МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА БЕЛОГОРСК»

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад №2 города Белогорск»

Принято:
Педагогический совет
Протокол № 1
от «1» февраля 2022г.

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ ДС №2
И.С. Приходько
Приказ № 14
от «1» февраля 2022 г.

Подписан: МАДОУ ДС №2
DN: OID.1.2.840.1.13549.1.9.2=2804019559-280401001-007527486897,
E=924-6809745@mail.ru, ИНН=002804019559, СНИЛС=07527486897,
ОГРН=1192801009840, Т=Заведующий, О=МАДОУ ДС №2, STREET="УЛ
НИКОЛЬСКОЕ ШОССЕ, ДОМ 24", L=Белогорск, S=28 Амурская область,
C=RU, G=Ирина Сергеевна, SN=Азева, CN=МАДОУ ДС №2
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Здравствуй, лето!»**

Возраст обучающихся – 3-8 лет

Срок реализации -3 месяца

Уровень сложности содержания программы- стартовый

Программу разработал:

Старший воспитатель

Белан Дарья Олеговна

г. Белогорск, 2022

Содержание

Паспорт программы	3
Пояснительная записка	7
Нормативно-правовая документация	10
Принципы планирования оздоровительной работы	11
Формы оздоровительных мероприятий в летний период.	12
Основные принципы закаливания	18
1. Блок. Создание условий для всестороннего развития детей	26
2. Блок. Работа с детьми	29
2.1. Организация работы с детьми младшего и среднего дошкольного возраста	29
2.2. Организация работы с детьми старшего дошкольного возраста	35
3. Блок. Работа с педагогами	44
4. Блок. Работа с родителями	47
5. Блок. Контрольная деятельность	49
6. Блок. Административно-хозяйственная работа	51
Список литературы	52

Паспорт программы

Наименование программы	Программа летней оздоровительной кампании для детей дошкольного возраста в летний период «Здравствуй, лето!»
Контингент	Дети дошкольного возраста
Правовые основы программы	Конвенция о правах ребенка, закон «Об образовании в Российской Федерации, СанПиН 2.4.3648-20, Устав МАДОУ ДС №2.
Разработчики программы	Белан Дарья Олеговна
Основные исполнители	Педагогический коллектив муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 2 города Белогорск»
Цель программы	Создание в дошкольном учреждении максимально эффективных условий для организации оздоровительной работы.
Сроки реализации	Июнь- август

<p>Задачи</p>	<p><i>Направление «Физическое развитие»:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Укреплять здоровье детей путем повышения адаптационных возможностей организма, развивать двигательные и психические способности, способствовать формированию положительного эмоционального состояния. ✓ Повышать сопротивляемость организма влияниям о внешней среды путем его закаливания посредством факторов природы (солнечные, водные, воздушные процедуры). ✓ Укреплять опорно-двигательный аппарат и формирование правильной осанки (т.е. удержание рациональной позы во время всех видов деятельности). ✓ Повышать функциональные возможности, способствующие укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем, улучшению обменных процессов в организме, оптимизации пищеварения и терморегуляции, предупреждению застойных явлений и т.д. ✓ Способствовать предупреждению заболеваемости и детского травматизма.
----------------------	---

	<p><i>Направление «Художественно-эстетическое развитие»:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Создать условия для реализации творческой активности; • Развивать художественно-творческие способности детей. • Совершенствовать исполнительские умения детей в создании художественного образа, посредством игровых, песенных и танцевальных импровизаций. • Развивать умения передавать настроение, состояние, отношение к изображаемому, экспериментировать с различными видами и способами изображения.
--	--

- Создавать максимальную свободу для проявления инициативы и необходимое для этого физическое и психологическое пространство.

Направление «Познавательное развитие»:

- Развивать устойчивый интерес к познанию окружающего мира.
- Развивать навыки общения со сверстниками, взрослыми и окружающей природой с ориентацией на ненасильственную модель поведения.
- Формировать умение обобщать способы и средства своей деятельности.
- Формировать представления о связях между явлениями и предметами.
- Развивать конструктивное мышление через конструирование из строительного материала, различных видов конструкторов, конструирование из бумаги и природного материала.

Направление речевое развитие:

- Развивать умение общаться со сверстниками в процессе совместной и самостоятельной деятельности.
- Развивать умение слушать художественные произведения, отвечать на вопросы по прочитанному, делать элементарные умозаключения.
- Формировать желание рассматривать иллюстрации к художественным произведениям, составлять рассказ по картинкам.

	<p>Направление <i>«Социально-коммуникативное развитие»:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Развивать коммуникативные навыки в различных ситуациях общения: со сверстниками, педагогами, родителями и другими людьми. • Формировать у детей навыки культуры общения и разрешения проблемных ситуаций. • Продолжать работу по формированию гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств; • Формировать качества социальной зрелости личности ребенка, т.е. усвоение им нравственных общечеловеческих ценностей, национальных традиций, гражданственности. • Формировать представление об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них. <p>Задачи работы с родителями:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Повышение компетентности родителей в вопросах оздоровления ребенка-дошкольника в летний период. • Привлечение семей к активному участию в воспитательном процессе на основе педагогики сотрудничества в летний период. • Обобщение опыта семейного воспитания п оздоровлению детей в летний период.
<p>Ожидаемые результаты</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Снижение заболеваемости по ДОО. 2. Повышение компетентности родителей в вопросах оздоровления ребенка-дошкольника в летний период. 3. Овладение навыками и приемами спортивных игр.

<p>Разделы программы</p>	<p>Паспорт программы Пояснительная записка Нормативно-правовая документация Принципы планирования оздоровительной работы Формы оздоровительных мероприятий в летний период Основные принципы закаливания Блок. Создание условий для всестороннего развития детей Блок. Работа с детьми 1. Организация работы с детьми младшего и среднего дошкольного возраста 2. Организация работы с детьми старшего дошкольного возраста Блок. Работа с педагогами Блок. Работа с родителями Блок. Контроль и руководство воспитательной работой Блок. Административно-хозяйственная работа</p>
---------------------------------	---

Пояснительная записка

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. Дети ежедневно включаются в оздоровительный процесс, для которого характерны: упорядоченный ритм жизни, режим питания, закаливание, поддержка мышечного и эмоционального тонуса. Результатом осуществления оздоровительного направления является формирование потребности в здоровом образе жизни.

Основная цель работы педагогического коллектива в летний оздоровительный период - это создание в дошкольном учреждении максимально эффективных условий для организации оздоровительной работы, в летний период.

Задачи работы с воспитанниками:

Направление «Физическое развитие»:

- Укреплять здоровье детей путем повышения адаптационных возможностей организма, развивать двигательные и психические способности, способствовать формированию положительного эмоционального состояния.

- Повышать сопротивляемость организма влияниям внешней среды путем его закаливания посредством факторов природы (солнечные, водные, воздушные процедуры).
- Укреплять опорно-двигательного аппарата и формирование правильной осанки (т.е. удерживание рациональной позы во время всех видов деятельности).
- Повышать функциональные возможности, способствующие укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем, улучшению обменных процессов в организме, оптимизации пищеварения и терморегуляции, предупреждению застойных явлений и т.д.
- Способствовать предупреждению заболеваемости и детского травматизма.

Направление «Художественно-эстетическое развитие»:

- Создать условия для реализации творческой активности;
- Развивать художественно-творческие способности детей.
- Совершенствовать исполнительские умения детей в создании художественного образа, посредством игровых, песенных и танцевальных импровизаций.
- Развивать умения передавать настроение, состояние, отношение к изображаемому, экспериментировать с различными видами и способами изображения.
- Создавать максимальную свободу для проявления инициативы и необходимое для этого физическое и психологическое пространство.

Направление «Познавательное развитие»:

- Развивать устойчивый интерес к познанию окружающего мира.
- Развивать навыки общения со сверстниками, взрослыми и окружающей природой с ориентацией на ненасильственную модель поведения.

- Формировать умение обобщать способы и средства своей деятельности.
- Формировать представления о связях между явлениями и предметами.
- Развивать конструктивное мышление через конструирование из строительного материала, различных видов конструкторов, конструирование из бумаги и природного материала.

Направление «Социально-коммуникативное развитие»:

- Развивать коммуникативные навыки в различных ситуациях общения: со сверстниками, педагогами, родителями и другими людьми.
- Формировать у детей навыки культуры общения и разрешения проблемных ситуаций.
- Продолжать работу по формированию гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств;
- Формировать качества социальной зрелости личности ребенка, т.е. усвоение им нравственных общечеловеческих ценностей, национальных традиций, гражданственности.
- Формировать представление об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них.

Задачи работы с родителями:

- Повышение компетентности родителей в вопросах оздоровления ребенка-дошкольника в летний период.
- Привлечение семей к активному участию в воспитательном процессе на основе педагогики сотрудничества в летний период.
- Обобщение опыта семейного воспитания и оздоровлению детей в летний период.

