

***Методические рекомендации для педагогов
ДОУ «Организация летней оздоровительной
работы»***

Выполнила : Арефьева Т. В.

Методические рекомендации для педагогов ДООУ «Организация летней оздоровительной работы»

1.«Организация летне-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях»

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.

Цели и задачи работы в летний оздоровительный период

Цель:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учётом их индивидуальных особенностей.

Задачи:

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
2. Реализовать систему мероприятий, направленных на развитие самостоятельности, инициативности, любознательности и познавательной активности.
3. Проводить просвещения родителей по педагогическим, воспитательным, оздоровительным вопросам детей в летний период.
4. Повышение компетентности педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы, мотивация педагогов на улучшение качества организации летнего отдыха дошкольников.

Направление образовательных областей

2. Организация подготовительной работы. С первого июня дошкольные учреждения города переходят на работу в условиях летнего режима. Для этого педагогическому и медицинскому персоналам следует провести

подготовительную работу. Педагогам необходимо разработать для каждой возрастной группы: - режим дня; - расписание занятий Медицинскому персоналу рекомендуется: - осмотреть всех детей, выделив тех, которые нуждаются по состоянию здоровья в особом режиме, усиленном питании; - разработать систему закаливания, учитывая условия, состояние здоровья детей в каждой возрастной группе.

3. Создание условий для всестороннего развития детей.

- Переход на режим дня в соответствии с теплым периодом года: Прием детей на участках детского сада, прогулка – 4-5 часов, сон – 3 часа, образовательная деятельность на свежем воздухе; наличие магнитофона, музыкального центра для музыкального фона.

- Организация водно-питьевого режима: Наличие чайника, охлажденной кипячёной воды, одноразовых стаканчиков.

- Организация закаливающих процедур: Наличие индивидуальных полотенец для рук и ног; таза, лейки; индивидуальных стаканчиков для полоскания зева и горла.

Условия для физического развития

- Организация безопасных условий пребывания детей в дошкольных отделениях: Наличие аптечки первой помощи, исправного оборудования на прогулочных площадках.

- Формирование основ безопасного поведения и привычки к здоровому образу жизни: Наличие дидактического материала для: работы по ОБЖ, обучения детей правилам дорожного движения, работы по ЗОЖ.

- Организация оптимального двигательного режима: Наличие физкультурного оборудования, проведение коррекционной и профилактической работы (коррекция, осанки, плоскостопия и др.) Организация образовательной деятельности по физической культуре, спортивных праздников и развлечений.

Условия для познавательного и экологического развития

- Организация труда и наблюдений в природе: Наличие цветника, огорода, уголка природы в группах; оборудования и пособий (лопатки, лейки, грабли).

- Организация игр с песком и водой: Наличие исправных песочниц на участках, лейки для обработки песка, лопат.

4. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми

- утренняя гимнастика;
- прогулка;
- двигательная активность;
- полоскание полости рта после еды;
- сон без маек, при открытых форточках (в теплое время);
- проветривание помещения;
- гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами;
- хождение по массажной дорожке;
- занятия, прогулки, походы;
- совместные досуги с родителями;
- спортивные праздники и развлечения;
- неделя здоровья;
- соревнования;

Формы оздоровительных мероприятий в летний период.

1. Организованная образовательная деятельность это основная форма организованного систематического обучения детей физическим упражнениям. Организация НОД 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 непосредственной образовательной деятельности, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования.

Планируются организованные формы образовательной 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).

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:

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;

- футбол;

- баскетбол;

- бадминтон.

5. Организация двигательного режима

- Прием и утренняя гимнастика на воздухе: Все возрастные группы.

- Дыхательная гимнастика: Все возрастные группы (ежедневно после дневного сна).

- Физкультурная образовательная деятельность: Все возрастные группы (2 раза в неделю).

- Оздоровительная ходьба по детскому саду на развитие дыхания: Все возрастные группы (еженедельно).

- Дозированный бег для развития выносливости: Все возрастные группы (ежедневно в конце прогулки по индивидуальным показателям).

- Развитие основных движений (игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии и т. д.): Все возрастные группы (ежедневно на прогулках, подгруппами и индивидуально).

- Подвижные игры на прогулке: Все возрастные группы (ежедневно).

- Физкультурные досуги и развлечения: Все возрастные группы (еженедельно).

Закаливающие мероприятия

- Воздушные ванны: Все возрастные группы (ежедневно в теплую погоду).

- Прогулки: Все возрастные группы (ежедневно).

- Хожение босиком по песку и траве: Все возрастные группы (ежедневно в теплую погоду).

