

Богомазова Надежда Николаевна  
старший воспитатель  
МКДОУ детский сад «Теремок»  
г. Ленск МО «Ленский район» РС (Я)

## **Как организовать летнюю оздоровительную работу. (рекомендации для методистов, старших воспитателей, педагогов).**

Летом организуйте работу с учетом задач этого времени года: охрана здоровья и закаливание дошкольников.

### Определить цель и задачи.

План летней оздоровительной работы (ЛОР) — документ, который регламентирует организацию образовательного процесса в детском саду с июня по август. Чтобы сделать переход к летнему режиму плавным, воспитатели должны продумать организацию всех режимных моментов и мероприятий с детьми. Также план не должен нарушать санитарные требования, требования ФАП ДО и ФГОС ДО.

Прежде чем составлять план летней оздоровительной работы, педагоги продумывают цели и задачи.

Когда планируете мероприятия, контролируйте, чтобы они соответствовали общим целям ЛОР. Организация оздоровительной работы включает четыре раздела:

- двигательный режим;
- закаливающие мероприятия;
- лечебно-оздоровительная работа;
- коррекционная работа.

### Запланировать виды деятельности.

Летний период – время, когда воспитатель может активно использовать разные формы работы с дошкольниками. Это могут быть физкультурные досуги, закаливание, оздоровительные мероприятия, тематические праздники на свежем воздухе. Поэтому в план ЛОР необходимо включить образовательные и досуговые мероприятия, которые педагоги реализуют с детьми и родителями.

К планированию воспитатели привлекают педагогов-специалистов: инструктора по ФИЗО, музыкального руководителя, учителя-логопеда или педагога-психолога.

Время и длительность мероприятий педагог определяет по режиму пребывания детей в группе, их возрасту и санитарным нормам.

В первой половине дня физическая активность детей ограничена, поэтому на это время следует запланировать зарядку, двигательную активность и прогулку. Прогулки и мероприятия, которые связаны с физическими нагрузками, необходимо предусмотреть до наступления жары и после ее спада.

### **Не планируйте двигательную активность перед сном.**

Такую рекомендацию дает главный санитарный врач (п. 3.11 МР 2.4.0259-21).

Включите в план работы закаливающие мероприятия для воспитанников всех возрастных групп. Акцент сделайте на воздушных, солнечных ваннах и играх с водой, мытье ног после прогулок. Такие мероприятия проводите под контролем медицинской сестры.

Физическое оздоровление может состоять из гимнастики, спортивных упражнений, занятий на тренажере, плавания и подвижных игр. А в профилактику включите гимнастику глаз и дыхательные упражнения.

Отдых детей должен состоять из активного и спокойного досуга. Во время прогулок можно проводить игры со скакалкой, мячом и обручем. Чередовать эти мероприятия можно с играми в песочнице, рисованием, конструированием и играми в шахматы и шашки.

Образовательные мероприятия должны совпадать с деятельностью, которая описана в содержательном разделе ОП ДО. Это могут быть эксперименты с песком и водой, занятия по самообслуживанию, беседы, рисование, лепка, изготовление аппликаций, наблюдение за ростом растений, сюжетно-ролевые и дидактические игры

#### Оформить прогулочные участки

В летний период дошкольники большую часть времени проводят на улице, поэтому педагогам необходимо создать условия для разнообразной игровой деятельности именно там. Продумайте размещение игровых зон на участке. Правильное распределение игровых зон должно создавать благоприятные условия для игр детей всех возрастных подгрупп в отдельности и для совместных игр детей в целом.

Важно, чтобы каждая игровая зона располагала достаточной площадью для определенного вида игр, была удобна и доступна для игр детей всех возрастных подгрупп, привлекала своим оформлением.

При создании условий педагоги должны соблюдать два основных требования:

- на участке должно быть полифункциональное, трансформируемое и вариативное игровое оборудование;
- учитывайте своеобразие игровой деятельности каждой возрастной подгруппы, если будут функционировать разновозрастные группы.

#### Организовать работу с детьми

Реализация ОП ДО ведется в течение всего пребывания ребенка в детском саду (п. 2.5 ФГОС ДО). Организуйте деятельность с дошкольниками в разных формах. Например, проводите тематические занятия, квесты, досуги и развлечения. Также реализуйте проекты и организуйте опытно-экспериментальную деятельность. Уделите внимание прогулкам, содержание которых должно соответствовать летнему сезону.

Чтобы наглядно представить деятельность с детьми в рамках летнего периода, вы можете оформить в группе стенд «Наше лето». На стенде разместите информацию о днях рождениях, мероприятиях, прогулках и общие фото. Также обновите календарь знаменательных событий на летний месяц.

### Утренний прием

Летом при хорошей погоде воспитатели организуют прием детей на улице, на групповых участках. Это относится ко всем воспитанникам от трех до семи лет. Требования к продолжительности приема нет. За время приема взрослый должен успеть осмотреть детей на педикулез и оценить их общее состояние здоровья. Во время утреннего приема воспитатель также может решать провести мероприятия по закаливанию.