Направление речевое развитие:

- Развивать умение общаться со сверстниками в процессе совместной и самостоятельной деятельности.
- Развивать умение слушать художественные произведения, отвечать на вопросы по прочитанному, делать элементарные умозаключения.
- Формировать желание рассматривать иллюстрации к художественным произведениям, составлять рассказ по картинкам.

Нормативно-правовая документация

Проведение профилактических, закаливающих, оздоровительных и воспитательных мероприятий с детьми в летний период регламентируют нормативные документы:

- Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г);
- Конституция РФ от 12.12.1993г (ст. 38, 41, 42, 43);
- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минздрава России от 04.04.03 Н 139 «Об утверждении инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений»;
- Приказ от 16.07.02 Минобразования России № 2715, Минздрава России № 277, Госкомспорта России № 166, Российской академии образования № 19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

- Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, М. А. Васильевой; Т. С. Комаровой; В. В. Гербовой.

Принципы планирования оздоровительной работы

При планировании оздоровительной работы в ДОО следует придерживаться следующих принципов:

- ✓ *научности*: использование научно-обоснованных и апробированных программ, технологий, методик;
- ✓ *доступности*: возможность для широкого практического применения здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей;
- ✓ *активности*: участие всего коллектива педагогов, специалистов, родителей в поисках эффективных методов оздоровления дошкольников;
- ✓ *сознательности*: формирование осознанного отношения детей к своему здоровью;
- ✓ *единства диагностирования и коррекции*: научная интерпретация результатов медицинской, педагогической, психофизиологической диагностик; планирование способов, методов и приемов индивидуальной и групповой коррекции, развития и оздоровления на основе полученных данных;
- ✓ *систематичности*: регулярность реализация оздоровительных и профилактических мероприятий;
- ✓ *целенаправленности*: подчинение всего комплекса медикопедагогических воздействий для решения единой цели здоровьесберегающей системы ДОО – сформированность психофизической готовности ребенка к обучению в школе;

- ✓ *оптимальности*: соблюдение сбалансированности психофизических нагрузок в зависимости от возрастных и психологических особенностей ребенка;
- ✓ *индивидуальности*: медико-педагогическое воздействие с учетом форм заболеваний и резерва здоровья каждого ребенка.

Формы оздоровительных мероприятий в летний период.

1. Организованная образовательная деятельность. Это основная форма организованного систематического обучения детей физическим упражнениям. Организация НОД в летний оздоровительный период должна исключать возможность перегрузки детей, не допускать их переутомления или нарушения деятельности физиологических процессов и структур организма, в частности костно-мышечной и сердечно - сосудистой как наиболее нагружаемых при физических упражнениях. Упражнения подбираются в зависимости от задач занятия, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования. Планируются организованные формы детской деятельности с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), праздники, развлечения 3 раза в неделю в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после ее спада). Продолжительность организованной образовательной деятельности:

Младшая группа	15 минут
Средняя группа	20 минут
Старшая группа	25 минут
Подготовительная группа	30 минут

- 2. Утренняя гимнастика.** Цель проведения – повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия. Традиционная гимнастика включает в себя простые гимнастические упражнения с обязательным включением дыхательных упражнений; упражнения с предметами и без предметов; упражнения на формирование правильной осанки; упражнения с использованием крупных модулей, снарядов, простейших тренажеров. Коррекционная гимнастика включает в себя комплексы специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей.
- 3. Подвижные игры.** Рекомендуются игры средней и малой подвижности. Выбор игры зависит от педагогических задач, подготовленности, индивидуальных особенностей детей.

Виды игр:

- сюжетные (использование при объяснении крошки-сказки или сюжетного рассказа);
- несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания;
- дворовые;
- народные;
- с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол).

Подвижные игры проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции. Продолжительность игр для всех возрастных групп 10-20 минут.

- 4. Двигательные разминки** (физминутки, динамические паузы). Их выбор зависит от интенсивности и вида предыдущей деятельности.

Варианты:

- упражнения на развитие мелкой моторики;
- ритмические движения;
- упражнения на внимание и координацию движений;
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных яблок;
- упражнения в равновесии;
- упражнения для активизации работы глазных мышц;
- гимнастика расслабления;
- корригирующие упражнения (в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей);
- упражнения на формирование правильной осанки; упражнения на формирование свода стопы проводятся на воздухе, на спортивной площадке ежедневно, в часы наименьшей инсоляции.

Продолжительность:

Младшая группа - 6 минут;

средняя группа - 8 минут; старшая

группа - 10 минут;

подготовительная группа - 12

минут.

5. Элементы видов спорта, спортивные упражнения.

Способствуют формированию специальных двигательных навыков, воспитанию волевых качеств, эмоций, расширению кругозора детей.

Виды спортивных упражнений:

- катание на самокатах;
- баскетбол;
- футбол;

- бадминтон.

Продолжительность:

Младшая группа - 6 минут;

средняя группа - 8 минут;

старшая группа - 10 минут;

подготовительная группа – 12 минут.

***6. Гимнастика пробуждения. Гимнастика после дневного сна.
Гимнастика сюжетно-игрового-характера. Гимнастика сюжетно-игрового характера.***

Разминка после сна проводится с использованием различных упражнений:

- с предметами и без предметов;
- на формирование правильной осанки;
- на формирование свода стопы;
- имитационного характера;
- сюжетные или игровые;
- с простейшими тренажерами (гимнастические мячи, гантели, утяжелители, резиновые кольца, эспандер);
- на развитие мелкой моторики;
- на координацию движений;
- в равновесии;

Место проведения – спальня. Гимнастика пробуждения для всех возрастных групп продолжительностью 10 минут. Гимнастика после дневного сна для всех возрастных групп 10 минут.

5. Корректирующая гимнастика.

Данное направление работы предполагает комплекс мер, воздействующих на организм ребенка с целью укрепления и сохранения

здоровья, мониторинг состояния здоровья каждого ребенка, учет и использование особенностей его организма, индивидуализацию профилактических мероприятий. Корректирующая гимнастика рассчитана для детей 4-7 лет, занятия проводятся по 25 – 30 минут.

Особенности корректирующих занятий с детьми:

- Циклические упражнения (ходьба, бег, ползание, лазанье, ходьба на лыжах, оздоровительная ходьба в конце занятия). С целью повышения общей выносливости, умственной и физической работоспособности, улучшения психоэмоционального состояния у ослабленных детей.
- Прыжки применяются только с учетом показаний и противопоказаний врача-ортопеда.
- Для формирования правильной осанки используются упражнения у стены без плинтуса, упражнения на равновесие (статическое и динамическое), упражнения на координацию (зрительно-моторную, слухомоторную).
- С формированием правильной осанки тесно связано формирование рационального дыхания, поэтому в планирование включены дыхательные упражнения (статические и динамические).
- Корректирующие упражнения: для головы и шеи, плечевого пояса и рук, упражнения по развитию тонкой моторики, для туловища, для ног и др.
- Специальные подвижные игры коррекционного содержания, подвижные игры на ортопедических мячах направлены на исправление нарушений осанки, функциональной недостаточности стоп, формирование рационального дыхания и закрепление правильных навыков и умений.

- Для снятия напряжения и утомления во время занятий предложены упражнения на расслабление разных групп мышц из разных исходных положений.

6. Индивидуальная работа в режиме дня. Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям. Предусматривает оказание помощи детям, не усвоившим программный материал на занятиях, имеющим нарушения в развитии. Содействует укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей, исправлению дефектов осанки. Проводится в спортивном зале. Время устанавливается индивидуально.

7. Закаливающие мероприятия. Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей:

- элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, обтирание, обливание до пояса);
- закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, солнечные и водные процедуры в сочетании с физическими упражнениями);
- специальные водные, солнечные процедуры, которые назначаются врачом.

Цель закаливания — выработать способность организма быстро изменять работу органов и систем в связи с постоянно меняющейся внешней средой. Способность организма приспосабливаться к определенным условиям внешней среды вырабатывается многократным повторением воздействия того или иного фактора (холод, тепло и т.п.) и постепенного повышения его дозировки.

В процессе закаливания в организме ребенка происходят сложные изменения. Клетки покровов тела и слизистых оболочек, нервные окончания и связанные с ними нервные центры начинают быстрее и целесообразнее реагировать на изменения окружающей среды. Все физиологические процессы в тканях и органах, в том числе расширение и сокращение кровеносных сосудов, протекают экономичнее, быстрее и совершеннее. Кроме того, окрепшие под влиянием закаливания кожа и слизистые оболочки становятся менее чувствительными и менее проницаемыми для ряда болезнетворных микроорганизмов, а способность организма к борьбе с уже проникшими в него возбудителями возрастает.

