

Формы оздоровительных мероприятий в летний период

Формы работы	Условия организации			Ответственные
	место	Время / комментарии	Продолжительность (мин)	
Утренняя гимнастика	На воздухе	Ежедневно перед завтраком. Для проведения утренней гимнастики все воспитанники детского сада собираются на одной площадке, используется музыкальное сопровождение, участвуют все педагоги групп, находящиеся на смене.	10	Воспитатели всех групп
Занятие по физическому развитию	На воздухе	3 раза в неделю, в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после нее). Для проведения занятий используются спортивная площадка и территория игрового участка. Воспитатели закрепляют полученные в течение года навыки и умения детей в соответствии с программой, больше используют подвижные и спортивные игры, соревнования.	Младшая – 15 Средняя – 20 Старшая – 25 Подготовительная – 30 ГКН – 25	Воспитатели всех групп
Подвижные игры: сюжетные, народные, с элементами спорта, с элементами соревнований	На воздухе	Ежедневно в часы наименьшей инсоляции. Подвижные игры организуются по инициативе детей с использованием атрибутов. Соревнования могут быть организованы как в одной группе, так и среди возрастных групп.	Для всех возрастных групп – 10-20	Воспитатели всех групп
Двигательные разминки: упражнения на развитие мелкой моторики, на внимание и координацию движений, на равновесие, на формирование правильной осанки, на формирование свода стопы, ритмические движения, для активизации работы глазных мышц, гимнастика расслабления.	На воздухе	Ежедневно в часы наименьшей инсоляции. Для этого используются пальчиковые гимнастики, гимнастики для глаз и дыхания. Чтобы сформировать правильную осанку, педагоги используют различные упражнения: «Вошебная палочка», «Ласточка», «Велосипед» и т.д. Для развития внимания, координации движений и равновесия используются такие упражнения, как «Донеси – не урони», «Меткий стрелок», «Аккуратно по шнуру».	Младшая – 6 Средняя – 8 Старшая – 10 Подготовительная, ГКН – 12	Воспитатели всех групп
Гимнастика пробуждения	Спальня	Ежедневно после дневного сна. Организуется в кроватях для постепенного подъема в соответствии с комплексом гимнастики	Для всех возрастных групп – 3 - 5	Воспитатели всех групп

		<i>пробуждения. Возможно продолжение гимнастики уже после подъема и выполнения гигиенических процедур, используя дорожку здоровья.</i>		
Упражнения после дневного сна: с предметами и без, на формирование осанки и свода стопы, на развитие мелкой моторики, координации движений и равновесия.	Спальня или групповое помещение с доступом свежего воздуха.	<i>Ежедневно после дневного сна. Воспитатели организуют упражнения, ориентируясь на состояние детей, их инициативу и самостоятельность. Такие упражнения могут быть включены в спортивное соревнование, в подвижные игры.</i>	Для всех возрастных групп – 7 - 10	Воспитатели всех групп
Закаливающие мероприятия: умывание прохладной водой, босохождение, сон без маек, солнечные или воздушные ванны, обливание, мытье ног после прогулки.	С учетом специфики закаливающего мероприятия	<i>По плану, в зависимости от закаливающего мероприятия. Умывание прохладной водой и мытье рук по локоть осуществляется под присмотром воспитателя. Босохождение используется на игровых площадках в первую половину дня со строгим соблюдением инструкции по охране жизни и здоровья воспитанников, с обязательным мытьем ног. Принятие солнечных и воздушных ванн осуществляется в зависимости от погодных условий, в максимально облегченной одежде. Обливание осуществляется теплой водой с использованием игровой деятельности («бассейны», брызгалки)</i>	По усмотрению старшей медсестры	Воспитатели всех групп, ст. медсестра
Индивидуальная работа в режиме дня	С учетом специфики индивидуальной работы	<i>Ежедневно. Для организации индивидуальной работы воспитатели ориентируются на педагогический мониторинг и сложившиеся ситуации.</i>	3 - 7	Воспитатели всех групп
Праздники, досуги, развлечения.	На воздухе	<i>1 раз в неделю. Организуются во время прогулки или во вторую половину дня. Тематика соответствует теме недели или периода. Для организации и проведения мероприятий могут быть приглашены родители (законные представители) воспитанников.</i>	Не более 30	Воспитатели всех групп, муз. руководитель