30.08** | | | |
| 8.9. | 1.   1.Оформление уголков - «ВОТ так мы провели лето!!!».  2.   2. Подготовка к учебному году. | | |
| **9. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ)** | | | |
| 9.1. | Обновление родительских уголков (информация о ходе летней оздоровительной кампании) | июнь | Воспитатели |
| 9.2. | Участие родителей в оснащении и ремонте групп | в течение лета | Воспитатели |
| 9.3. | Экскурсия по детскому саду для родителей вновь поступающих детей | Июнь-август | Заведующий |
| 9.4. | **Консультации для родителей:**  1.«Обеспечение безопасности ребенка в летний период»  2.  «Дети на  дороге -  как учить детей осторожности» | Июнь  Август | Методист |
| **10. БЛАГОУСТРОЙСТВО ТЕРРИТОРИИ ДОУ** | | | |
| 10.1. | Оформление клумб и цветников | июнь | Сотрудники ДОУ |
| 10.2. | Покраска игровых построек и малых архитектурных форм | август | Сотрудники   ДОУ |
| 10.3 | Провести озеленение территории детского сада. | май-июнь | Завхоз |
| 10.4. | Завезти плодородной земли для клумб, обновить песок в песочницах. | май | Завхоз |

**Консультация на тему: «Как правильно закаливать организм, виды закаливания, правила»**

Закаливание – это комплекс мероприятий, направленных на укрепление защитных сил организма, а также на повышение адаптации к условиям внешней среды.

Важнейшее профилактическое значение закаливания в том, что оно не лечит, а предупреждает болезнь. Закаленный человек легко переносит неблагоприятные факторы внешней среды (жару, мороз, ветер), которые ослабляют защитные силы организма, что может привести к развитию различных заболеваний.

Как закаливать организм, какие методы и способы подойдут именно вам, определяются возрастом, состоянием здоровья и индивидуальными особенностями организма.

Основные принципы закаливания

Как начать закаляться, чтобы не навредить организму, а укрепить здоровье, повысить иммунитет, увеличить продолжительность жизни?

Обязательное условие правильного закаливания – это следование здоровому образу жизни, где нет места алкоголю и курению.

Адекватное закаливание не вызывает побочных эффектов, наоборот, после систематического выполнения процедур поднимается настроение, нормализуется сон, повышается работоспособность, улучшается физическое и психическое здоровье.

Правила закаливания

**Регулярность**

Процедуры по закаливанию должны проводиться ежедневно. Если допускать длительные перерывы, то все достигнутые результаты сойдут на нет.

**Постепенность**

Неподготовленный организм не должен подвергаться воздействию экстремальных факторов, например, обливанию ледяной водой или купанию в проруби. Главное условие правильного закаливания – это медленное и плавное понижение температуры воды или воздуха и постепенное увеличение продолжительности процедур.

**Учет индивидуальных особенностей организма**

При выборе методов закаливания следует учитывать возраст, состояние здоровья, сопутствующие заболевания.

Контроль за самочувствием (пульс, частота дыхания) до, во время и после процедуры позволит регулировать нагрузку в зависимости от состояния здоровья. Самоконтроль учитывает следующие показатели: общее самочувствие, уровень артериального давления, сон, аппетит, массу тела.

Разнообразие закаливающих средств необходимо для того, чтобы организм выработал устойчивость к разным раздражителям: вода, воздух, солнце.

Если после закаливающих процедур, появилась бессонница, вялость, повышение температуры, кашель, то тренировки временно следует прекратить и обратиться за помощью к специалисту.

Физиологические основы закаливания

В основе закаливания лежит тренировка периферических и центральных звеньев системы терморегуляции, которые контролируют процессы образования и отдачи тепла в организме.

Организм человека в процессе эволюции выработал способность приспосабливаться к изменениям погодных условий, выдерживая даже значительные перепады температур, сохраняет при этом тепловой баланс внутри тела.

При закаливании резко активизируется иммунная система, повышается физическая и умственная работоспособность, устойчивость к инфекционным, аллергическим, злокачественным заболеваниям, атеросклерозу, ожирению, диабету.

Естественные факторы внешней среды, которые используются при закаливании, – это солнце, воздух и вода.

Закаливание воздухом

Под воздействием воздушных ванн повышается тонус нервной и эндокринной систем, нормализуются функции пищеварения, улучшается работа сердечной и дыхательной систем, изменяется состав крови – увеличивается количество эритроцитов и уровень гемоглобина, следовательно усиливается насыщение клеток организма кислородом.

Чем больше разница температур тела и воздуха, тем сильнее раздражаются рецепторы кожи. Поэтому холодные воздушные ванны активизируют защитные компенсаторные терморегуляторные механизмы, тренируя скорость сосудистых реакций, которые предохраняют организм от резких перепадов внешних температур.

Теплый воздух не несет закаливающего эффекта, но зато положительно влияет на окислительно-восстановительные процессы в организме.

Закаливание солнцем

Солнечная радиация оказывает влияние на организм с помощью инфракрасного и ультрафиолетового излучения.

Под действием инфракрасных лучей в организме происходит образование добавочного тепла, в результате чего усиливается потоотделение, увеличивается испарение влаги с кожных покровов, расширяются сосуды, появляется покраснение кожи, возрастает кровоток.

Ультрафиолетовые лучи (УФ) производят мощный биологический эффект на организм: под их влиянием в коже синтезируется витамин Д, играющий важную роль в фосфорно-кальциевом обмене. УФ лучи характеризуются бактерицидным свойством, повышают сопротивляемость организма к инфекциям, оказывают тонизирующее влияние на все органы и системы.

Кожа людей, принадлежащих к различным расам, имеет разную чувствительность к солнечному облучению. Это связано с толщиной поверхностного рогового слоя и способностью кожи к синтезу меланина – пигмента, количество которого определяет различный цвет кожных покровов: от белого до черного.

Закаливание водой

Одним из показателей эффективности водных закаливающих процедур служит реакция кожи.

Выделяют три фазы реакции кожных покровов на действие холодной воды:

* I фаза – происходит спазм сосудов кожи, при сильном охлаждении изменения касаются и подкожно-жировой клетчатки.
* II фаза – идет процесс адаптации к низкой температуре воды: сосуды расширяются, кожа краснеет. Для этой фазы характерно улучшение самочувствия, прилив бодрости и энергии.
* III фаза –переохлаждение, когда заканчиваются приспособительные возможности организма, тело уже не может сохранить тепло. На этом фоне возникает сильный спазм подкожных сосудов, кожа бледнеет, обретает синюшный оттенок, появляется озноб.

При регулярном закаливании водой первая фаза становится короче, а вторая приходит быстрее. Самое главное, не допускать третьей фазы.