В результате закаливания ребенок становится менее восприимчивым не только к резким изменениям температуры и простудным заболеваниям, но и к инфекционным болезням. Закаленные дети обладают хорошим здоровьем, и аппетитом, спокойны, уравновешены, отличаются бодростью, жизнерадостью, высокой работоспособностью. Этих результатов можно добиться лишь при правильном выполнении закаливающих процедур.

Основные принципы закаливания

Положительные результаты от закаливающих процедур можно ожидать только при соблюдении ряда принципов.

1. *Постепенность увеличения дозировки раздражителя.*

Постепенность заключается, прежде всего в том, что первые закаливающие процедуры должны как по своей силе, так и по длительности вызывать минимальные изменения в организме, и лишь по мере привыкания к данному раздражителю их можно осторожно усиливать.

Закаливание лучше начинать в летнее время года, когда температура воздуха выше, чем в другие сезоны, и колебания ее не бывают резкими.

2. *Последовательность* применения закаливающих процедур.

К водным процедурам и солнечным ваннам можно переходить после того, как ребенок привык к воздушным ваннам, вызывающим меньшие изменения в организме; к обливанию не допускают детей прежде, чем они не привыкли к обтиранию, а к купанию в открытых водоемах — раньше, чем с ними не проведены обливания.

3. *Систематичность.*

Нельзя прерывать закаливающие процедуры без серьезных к тому оснований, так как при этом исчезают те приспособительные изменения, или «механизмы», которые были уже выработаны в процессе закаливания, и тем самым чувствительность организма к внешнему раздражителю снова повышается.

4. *Комплексность.*

Специальные закаливающие процедуры не дают нужных результатов, если они в повседневной жизни ребенка не сочетаются с мероприятиями, направленными на укрепление его организма (прогулки на свежем воздухе, утренняя гимнастика, регулярное проветривание помещений и т.д.), и если они не проводятся комплексно. Так, воздушные ванны желательно сочетать с подвижными играми, физическими упражнениями и физической работой. Эти виды деятельности сопровождаются активными движениями, вызывающими потребность в глубоком дыхании, при котором площадь слизистых оболочек дыхательных путей, соприкасающаяся с воздухом, увеличивается. Кроме того, при движениях усиливается теплообразование, предупреждающее в прохладную погоду организм от переохлаждения. После того как ребенок привыкнет к воздушным ваннам, хорошо их объединить с солнечными и водными процедурами, а в летнее время — с купанием.

5. *Учет индивидуальных особенностей ребенка.*

Прежде чем начать закаливание, необходимо тщательно изучить физическое и психическое развитие каждого ребенка. На основании данных

медицинского обследования, педагогических наблюдений, сведений, полученных от родителей, воспитатель составляет характеристику ребенка. При проведении закаливающих мероприятий в детских учреждениях всех детей по состоянию их здоровья делят на группы:

- 1) здоровые, ранее закаливаемые;
- 2) здоровые, впервые приступающие к закаливающим мероприятиям, и дети, имеющие функциональные отклонения в состоянии здоровья;
- 3) с хроническими заболеваниями и вернувшиеся в дошкольное учреждение после длительных заболеваний.

По мере закаливания, но не раньше, чем через 2 месяца, воспитанников переводят из одной группы в другую. Основанием для перевода должны быть следующие показатели: отсутствие в этот период острых заболеваний, положительная эмоциональная реакция ребенка на процедуру, отсутствие отрицательных внешних признаков на холодовый раздражитель (выраженная одышка, резкое учащение сердцебиения, появление «гусиной кожи»).

Представленные показатели соответствуют (отвечают) функциональным возможностям детей 2-й группы. Для детей 1-й группы конечная температура воздуха и воды при закаливании может быть на 2—4°С ниже, для детей 3-й группы (на основании рекомендаций врача дошкольного учреждения) — на 2°С выше. Температуру действующего фактора следует снижать постепенно (через 3—4 дня при местном воздействии и через 5 — 6 дней при общем) или сокращать время его воздействия.

6. Активное и положительное отношение детей к закаливающим процедурам.

Результаты закаливания во многом зависят от того, как относятся к нему дети. Страх перед процедурами и тем более насильственное их проведение не будут способствовать положительному воздействию на организм. Важно

продумать и организовать проведение процедур так, чтобы они вызывали у детей положительные эмоции.

Воспитателю следует на каждого ребенка завести специальную карту, в которой ежедневно отмечать дату, температуру воздуха, воды, продолжительность процедуры, а также реакцию на нее ребенка. Хороший сон, нормальный аппетит, бодрое настроение детей, а в дальнейшем улучшение их физического развития и здоровья будут свидетельствовать о положительном действии закаливающих процедур.

Закаливание воздухом

Воздух — наиболее доступное средство закаливания в любое время года. В атмосфере движение воздуха совершается интенсивнее, чем в помещении, поэтому кожные покровы человека, находящегося вне помещения, подвергаются более сильным его влияниям, что вызывает непрерывную защитную работу сосудодвигательных механизмов (сужение или расширение кожных капилляров). Систематическое пребывание ребенка на воздухе помогает организму выработать способность быстро адаптироваться к новым температурным условиям.

Закаливание воздухом начинается с хорошей вентиляции помещения, в котором находятся дети. Оздоровительный эффект его тем больше, чем большая поверхность кожи подвергается влиянию воздуха, поэтому необходимо постепенно приучать детей ходить в облегченной одежде (в зимнее время в помещении, а в теплую погоду вне его). При нормальной температуре воздуха дети должны находиться в двухслойной одежде и гольфах.

Во время воздушной ванны на тело ребенка действуют температура, влажность и скорость движения воздуха, а в весенне-летний период — еще и отраженные, рассеянные солнечные лучи. С детьми первого года жизни воздушные ванны можно проводить спустя 30—40 мин после приема пищи, а старше года — через 1—1,5 ч.

Воздушные ванны хорошо сочетать с массажем, пассивной и активной гимнастикой (дети первого года жизни), подвижными играми, работой в саду и на огороде (старшие дошкольники). Во время движений и трудовой деятельности в организме ребенка образуется тепло, которое предохраняет от переохлаждения и простудных заболеваний.

Хождение босиком — хорошее средство для закаливания, укрепления и формирования свода стопы. В летнее время детей надо приучать ходить босиком по хорошо очищенному грунту (трава, гравий, песок). Начинать ходить босиком следует в жаркие, солнечные дни, постепенно увеличивая время с 2 — 3 мин до 10 — 12 мин и более. Минимальная температура воздуха, при которой детям разрешается ходить босиком, 20 — 22 °С.

Затем детей приучают ходить босиком и в помещении. Перед дневным сном им разрешают дойти до своей кровати по ковровой дорожке босиком. С детьми 5 — 7 лет рекомендуется проводить утреннюю гимнастику и физкультурные занятия сначала в носках, а потом и босиком. Полы в зале должны быть паркетными или покрыты пластиком, ковром. При температурах выше или ниже указанных наступает соответственно перегревание или переохлаждение, что может стать причиной заболевания.

Оздоровляющее действие воздуха необходимо также использовать при организации дневного сна и прогулок.

Воздушные ванны начинают проводить с детьми двухмесячного возраста. В теплую погоду их сон организуют в местах, защищенных от ветра и прямых солнечных лучей: на открытых верандах, террасах, специально оборудованных площадках под навесом или в тени деревьев, в лесу, на берегу реки или моря, в ненастные дни и зимой — на верандах или в комнатах при открытых фрамугах и форточках.

Закаливание солнцем

Лучистая энергия солнца оказывает огромное влияние на жизнедеятельность организма. Солнечные лучи, кроме видимых, с длиной

волны от 390 до 760 нм, содержат невидимые лучи: инфракрасные (длина волны более 760 нм) и ультрафиолетовые (длина волны около 390 нм). Биологическое влияние на живой организм оказывают главным образом ультрафиолетовые лучи.

Под воздействием солнечных лучей химические и биологические процессы в клетках и тканях ускоряются, общий обмен веществ повышается, слой эпидермиса утолщается, особенно за счет увеличения количества пигментных клеток, которые при этом начинают усиленно вырабатывать красящее вещество меланин. В подкожном жировом слое под влиянием ультрафиолетовых лучей из провитамина D вырабатывается активный витамин D. Изменяется общее состояние организма, улучшаются настроение, сон, аппетит, повышается работоспособность и сопротивляемость к различного рода заболеваниям.

Солнечные лучи оказывают благоприятное влияние на организм только при правильном их использовании, в противном случае они могут причинить вред, вызвать тяжелые ожоги, заболевание глаз, обострение некоторых болезней. Солнечные ванны надо проводить осторожно, с учетом возраста и состояния здоровья детей.