- Обширное умывание: Все возрастные группы (ежедневно).

- Мытье ног: Все возрастные группы (ежедневно).

6. Организация летних прогулок

Организация наблюдений за неживой природой.

Наблюдения за изменениями погоды.

Старшие дошкольники продолжают обогащать и закреплять свой «погодный» словарь. Надо стремиться к тому, чтобы они точно описывали погоду, активнее используя в своей речи эпитеты, образные выражения.

Летний словарь: жарко - жара - жарища - жаркий день - жарко печет солнце - жарко, как в печке.

Летний дождик - чем он отличается от дождя весеннего, осеннего? Почему иногда летний дождик называется грибным?

Летнее небо: какого оно цвета? Иногда оно ярко-голубое, а иногда эта голубизна кажется поблекшей, выцветшей. Отчего? Может, от яркого и жаркого летнего солнца выцвело небо, как выцветает ткань?

Облака: детям всегда интересно пофантазировать о форме облаков, найти ей аналоги в мире животных или растений. Нужно поощрять интересные детские высказывания и образные выражения, которые они применяют в своей речи.

И опять же логично задаться вопросом: а почему летом так жарко, а зимой наоборот холодно?

Почва растениям - деревьям, кустарникам, травам и цветам - необходима, потому что именно из нее все они получают свою пищу - влагу и питательные вещества. А что произойдет с почвой, если будет очень жарко и сухо? Как это повлияет на растения? Какой становится почва, когда идет дождь или мы поливаем ее из лейки? Зачем нужно рыхлить почву? Кто,

кроме человека, Этот вопрос будет перекликаться с наблюдениями за продолжительностью дня летом.

Наблюдения за дождем. Старшим дошкольникам уже можно объяснить: почему идет дождь? Как получаются тучи? А отчего гремит гром и сверкает молния? Отвечая на вопросы, можно ненавязчиво обучить детей правилам безопасного поведения во время грозы.

Наблюдения за землей, за почвой рыхлит ее?

Организация наблюдений за живой природой

Наблюдения за растениями. Мы вспоминаем с ребятами, что огромное царство растений делится на три государства: государство деревьев, государство кустарников, государство трав и цветов. На участке или во время экскурсии в парк или лес можно прекрасно рассмотреть отличительные признаки представителей каждого государства, вспомнить названия некоторых растений.

Дети узнают или повторяют, что условия, необходимые для роста растений - это солнечный свет, вода, тепло. Можно провести опыты, иллюстрирующие это положение.

Весной дети имели возможность наблюдать за тем, как оживает и просыпается растение после зимнего сна, как распускаются почки, появляются первая трава и цветы. Теперь они видят, как цветут растения, и после цветения образуются их плоды и семена. Дети могут сами убедиться, насколько разнообразны семена у различных растений.

Целесообразно поиграть с детьми в игру «Почему они так называются?». Это позволит им легче ориентироваться в мире растений, разовьет речь и обогатит ее образными выражениями.

Наблюдения за птицами.

Наблюдения за повадками различных птиц даст многое пытливому уму ребенка.

Есть такая примета: если ласточки летают низко - значит, быть дождю. А почему? Оказывается, есть простое объяснение. Перед дождем воздух насыщается влагой, становится тяжелым. Насекомые - основная пища ласточек - опускаются ниже, к земле. Вот и приходится ласточкам добывать себе пропитание, опускаясь к земле вместе с насекомыми.

Интересно также посмотреть, как птицы выкармливают своих птенцов. Самих птенчиков дети, конечно, не увидят - ведь гнезда расположены

достаточно высоко. Но зато они смогут понаблюдать за постоянно снующими около гнезда взрослыми птицами, которые приносят корм своим птенцам.

Наблюдения за насекомыми.

Детям интересно будет наблюдать, как бабочки сосут нектар из цветов своим длинным хоботком, словно через соломинку. У бабочек очень красивый узор на крылышках - один из самых красивых, среди созданных природой. Но хватать бабочек за крылышки нельзя, так как они покрыты нежной пылью, которую легко стереть, а ведь бабочка после этого не сможет летать.

Можно объяснить детям, что бабочки откладывают яички, из этих яичек потом вылупляются гусеницы, которые поедают листья растений. Позже гусеницы опутывают себя нитью, выделяемой из брюшка, и превращаются в куколок, а уже из куколок вновь появляются бабочки. Наблюдая за жуками, помогите детям установить общее в их строении: 6 лапок и 4 крыла.

Опыты с песком.