### Утренняя зарядка

В течение дня педагоги организуют режим двигательной активности детей с учетом их возрастных особенностей и состояния здоровья (п. 2.10.3 СП 2.4.3648-20). Регулярно проводят утреннюю зарядку после приема детей. Летом лучше провести гимнастику на улице, если позволяют погодные условия. Например, на спортивной площадке, групповом участке или веранде. По гигиеническим нормативам утренняя зарядка для дошкольников всех возрастов должна длиться не меньше 10 минут (таблица 6.7 СанПиН 1.2.3685-21).

### Прием пищи

Прием пищи — обязательный режимный момент, во время которого педагог также решает образовательные и воспитательные задачи. Помимо того, что дети утоляют голод, они осваивают важные гигиенические навыки: мыть руки перед едой, правильно сидеть за столом, пользоваться столовыми приборами и салфетками, тщательно пережевывать пищу, есть аккуратно.

Недопустимо, чтобы дети сидели за столом в ожидании пищи и после ее приема — это может их утомить. На завтрак и второй завтрак воспитатели должны отвести не менее 30 минут, на обед – не менее часа (таблица 4 приложения 10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).

Возвращаться летом с прогулки в обед и заканчивать активные занятия и игры необходимо примерно за 20–30 минут до еды. Из-за большой физической нагрузки дети могут перевозбудиться и устать, что приведет к нарушению процесса пищеварения.

Также воспитателям следует закладывать 15–20 минут между подвижными играми во время утреннего приема на улице и завтраком, чтобы провести с детьми гигиенические процедуры. Чем больше детей и чем они младше, тем дольше они будут готовиться к приему пищи.

В средней группе со второй половины года дети учатся дежурить, поэтому младший воспитатель должен забирать детей с прогулки еще раньше, чтобы они не только подготовились к приему пищи, но и накрыли на стол.

### Образовательная деятельность в течение дня

В ФОП выделили четыре направления ОД:

- ОД, которую проводят в процессе организации различных видов детской деятельности;
- ОД, которую проводят в ходе режимных процессов;
- самостоятельная деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДО (п. 24.1 ФОП).

Планировать образовательную деятельность по направлениям в течение дня можно как совместную деятельность педагога и детей или как самостоятельную деятельность дошкольников. Чтобы решить, какую форму выбрать, педагоги ориентируются на

содержание образовательных задач, желание детей и их образовательные потребности (п. 24.2 ФООП ДО).

Требования к длительности ОД в разных возрастных группах летом не меняются. Дети от одного года до трех лет должны заниматься не более 10 минут, дети от трех до четырех лет — не более 15 минут, дети четырех—пяти лет — не более 20 минут, дети пяти—шести лет — не более 25 минут, дети шести—семи лет — не более 30 минут.

Используйте такие формы, которые можно применять на свежем воздухе. Например, наблюдения.

Также организуйте серию познавательных занятий и тематических бесед, которые познакомят детей с особенностями летнего сезона. Подберите наглядные иллюстративные материалы, обучающие видео и литературу по теме.

### Игровая деятельность

Игра – ведущий вид деятельности у дошкольников в детском саду (п. 24.5 ФООП ДО). В летний период педагоги могут активно использовать разные виды игр. Например, подвижные. Подвижные игры — обязательный элемент физкультурных занятий и прогулок. В них развиваются основные движения, снимается умственное напряжение от занятий, воспитываются моральные качества.

Также педагоги могут предложить детям сюжетно-ролевые, дидактические и развивающие игры. Такие игры помогут дошкольникам сформировать представление об окружающем мире, социуме, а также развить воображение и память, сенсорное восприятие. Воспитатели должны подготовить специальные пособия и игрушки для детской игры.

### Проектная деятельность

Спланируйте и организуйте проектную деятельность с детьми. Темы и содержание проектной деятельности с дошкольниками могут быть различными. Вы можете приурочить проект к летнему празднику. Например, к Международному дню дружбы – 9 июня организовать проект «Умей дружить». Также с помощью проектной деятельности вы можете разнообразить деятельность воспитанников. Например, реализовать творческий проект «Мультфильмы своими руками», где дошкольники познакомятся с процессом создания мультфильмов.

Летом также организуйте опытно-экспериментальную деятельность с дошкольниками. Так вы разовьете у детей исследовательскую активность, познавательные интересы, коммуникативные и творческие способности.  
Использование ЭСО

Если погода плохая, порекомендуйте педагогам работать с детьми в помещении и использовать электронные средства обучения (ЭСО): компьютеры, интерактивные панели и доски, планшеты. В группе во время использования ЭСО ребенок должен сидеть на расстоянии не менее 50 см от экрана (п. 3.5.7 СП 2.4.3648-20). Если педагог использует планшет, то должен разместить устройство на столе под углом наклона 30 градусов.

Размеры экрана также должны соответствовать СанПиН (таблица 6.3 СанПиН 1.2.3685-21). Ниже смотрите таблицу с требованиями к размеру экрана электронных средств обучения (ЭСО).

Время использования ЭСО должно соответствовать возрастным особенностям дошкольников. Дети в возрасте 5–7 лет могут находиться у экрана не более 15 минут.

При использовании ЭСО во время занятий должна проводиться гимнастика для глаз (п. 2.10.2 СП 2.4.3648-20). Чрезмерная нагрузка на глаза, если время просмотра превышено, может привести к проблемам со зрением.