В дошкольных учреждениях закаливание солнцем осуществляется на прогулке, особенно в летний оздоровительный период, при обычной разнообразной деятельности детей. Начинают со световоздушных ванн в тени деревьев, затем переходят к местным солнечным ваннам, для чего детям оголяют руки и ноги (на голове при этом должна быть светлая шапочка). Для проведения солнечных ванн игры детей организуют под прямыми лучами солнца на 5 — 6 мин, а затем ребят вновь уводят в тень. По мере появления загара солнечные ванны становятся общими, для этого воспитанников раздевают, оставляя их в трусах и майках, а затем в одних трусах. Непрерывное пребывание детей под прямыми солнечными лучами - ми вначале

составляет 5 мин, постепенно его доводят до 10 мин. В течение дня продолжительность солнечных ванн может быть 40—50 мин.

Вода как фактор оздоровления и закаливания

Водные процедуры могут быть местными (умывание, ножные ванны, обтирание или обливание до пояса) и общими (обтирание и обливание всего тела). Используют воду такой температуры, которая не вызывает большого напряжения терморегуляционных механизмов ребенка (28 — 36 °С), и проводят тогда, когда тело его не переохлаждено и не перегрето.

Водные процедуры имеют перед воздушными и солнечными ваннами то преимущество, что их можно легко дозировать. Обтирание кожи после любой водной процедуры сухим полотенцем обеспечивает хороший массаж, способствует лучшему кровенаполнению, а следовательно, и питанию. Водные процедуры являются возбуждающим и тонизирующим средством, поэтому их следует проводить после утреннего или дневного сна.

Умывание, которое ежедневно проводят по утрам с гигиенической целью, при определенной организации может оказать на детей и закаливающее влияние. Для этого температуру воды при умывании постепенно (через каждые 2 — 3 дня) снижают на 1 градус и доводят ее для детей от 1 года до 2 лет с 28 до 20 °С, от 2 до 3 лет — до 16 °С, для детей 3 лет и старше — до 14 °С.

Детям до 2 лет обычно моют лицо и кисти рук, 2 — 3 лет, кроме этого, шею и руки до локтя, от 3 лет и старше при умывании можно обмывать и верхнюю часть груди.

Ножные ванны являются хорошим средством закаливания. Как известно, переохлаждение ног нередко приводит к простудным заболеваниям, так как при сильном их охлаждении рефлекторно сужаются кровеносные сосуды носоглотки, вследствие чего питание слизистых оболочек носа и зева ухудшается, а жизнедеятельность микроорганизмов, всегда находящихся там, увеличивается. Ножные ванны способствуют закаливанию всего организма.

Кроме того, ежедневные ножные ванны снижают потливость ног, являются профилактикой плоскостопия.

Местное обливание ног проводят из ковша вместимостью 0,5 л при температуре воздуха в помещении не ниже 20 °С. Во время процедуры смачивают нижнюю половину голени и стопы. Сосуд с водой держат на близком расстоянии от тела (4—5 см). На каждое обливание расходуется 2 — 3 л воды соответствующей температуры. Собственно, обливание продолжается 15 — 20 с, затем ноги ребенка обтирают сухим полотенцем. Следует помнить, что эффект закаливания будет только в том случае, если прохладную воду лить на теплые ноги ребенка. В связи с этим обливание ног проводят обычно после дневного сна. Летом целесообразно обливание ног сочетать с их мытьем после прогулки: ноги моют теплой водой с мылом и обливают водой соответствующей температуры.

Контрастное обливание может быть щадящим: вначале ноги обливают теплой водой (35 — 36 °С), а затем сразу прохладной (24 — 25 °С), после чего вновь теплой водой (35 — 36 °С). Постепенно температуру теплой воды повышают до 40 °С, а прохладной снижают до 18 °С. Заканчивают процедуру сухим растиранием. Такой метод обливания рекомендуется ослабленным детям или перенесшим болезнь. Закаленным и редко болеющим воспитанникам эту процедуру лучше проводить в обратном порядке, начиная с холодной воды (24 — 25 °С) и переходя к воде температуры 35 — 36 °С, а затем вновь к холодной с таким же постепенным изменением температуры. После обливания — сухое растирание. Общие водные процедуры (обтирание, обливание, купание) проводятся не раньше, чем через 30 — 40 мин после приема пищи.

С 5 - 7 лет дошкольников приучают обтираться самостоятельно, помогая им смачивать рукавичку и обтирать спину. Рукавички после употребления кипятят и сушат.

Обливание всего тела проводят при температуре воздуха не ниже 23 °С. Воду льют из лейки на плечи, грудь, спину (расход воды 1,5 - 2,0 л), при этом сосуд с водой держат на 6—8 см над ребенком. После обливания сразу следует сухое растирание. Длительность процедуры увеличивают с 15 до 35 С. Температуру воды снижают через 3—4 дня на 2 °С. Душевые установки (смесители) используют при закаливании водой только в том случае, если они обеспечивают ее постоянную температуру. Обычно воду нужной температуры разводят в специальных баках.

Летом обливание и душ рекомендуется проводить на воздухе. Когда при закаливании будут достигнуты конечные температуры воды и воздуха, на них останавливаются в течение 2 месяцев для обеспечения эффекта тренировки. Далее можно усилить действующий фактор (перейти от местных к общим, от слабых к более сильным процедурам) или увеличить время его действия.

Хорошим средством закаливания полости рта и носоглотки является систематическое их полоскание водой комнатной температуры. Удобнее всего проводить эту процедуру утром после сна и перед ночным сном. Приучать детей полоскать рот можно с 2 - 3 лет, с 4 - 5 лет они могут полоскать и горло. На полоскание затрачивают 1/2 - 1/3 стакана воды. Опыт показывает, что эта процедура — эффективное средство предупреждения ангин, тонзиллитов, аденоидов.

Закаливающие мероприятия особенно важно проводить в периоды повышенной заболеваемости детей, карантинных и после перенесенных заболеваний. При этом сила воздействующего фактора временно снижается, а врачебный контроль за детьми усиливается. Медицинских отводов от закаливания в детских коллективах дошкольных учреждений не должно быть, поскольку методы и средства закаливания подбирают индивидуально в зависимости от возраста, состояния ребенка и условий окружающей среды. Ответственность за правильную организацию работы по закаливанию детей несут заведующий дошкольным учреждением и врач.

1. Блок. Создание условий для всестороннего развития детей

Направления работы	Условия реализации работы	Ответственный
САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ		
Организация питьевого режима	Наличие индивидуальных кружек, чайника, охлажденной кипяченой воды.	Ст. воспитатели Воспитатели Медсестра
Организация закаливающих процедур	Наличие индивидуальных полотенец для рук и ног, лейки, тазики.	Ст. воспитатели Воспитатели Медсестра
УСЛОВИЯ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ		
Организация безопасных условий пребывания детей в ДОО	Наличие аптечки первой помощи, исправного оборудования на прогулочных площадках.	С. Воспитатели Зам.по АХР Воспитатели групп Медсестра
Формирование основ безопасного поведения и привычки к ЗОЖ	Наличие дидактического материала для работы по ПДД, ЗОЖ, ОБЖ.	Ст. воспитатели Воспитатели групп
Организация двигательного режима	Наличие физкультурного оборудования. Проведение коррекционной работы (осанка, плоскостопие и т. д.). Индивидуальная работа по развитию движений. Организация спортивных праздников досугов.	Воспитатели групп
УСЛОВИЯ ДЛЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО РАЗВИТИЯ		

Организация мероприятий по ознакомлению с детской художественной литературой	Чтение художественной литературы. Экскурсии в детскую библиотеку. Изготовление книг своими руками. Праздник детской книги.	Ст. воспитатели Педагоги-специалисты Воспитатели групп
Организация прогулок и экскурсий	Разработка маршрутов.	Ст. воспитатели Педагоги-специалисты Воспитатели групп
Организация экспериментальной деятельности	Наличие оборудования для проведения экспериментов.	Ст. воспитатели Педагоги-специалисты Воспитатели групп
УСЛОВИЯ ДЛЯ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ		
Организация тематических развлечений	Разработка сценариев Подготовка атрибутов и костюмов.	Музыкальные руководители Воспитатели групп
Организация театрализованных представлений	Кукольные спектакли Неделя театра Посещение театров города	Ст. воспитатели Педагоги-специалисты Воспитатели групп
Организация изобразительной деятельности	Наличие изобразительных средств и оборудования. Организация конкурсов, выставок внутри детского сада, игр с песком и водой.	Ст. воспитатели Воспитатели групп
УСЛОВИЯ ДЛЯ РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ		
Ежедневное чтение художественных произведений	Подбор произведений согласно возрастным особенностям детей	Ст. воспитатели Воспитатели групп
Театрализованные игры	Инценирование прочитанных произведений (сказки, стихи, небольшие произведения)	Ст. воспитатели Педагоги-специалисты Воспитатели групп

Организация изобразительной деятельности	Рисование по прочитанным произведениям, изготовление книг самоделок	Ст. воспитатели Воспитатели групп
--	---	--------------------------------------

2. Блок. Работа с детьми

2.1. Организация работы с детьми младшего и среднего дошкольного возраста

Неделя, тема	Направления работы с детьми			
	познавательно-речевое	физкультурнооздоровительное	художественноэстетическое	социально-личностное
<p>1-я неделя июня</p> <p>Неделя «Счастливое детство»</p>	<p>Конкурс загадок: «Дерево загадок»: загадки, «ДА» или «НЕТ», ребусы.</p> <p>Наблюдение за одуванчиками с момента цветения до образования летучих семян.</p> <p>Экспериментирование: с одуванчиками.</p> <p>Чтение потешек: «Потягушки, потягушки», «Чики-чики-чикалочки».</p> <p>Разучивание считалки: Катилось яблоко...»</p> <p>Чтение: сказок: «Теремок», «Усатый-полосатый» С. Маршак</p>	<p>Утренние гимнастики на улице;</p> <p>Урок здоровья «Солнышко лучистое» - о пользе и вреде солнечных лучей для здоровья;</p> <p>Закаливающие процедуры: солнце-воздух-вода;</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой. Комплекс дыхательной гимнастики по методу Б.С. Толкачевой</p> <p>Народные игры: «Дотянись до солнышка» «Радужные брызги» (игры с мячом); «Веселый футбол» и др.</p>	<p>- Рисование на асфальте разноцветными мелками -</p> <p>Аппликация «Солнышко»</p> <p>- Музыкальные игры: «Солнышко и дождик» (М.Раухвенгер), «Солнышко» (Е. Макшанцева)</p> <p>Музыкотерапия.</p>	<p>- Беседа «Мы - дружные ребята» - навыки общения между детьми</p> <p>- Сюжетно-дидактическая игра «Детский сад» (дети средней группы берут на себя роли сотрудников ДОУ)</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Парикмахерская»</p>

Итоговое мероприятие: Музыкальный праздник детства				
<p>2-я неделя июня</p> <p>Неделя безопасности не «Пожарный чтение плакатам .</p>	<p>Беседа с детьми о мерах противопожарной улице с безопасности «спички игрушка», «Пожарные на рассматривание плакатов четверостиший к Толкачевой ватмане « Чтение «Путаница» К. Чуковский после прогулки: Экспериментирование с прохладной водой.</p>	<p>Утренние гимнастики на предметах; детям Подвижные игры на учениях» (выдувание через и Комплекс дыхательной гимнастики по методу Б.С. Огненные «Волшебный Закаливающие процедуры мытье ног Изотерапия рук до локтя, умывание</p>	<p>Рисование в Игр- нетрадиционной форме улице «Угадай, что соломинку Сюжетно- цветных клякс). игра Рисование ладошками на стул» всполыхи», «Передача утро, Иван!» прохладной лица водой и шеи</p>	<p>инсценировка «Как непослушный котенок лапу получил!» обжег» дидактическая «Пожарные» городок 01» Дидактические игры: чувств», «Доброе водой, мытье</p>
Итоговое мероприятие: Спектакль «Кошкин дом»				

<p>3-я неделя июня</p> <p>Неделя дорожной безопасности «Светофорик»</p>	<p>«Знакомство с улицей»- тематическая прогулка.</p> <p>Беседы: « О правилах дорожного движения», «Зачем нужны дорожные знаки (средняя группа)».</p> <p>Загадки про светофор. Чтение «Мой веселый, звонкий мяч» С. Маршак Чтение «Светофор» А. Северный</p>	<p>Утренняя гимнастика на улице.</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p> <p>Подвижные игры: «Воробышки и автомобиль», «Автомобили на дороге» «Светофор»</p>	<p>Рисуем красками: «Светофор», «дорога для автомобилей» (младшая группа), «Грузовая машина» (средняя группа). Аппликация «Светофор» Цветотерапия.</p>	<p>Сюжетно-дидактические игры: «Пешеход и водитель», «Автобус».</p> <p>Дидактические игры: «Транспорт», «назови, что это?».</p>
	<p>Наблюдение за светофором Экспериментирование с бумагой</p>			
<p>Итоговое мероприятие: Музыкально- спортивный праздник «Светофорик»</p>				

<p>4-я неделя июня</p> <p>Неделя природы</p> <p>«В гостях у красавицы Природы»</p>	<p>Дидактическая игра на звукоподражание «Лошадка».</p> <p>Чтение и разучивание потешек: «Улитка, улитка...», «Кисонька, мурysonька», «Мыши водят хоровод».</p> <p>Чтение сказки В. Бианки «Лис и мышонок»</p> <p>Артикуляционная гимнастика «Утро с котиком Рыжиком», «Жаба кваква» .</p> <p>Экспериментирование с песком.</p>	<p>Комплекс утренней гимнастики с предметами.</p> <p>Подвижные игры: «Кошкiмышки», «Достань морковку», «На нашем участке»</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p> <p>Комплекс дыхательной гимнастики по методу Б.С. Толкачевой</p>	<p>Музыкально-дидактическая игра «Лисичка, пляши».</p> <p>Пение песенки: «Вот какие чудеса» сл.Н. Берендгофа, муз. А. Филиппенко</p> <p>Музыкальный этюд «Веселые дудочки» сл. Степанова, муз.Г. Левкодимова</p> <p>Звукотерапия (звуки природы)</p>	<p>Игра-ситуация «Водичка, умой мое личико», дидактические игры: «Что растет на огороде», «Кто за елкой».</p> <p>Игра-инсценировка «Дудочка» Сказа А. Пассовой, инсценировка Л. Михайловой.</p> <p>Игра-ситуация «Поездка в зоопарк»</p> <p>Трудовые поручения на природе: полить цветы из маленькой лейки, собираем укроп на огороде и т.д.</p>
<p>Итоговое мероприятие: Музыкально-экологический праздник «В гостях у красавицы Природы»</p>				
<p>1-я неделя июля</p> <p>Военно – спортивная неделя</p> <p>«Зарница»</p>	<p>Чтение: «Заюшкина избушка» р-н сказка, «Волк и козлята» р-н сказка, «Храбрецы» перевод К. Чуковский.</p> <p>Экскурсия в Войсковую</p>	<p>Комплекс утренней гимнастики «Мы - солдаты»</p> <p>Подвижные игры: «Шире шагай», «Найди свой домик», «Найди свой цвет», «Кати мяч».</p>	<p>Предметное рисование цветными карандашами и фломастерами: «Салют», «Флажок», «Солдат» (средняя группа).</p> <p>Коллективная аппликация</p>	<p>Сюжетно-ролевая игра «Моряки».</p> <p>Игра-ситуация «Хотим быть смелыми», «Защитим слабого»</p> <p>Дидактические игры:</p>

	часть (средняя группа). Рассматривание предметных и сюжетных картин по теме «Защитники Отечества» Экспериментирование с ветром и воздухом (вертушки, воздушные шары)	Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой. Комплекс дыхательной гимнастики по методу Б.С. Толкачевой	«Самолеты летят». Пение: «Бравые солдаты»	«Чудесный мешочек», «Угадай на вкус», «Что лишнее?» (средняя группа)
--	--	---	--	--

Итоговое мероприятие: Военно- спортивный праздник «Зарница»

2-я неделя июля водой на прогулке.	Чтение потешек: Водичка...», «Дождик, дождик...». Подвижные Токмакова «Где спит белые Бианки «Купание щука», дождик» Этюд на Мультимедийный клип путешествие». «Про воду». после Эксперименты с водой в детской лаборатории. рук и шеи прохладной водой. живет», «Чей	«Водичка, Утренняя свежем воздухе «Морская» игры: «Утки-«Рыбки в грудки», «Караси и «Солнышко и интонационную игры Закаливающие процедуры прогулки: мытье ног утки» прохладной водой, мытье до локтя, умывание лица лишней» (средняя группа), гимнастики по методу Б.С. Толкачевой	гимнастика на Рисование на ватмане , аппликация море», рисование Полив масляной пастелью «Водоросли». Сюжетно- « Мы - выразительность «Хозяйка Игра-ситуация «На пруду». Звукотерапия (музыка дождя, шум моря) Комплекс дыхательной хвостик».	моря красками Игры с Купание кукол. цветов и растений на «В огороде. дидактические медвежат». рыбки», и «Морское «Плаваем, ныряем» Дидактические игры: «Кто «Кто, где
--	--	--	---	---

Итоговое мероприятие: Спортивно-театрализованный праздник «День Нептуна»

<p>3-я неделя июля</p> <p>Неделя творчества</p> <p>«Город мастеров»</p>	<p>Конкурс загадок: «Дерево загадок»: загадки, «ДА» или «НЕТ», ребусы</p> <p>«Заботливое солнышко»</p> <p>разучивание стихотворения;</p> <p>Чтение рассказов Л.Воронковой «Солнечный денёк»</p> <p>Экспериментирование: «Вода в сосуде» (нагревание воды лучами солнца)</p>	<p>Утренняя гимнастика на свежем воздухе;</p> <p>Урок здоровья «Солнышко лучистое» - о пользе и вреде солнечных лучей для здоровья;</p> <p>Закаливающие процедуры: солнце-воздух-вода;</p> <p>Народные игры: «Дотянись до солнышка» «Радужные брызги» (игры с мячом); «Веселый футбол» и др.</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p> <p>Комплекс дыхательной гимнастики по методу Б.С. Толкачевой</p>	<p>- Рисование «Солнышко и тучка» (закрепление навыков работы гуашевыми красками)</p> <p>- Аппликация «Солнышко» (из кусочков бумаги методом обрывания) - Музыкальные игры: «Солнышко и дождик» (М.Раухвенгер), «Солнышко» (Е. Макшанцева)</p> <p>Изотерапия.</p>	<p>- Беседа «М дружные ребята» - общения между детьми</p> <p>- Сюжетно-ролевая игра «Детский сад» средней группы без себя роли сотрудников ДОУ) Игра-сюжет «Незнайка мастер»</p>
<p>Итоговое мероприятие: Кукольный театр «Смешарики в гостях у Солнышка»</p>				

<p>4-я неделя июля</p> <p>Неделя здоровья</p> <p>«Лучики здоровья»</p>	<p>Беседа для внеситуативноличностного общения «Знаешь ли ты себя» Дидактические игры: «Волшебный стул»</p>	<p>Утренние гимнастики на улице;</p> <p>Дидактические игры на привитие культурногигиенических норм:</p>	<p>Лепка «Наши руки не для скуки» (по замыслу);</p> <p>Рисование в нетрадиционной форме «Угадай, что получилось!»</p>	<p>Игра-тренинг «Учимся правильно разговаривать» - правила ведения диалога</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Больница» (дети средней</p>
---	---	---	---	---

	<p>«Передача чувств», «Доброе утро, Иван!»</p>	<p>«Проснись-потянись»</p> <p>«Тряпичная кукла» Урок здоровья «Я расту и развиваюсь»</p> <p>Психогимнастика в сочетании с точечным массажем «Гимнастика маленьких волшебников»</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p> <p>Комплекс дыхательной гимнастики по методу Б.С. Толкачевой</p> <p>Игра «Солнечные зайчики»</p>	<p>(выдувание через соломинку цветных клякс).</p> <p>Сказкотерапия</p>	<p>группы берут на себя роли врачей, медсестёр)</p>
--	--	---	--	---

Итоговое мероприятие: Выставка детского творчества

<p>1-я неделя августа</p> <p>Неделя безопасности «Осторожный пешеход»</p>	<p>Чтение сказки Г.Юрмина «Любопытный мышонок»</p> <p>Наблюдение за машинами: внешний вид, детали, назначение</p>	<p>Спортивный вечер развлечений «Лучший пешеход» - правила поведения детей на улице</p> <p>Подвижные игры «Красный, жёлтый, зелёный», «Островок безопасности»</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p> <p>Комплекс дыхательной гимнастики по методу Б.С. Толкачевой</p>	<p>Слушание песен: «Весёлые путешественники» (М.Старокадомский), «Песенка дорожных знаков» (Ю.Чичиков), «Машина» (Т.Попатенко)</p> <p>Штриховка цветными карандашами «Светофорик»</p> <p>Игротерапия.</p>	<p>Сюжетно-ролевая игра «Автобус» (дети среднего возраста берут на себя роли шофёра, кондуктора)</p> <p>Рассматривание плакатов по безопасности дорожного движения, чтение стихотворений по данной тематике</p>
---	---	--	---	---

2.2. Организация работы с детьми старшего дошкольного возраста

Неделя, тема	Направления работы с детьми			
	познавательное-речевое	физкультурнооздоровительное	художественноэстетическое	социально-личностное

<p>1-я неделя июня</p> <p>Неделя «Счастливого детства»</p>	<p>Конкурс загадок: «Дерево загадок»: загадки, «ДА» или «НЕТ», ребусы.</p> <p>Наблюдение за летними дикорастущими цветами: одуванчиками, с момента цветения до образования летучих семян, клевер, ромашка полевая.</p> <p>Экспериментирование с растениями: замачивание семян кабачков или огурцов для появления ростка, посадка в грунт и наблюдение за появлением всходов.</p> <p>Чтение: «Волшебное слово» В. Осеева, «Огурцы» Н. Носов, Е. Чарушин «Как мальчик женья научился говорить букву «р»»</p>	<p>Утренние гимнастики на улице в игровой форме «Мы веселые ребята»;</p> <p>Урок здоровья «Солнышко лучистое» - о пользе и вреде солнечных лучей для здоровья;</p> <p>Закаливающие процедуры: солнце-воздух-вода;</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p> <p>Комплекс потешек для массажа: «Веселый музыкант»</p> <p>Спортивные игры на спортивной площадке ДОО: Бадминтон, футбол, элементы баскетбола, настольный теннис</p>	<p>- Рисование на асфальте разноцветными мелками</p> <p>- Аппликация «Лето-славная пора»</p> <p>Постановка детского спектакля «Делу время, а потехе час»</p> <p>Музыкотерапия.</p>	<p>- Беседа «Мы - дружные ребята» - навыки общения между детьми</p> <p>Игра-сказка «О добре и зле»</p> <p>Дидактические игры: «Отгадай, что за растение», «Найди, что опишу» «Наоборот»</p> <p>Сюжетно-ролевые игры: «Детский сад», «Семья», «Магазин»</p> <p>Трудовые поручения: «Украшаем группу»</p>
<p>Итоговое мероприятие: Музыкальный праздник детства</p>				

<p>2-я неделя июня</p> <p>Неделя безопасности</p>	<p>Беседа с детьми о мерах противопожарной безопасности «Спички детям не игрушка»,</p>	<p>Утренние гимнастики на улице с предметами; Подвижные игры на улице «Пожарные на учениях»</p>	<p>Рисование в нетрадиционной форме «Угадай, что получилось!» (выдувание через соломинку)</p>	<p>Сюжетно-ролевые игры: «Пожарные», «Семья». Игра-инсценировка: «Кошкин дом».</p>
<p>«Пожарный городок 01»</p>	<p>рассматривание плакатов и чтение четверостиший к плакатам . Чтение: «Рассказ о неизвестном герое» , «Пожар» С. Маршак Экспериментирование с водой</p>	<p>Потешка для массажа «Кошкин дом» Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p>	<p>цветных клякс). Коллективное рисование «Пожарные на учениях» Изотерапия</p>	<p>Дидактические игры: «Когда это бывает», «Домино», «Пазлы», «Профессии». Рассматривание альбомов на противопожарную тематику. Трудовые поручения «Лечим книжки»</p>
<p>Итоговое мероприятие: Спектакль «Кошкин дом»</p>				

<p>3-я неделя июня</p> <p>Неделя дорожной безопасности «Светофорик»</p>	<p>«Знакомство с улицей»- тематическая прогулка.</p> <p>Беседы: « О правилах дорожного движения», «Зачем нужны дорожные знаки (средняя группа)».</p> <p>Загадки про светофор.</p> <p>Чтение : С. Михалков «Моя улица», В. Семернмн «Запрещается- разрешается» , И. Лешкевич «Песенка о правилах»</p> <p>Экспериментирование с бумагой</p>	<p>Утренняя гимнастика на улице.</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p> <p>Подвижные игры: «Воробышки и автомобиль», «Автомобили на дороге» «Светофор»</p> <p>Потешка для массажа «Догонялки»</p>	<p>Рисуем красками: «Светофор», «дорога для автомобилей» (младшая группа), «Грузовая машина» (средняя группа).</p> <p>Аппликация «Светофор»</p> <p>Цветотерапия.</p> <p>Артикуляционная гимнастика: «Лошадки»</p>	<p>Сюжетно ролевые игры: «Улица», «Автобус», «На дороге»</p> <p>Создание игровых проблемных ситуаций с участием пешеходов и «автомобилей».</p> <p>Дидактические игры: «Разрешается-запрещается», «Зеленый огонек».</p> <p>Трудовые поручения «Приводим в порядок игрушки»</p>
---	---	--	---	---

Итоговое мероприятие: Музыкально- спортивный праздник «Светофорик»

<p>4-я неделя июня</p> <p>Неделя природы</p> <p>«В гостях у красавицы Природы»</p>	<p>Экскурсия в парк м-на «Строитель»</p> <p>Наблюдение за живой природой.</p> <p>Экспериментирование с растениями: проращивание семян, рассматривание через увеличительное стекло и т.д.</p> <p>Чтение: Л. Толстой «Старик сажал яблони», В. Коржиков «Рассказы о таежном докторе», В. Бианки «Лис и мышонок», К. Паустовский «Заботливый цветок»</p>	<p>Комплекс утренней гимнастики с предметами.</p> <p>Подвижные игры: «Гусилебеди», «Съедобноенесъедобное», «Посадка картофеля», «бабочки, лягушки и цапли»</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p> <p>Потешка для массажа: «Две тетери», «Капуста»</p>	<p>Ритмические упражнения «Солнышко», «Пчелы водят хоровод».</p> <p>Рисование на пленэре (на природе) цветной пастелью.</p> <p>Игры в звукоподражание «Угадай, кто поет» Пение: «Про лягушку и комара»</p> <p>Звукотерапия (звуки природы)</p>	<p>Дидактические игры: «Угадай овощи на вкус», «Летает-нелетает»</p> <p>Сюжетно-ролевые игры: «Поход», «На рыбалке».</p> <p>Ситуативные беседы о природе (по интересам детей).</p> <p>Трудовые поручения «Уход за растениями на огороде»</p>
---	---	--	--	--

Итоговое мероприятие: Музыкально-экологический праздник «В гостях у красавицы Природы»

<p>1-я неделя июля</p> <p>Военно – спортивная неделя</p> <p>«Зарница»</p>	<p>Экскурсия в Войсковую часть</p> <p>Рассматривание предметных и сюжетных картин по теме «Защитники Отечества»</p> <p>Экспериментирование с ветром и воздухом (вертушки, воздушные шары).</p>	<p>Комплекс утренней гимнастики «Мы - солдаты»</p> <p>Подвижные игры: «Стой», «Ловишка с приседанием». «Кто быстрее», «Снайперы»</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица</p>	<p>Рисование по теме «Твои защитники».</p> <p>Аппликация «Военная техника»</p> <p>Пение: «Бравые солдаты»</p> <p>Музыкально-ритмические упражнения «Марш деревянных солдатиков»</p>	<p>Сюжетно-ролевые игры: «Солдаты», «Больница»</p> <p>Дидактические игры: «Твои защитники», «Транспорт», «Лото», «Пазлы»</p> <p>Ситуативные беседы о дружбе и взаимовыручке.</p> <p>Трудовые поручения «мытье формочек»</p>
--	--	--	---	---

			Артикуляционная гимнастика: «Стрельба»,	
	Чтение: Л. Кассиль «Твои защитники», С. Алексеев «Рассказы о Суворове и русских солдатах». В. Железников «Рыцарь»	и шеи прохладной водой. Потешка для массажа «Ходит конь» Дыхательная гимнастика	«Фейерверк», «Гудок парохода»	
Итоговое мероприятие: Военно- спортивная игра «Зарница»				

<p>2-я неделя июля</p> <p>Водная неделя</p> <p>«В гостях у Нептуна»</p>	<p>Знакомство с легендами древней Греции и древнего Рима.</p> <p>Чтение: «С. Сахарнов «Кто в теплом море живет», сказка «Синбад -мореход» в переводе С. Маршака</p> <p>Экспериментирование с водой.</p> <p>Мультимедийный фильм «Водные просторы»</p>	<p>Утренняя гимнастика на свежем воздухе «Моряки»</p> <p>Подвижные игры: «Караси и щука», «Цапля и лягушки»</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p> <p>Комплекс дыхательной гимнастики по методу Б.С. Толкачевой.</p> <p>Массаж спины «Дождь» (дети в парах)</p>	<p>Рисование красками «Ручейки».</p> <p>Пальчиковая сказка «Кораблик»</p> <p>Пальчиковая игра «Дождик большой и маленький»</p> <p>Изготовление корабликов способом оригами и с водой.</p> <p>Звукотерапия (музыка дождя, шум моря)</p> <p>Танцевальные движения «Ручеек» (с султанчиками)</p>	<p>Сюжетно-ролевые игры: «Корабль отправляется в путешествие», «Моряки».</p> <p>Дидактические игры: «Где, чей дом», «Бывает-не бывает».</p> <p>Совместное рассматривание картинок с изображением Богов из древних легенд.</p> <p>Рассматривание картинок из энциклопедий по теме: «Вода»</p> <p>Трудовые поручения «Полив растений»</p>
<p>Итоговое мероприятие: Спортивно-театрализованый праздник «День Нептуна»</p>				

<p>3-я неделя июля</p> <p>Неделя творчества «Счастливое детство»</p>	<p>Беседа с играми и развлечениями «Что мы знаем о лете?» - Летние загадки - Стихи о лете, солнце -</p> <p>Опытноэкспериментальная деятельность: «Когда вода теплее» (нагревание окружающих предметов днём и вечером), «Вода в сосуде» (нагревание воды лучами солнца), «Тень» (рассматривание и сопоставление размеров тени от предметов в разное время дня)</p>	<p>Спортивное развлечение «Солнце встало» Подвижные игры:</p> <p>«Солнечные лучики» (чередование бега врассыпную с построением в две колонны: мальчики и девочки лицом друг к другу), «Солнце и тень» (бег врассыпную, построение в колонну за воспитателем); «Горелки с платком»</p> <p>-Упражнение на дыхание «Нарисуй солнышко» (на выдохе рисуем потоком воздуха солнышко) - Эстафеты: «Солнечные монетки (соревнование с переносом жёлтых кружков); «Вокруг солнышка хожу» (ведение мяча одной рукой, при потере мяча – штраф) Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p>	<p>- Рисование на асфальте «Солнечный денёк» -Лепка «На солнечной полянке» (коллективная работа из пластилина и природного материала)</p> <p>- Музыкальные игры: «Солнышко и дождик» (М.Раухвергер), «Солнышко» (Е.Макшанцева), «Гори, гори ясно».</p> <p>Ароматерапия</p>	<p>- Беседа «Дорога в детский сад» - знания об окружающем, развитие самосознания</p> <p>- Упражнение «Как меня зовут» (дети называют своё имя – полное, краткое, ласковое, самое любимое)</p> <p>- Пластический этюд «Солнышко» («От ласковых имён стало тепло, как от солнышка. Все мы сейчас станем лучиками солнца и согреем друг друга»)</p> <p>- Создать условия для сюжетно-ролевых игр: «Детский сад», «Семья», - Трудовые поручения на цветнике, огороде (полив, рыхление, уборка сорняка)</p>
<p>Итоговое мероприятие: Кукольный театр «Смешарики в гостях у Солнышка»</p>				

4-я неделя июля	- Занятие «Изучаем свой организм».	- «Гимнастика маленьких волшебников» - элементы	- Коллективная аппликация «Картинки-витаминки» (овощи	- Беседа «Какими должны быть мальчики и девочки»
------------------------	------------------------------------	---	---	--

Неделя здоровья «Лучики здоровья»	- Чтение стихотворений И.Горюновой «Медицина малышам». - Беседа «Вредные и полезные привычки». Познавательный КВН с детьми 6-7 лет «В здоровом теле – здоровый дух»	психогимнастики с точечным массажем. - Упражнение в равновесии «Удержись на камне» (стоять на возвышении, на одной ноге) - Упражнение на расслабление «Липкая глина» (поглаживание ладоней рук с потряхиванием кистями) Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.	и фрукты) - Лепка «Человек» (с обсуждением назначения частей тела) Артикуляционная гимнастика Сказкотерапия	- Игра «На что похоже настроение» - Этюд «Сломанная кукла» - Создать условия для сюжетно-ролевых игр: «Детский сад», «Строители», «Магазин» - Трудовые поручения на цветнике, огороде (полив, рыхление, уборка сорняка)
--	---	---	--	---

Итоговое мероприятие: веселые старты «Бегай, прыгай, будь здоров!»

<p>1-я неделя августа</p> <p>Неделя безопасности</p> <p>«Осторожный пешеход»</p>	<p>Занятие о правилах дорожного движения «О правилах кошке расскажем немножко»</p> <p>Заучивание стихотворения С.Михалкова «Если свет зажёгся красный»</p>	<p>Спортивный вечер развлечений «Лучший пешеход» - правила поведения детей на улице</p> <p>Подвижные игры: «Пешеход переходит улицу», «Цветные автомобили»</p> <p>Закаливающие процедуры после прогулки: мытье ног прохладной водой, мытье рук</p>	<p>-Аппликация «Светофор»</p> <p>- Рисование «Автомобили»</p> <p>Изготовление дорожных знаков.</p> <p>Артикуляционная гимнастика</p> <p>Игротерапия</p>	<p>- Беседа «Кто и зачем придумал правила дорожного движения?» - правила поведения в на улицах города. - Создать условия для сюжетно-ролевых игр: «Водители», «Автовокзал», «Мы путешествуем» - Трудовые поручения на цветнике, огороде (полив, рыхление, уборка сорняка)</p>
		<p>до локтя, умывание лица и шеи прохладной водой.</p>		
<p>Итоговое мероприятие: Спортивно-музыкальное развлечение по станциям «Путешествие в страну дорожных знаков»</p>				

2 Блок. Работа с педагогами

Форма	Содержание	Дата проведения	Ответственный
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ			
Педагогический совет	Утверждение программы летне-оздоровительной работы на 2022 год	Май	Заведующий Старший воспитатель
Заседание Рабочей группы	Разработка Положений, индивидуальных планов работы	Май	Административная группа Рабочая группа
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА			

Консультации	<p>Планирование и организация спортивных игр на прогулке.</p> <p>Организация адаптационного периода для вновь прибывших детей.</p> <p>Создание предметно-развивающей среды групп.</p> <p>Санитарно-эпидемиологический режим в ДОУ в летнее время.</p> <p>Особенности планирования ВОП в летний период.</p> <p>Особенности закаливания детей в условия детского сада и семьи в летний период</p>	Июнь-август	<p>Административная группа</p> <p>Педагоги-специалисты</p> <p>Воспитатели групп</p>
Индивидуальные консультации-беседы	«Особенности планирования воспитательно-образовательной работы в ЛОП»	Май	Старший воспитатель

Выставка	«Методическая и познавательная литература для работы с детьми в ЛОП»	Май Июль Август	Старший воспитатель
Работа методического кабинета	<p>Утверждение сценариев праздников и развлечений</p> <p>Подбор информационных материалов в родительский уголок.</p> <p>Оформление рекомендаций: «Планирование мероприятий с детьми летом», «Физкультурнооздоровительная работа с детьми».</p> <p>Разработка рекомендаций по созданию предметно-развивающей среды в группах.</p> <p>Разработка информационных буклетов, папок, газет по летне-оздоровительной работе</p>	Май Июль Август	Старший воспитатель

Семинар-практикум	Тематическое планирование летнеоздоровительной работы	Май	Старший воспитатель Рабочая группа
Проведение инструктажей	Организация летней оздоровительной работы. Обеспечение безопасных условий пребывания ребенка в ДОУ. Проведение экскурсий и прогулок. Профилактика солнечного, теплового удара у детей.	Июнь-август	Старший воспитатель Зам.директора по АХЧ

3 Блок. Работа с родителями

Направления работы	Содержание работы	Дата проведения	Ответственный
Информационно-рекламная деятельность	<p>Оформление информационных стендов по проблеме воспитания детей.</p> <p>Оформление стендов по ПДД, ОБЖ и ЗОЖ.</p> <p>Фотовыставка.</p> <p>Оформление папок-передвижек.</p> <p>Информация по предоставлению дополнительных платных услуг в летний период</p>	<p>Май</p> <p>Июль</p> <p>Август</p>	<p>Старший воспитатель</p> <p>Педагоги-специалисты</p> <p>Воспитатели групп</p>
Консультации	<p>Консультации специалистов.</p> <p>Индивидуальные консультации для родителей.</p> <p>«Оборудование для игр с ветром, песком, водой».</p> <p>«Летние забавы для малыша и мамы»</p> <p>«Особенности закаливания ребенка в</p>	<p>Май</p> <p>Июль</p> <p>Август</p>	<p>Старший воспитатель</p>

	семье в летний период». «Игры с песком и водой»		
Совместная деятельность детского сада и семьи	<p>Привлечение родителей к организации и проведению совместных досугов.</p> <p>Проведение совместных спортивных мероприятий.</p> <p>Организация выставок и конкурсов в детском саду.</p>	<p>Май</p> <p>Июль</p> <p>Август</p>	Старший воспитатель
Сотрудничество с родителями в период адаптации	<p>Анкетирование родителей вновь поступивших детей.</p> <p>Просветительская работа (памятки, рекомендации, беседы, экскурсия по учреждению).</p>		Старший воспитатель

<ul style="list-style-type: none"> □ Фиксирование антропометрических данных □ Создание условий обеспечивающих охрану жизни и здоровья детей, предупреждение детской заболеваемости и травматизма. □ Организация и интеграция различных видов деятельности Ведение документации □ Организация дополнительных платных услуг □ По итогам работы в летне-оздоровительный период 	<p>Тематический контроль</p> <p>Обзорный контроль Итоговый контроль</p>		

5 Блок. Административно-хозяйственная работа

Содержание работы	Сроки	Ответственные
<ul style="list-style-type: none"> □ Приобретение материалов для ремонта □ Анализ выполнения натуральных норм □ Благоустройство территории ДОУ □ Ведение необходимой отчетной документации □ Мониторинг заболеваемости детей и сотрудников за ЛОП □ Подготовка предметно-развивающей среды групп и кабинетов специалистов к новому учебному году 	<p>В течение ЛОП</p>	<p>Заведующий Зам директора по АХР Старший воспитатель</p>

Список литературы

1. Белая, К.Ю., Сотникова, В.М. Разноцветные игры [Текст] / К.Ю. Белая, В.М. Сотникова. – М.: Линка-пресс, 2018. – 336 с.
2. Доронова, Т.Н. Игруют взрослые и дети: из опыта работы дошкольных образовательных учреждений России [Текст] / Т.Н. Доронова – М.: Линка-пресс, 2009. – 208 с.
3. Пенькова, Л.А. Под парусом Лето плывет по Земле [Текст] : методическое пособие для работников дошкольных учреждений, студентов педагогических вузов и колледжей / Л.А. Пенькова. – М.: Линка-пресс, 2015. – 288 с.
4. Программа воспитания и обучения в детском саду [Текст] / под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. - 3-е изд., исп. и доп. – М.: Мозаика – Синтез, 2014. – 208 с.
5. Дубровский, В.И. Валеология: Здоровый образ жизни [Текст]: учебное пособие / В.И. Дубровский. – М.: Флинта, 2010.
6. Кареева, Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников [Текст]: планирование, система работы / Т.Г. Кареева. – Волгоград : Учитель, 2010. – 170 с.
7. Картушина, М.Ю. Зеленый огонек здоровья. [Текст]: программа оздоровления дошкольников / М.Ю. Картушина. - М.: ТЦ Сфера, 2016, 2е изд. – 208 с. - (Детский сад с любовью).
8. Картушина, М.Ю. Сценарии оздоровительных досугов для детей 5-6 лет [Текст] / М.Ю. Картушина. – М.: ТЦ Сфера, 2018. – 128 с. - (Серия «Вместе с детьми»).
9. Ковалько, В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников [Текст] : практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы) / В.И. Ковалько. – М.: ВАКО, 2017. – 176 с. – (Дошкольники: учим, развиваем, воспитываем).
10. Кузнецова, М.Н. Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ [Текст]: практическое пособие / М.Н. Кузнецова. – М.: Айрис – пресс, 2016. – 112 с. – (Дошкольники: воспитание и развитие).
11. Никанорова, Т.С., Сергиенко, Е.М. Здоровячок. Система оздоровления дошкольников [Текст] / Т.С. Никанорова, Е.М. Сергиенко. – Воронеж: Ч.П. Лакоценин С.С., 2010. – 96 с.
12. Новикова, И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет [Текст] / И.М. Новикова. – М.: Мозаика – Синтез, 2014. – 96 с.

13. Оздоровление детей в условиях детского сада [Текст] / под ред. Л.В. Кочетковой. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 112 с. – (Библиотека руководителя ДОУ).
14. Павлова, М.А., Лысогорская, М.В. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения [Текст]: модели программ, рекомендации, разработки занятий / авт. – сост. М.А. Павлова, М.В. Лысогорская, канд. психол. наук. – Волгоград: Учитель, 2009. – 186 с.
15. Пензулаева, Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3 – 7 лет [Текст]: комплексы оздоровительной гимнастики / Л.И. Пензулаева. – М.: Мозаика – Синтез, 2010. – 128 с.
16. Полтавцева, Н.В. Физическая культура в дошкольном детстве [Текст]: пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми седьмого года жизни / Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова. – М.: Просвещение, 2019 - 271 с.
17. Программа воспитания и обучения в детском саду [Текст] / под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. - 3-е изд., исп. и доп. – М.: Мозаика – Синтез, 2005. – 208 с.
18. Харченко, Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников [Текст] / Т.Е. Харченко. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2010. – 96 с.
19. Чупах, И.В., Лужаева, Е.З., Соколова, И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно – воспитательном процессе [Текст] / И.В. Чупах, Е.З. Лужаева, И.Ю. Соколова. – М.: Илекса, Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2016. – 400 с.