Одно из основных свойств сухого песка - сыпучесть. Он тоже не имеет своей собственной формы: форма изменяется с каждым новым сосудом, в который его помещают. А что будет, если песок намочить? Тогда он перестанет быть сыпучим. Из влажного песка можно лепить куличики, создавать разные фигурки с помощью песочных формочек.

«Рассеянный песок» Цель. Установить свойство рассеянного песка. Материалы. Сито, карандаш, ключ, песок, лоток. Процесс. Разровняйте площадку из сухого песка. Равномерно по всей поверхности сыпьте песок через сито. Погрузите без надавливания в песок карандаш. Положите на поверхность песка какой-нибудь тяжелый предмет (например, ключ). Обратите внимание на глубину следа, оставшегося от предмета на песке. А теперь встряхните лоток. Прodelайте с ключом и карандашом аналогичные действия. В набросанный песок карандаш погрузится примерно вдвое глубже, чем в рассеянный. Отпечаток тяжелого предмета будет заметно более отчетливым на набросанном песке, чем на рассеянном.

Опыты с водой.

Интересны детям опыты с растворением красок в воде. Они видят, что чем больше краски добавляется в воду, тем интенсивнее становится ее цвет. А добавление к уже имеющемуся раствору краски другого цвета дает неожиданные оттенки, которым дети будут с удовольствием придумывать названия.

Экспериментируя с водой, дети убеждаются в том, что вода не имеет собственной формы, а приобретает форму того сосуда, в который налита.

Старшие дошкольники могут экспериментировать с мерной чашечкой, сравнивая объем разных сосудов. Это станет для одних хорошим закреплением темы «Измерения с помощью условной мерки», а для других — пропедевтикой подобных измерений.

Прозрачность воды.

Цель: Подвести детей к обобщению «чистая вода – прозрачная», а «грязная – непрозрачная»

Ход: Приготовить две баночки или стакана с водой и набор мелких тонущих предметов (камешки, пуговицы, бусины, монетки). Выяснить, как усвоено детьми понятие «прозрачный»: предложить ребятам найти прозрачные предметы в группе (стакан, стекло в окне, аквариум). Дать задание: доказать, что вода в банке тоже прозрачная (пусть ребята опустят в банку мелкие предметы, и они будут видны). Задать вопрос: «Если опустить в аквариум кусочек земли, будет ли вода такой же прозрачной?» Выслушать ответы, затем – продемонстрировать на опыте: в стакан с водой опустить кусочек земли и размешать. Вода стала грязной, мутной. Опущенные в такую воду предметы не видны. Обсудить. Всегда ли в аквариуме для рыб вода прозрачная, почему она становится мутной. Прозрачная ли вода в реке, озере, море, луже. Вывод: Чистая вода прозрачная, через нее видны предметы; мутная вода непрозрачная.

Круговорот воды в природе

Материалы: большой пластмассовый сосуд, банка поменьше и полиэтиленовая пленка.

Ход: Налейте в сосуд немного воды и поставьте его на солнце, накрыв пленкой. Солнце нагреет воду, она начнет испаряться и, поднимаясь, конденсироваться на прохладной пленке, а затем капать в банку

Опыты с воздухом.

«Свойства воздуха» Цель. Познакомить детей со свойствами воздуха. Материал. Ароматизированные салфетки, корки апельсин и т. д. Процесс. Возьмите ароматизированные салфетки, корки апельсин и т. д. и предложите детям последовательно почувствовать запахи, распространяющиеся в помещении. Итог. Воздух невидим, не имеет определенной формы, распространяется во всех направлениях и не имеет собственного запаха. «Воздух сжимается» Цель. Продолжать знакомить детей со свойствами воздуха. Материалы. Пластмассовая бутылка, не надутый шарик, холодильник, миска с горячей водой. Процесс. Поставьте открытую пластмассовую бутылку в холодильник. Когда она достаточно охладится,

наденьте на ее горлышко не надутый шарик. Затем поставьте бутылку в миску с горячей водой. Понаблюдайте за тем, как шарик сам станет надуваться. Это происходит потому, что воздух при нагревании расширяется. Теперь опять поставьте бутылку в холодильник. Шарик при этом спустится, так как воздух при охлаждении сжимается. Итог. При нагревании воздух расширяется, а при охлаждении – сжимается.

7. Лето в народном календаре.

Старшим дошкольникам будет очень полезно ознакомиться со старинными народными названиями летних месяцев, очень точными с точки зрения природных изменений.

Например, июнь в народном календаре носит имя кресец. «Крес» означает небесный огонь, жаркое летнее солнце. За яркость и красоту цветения, царящую в природе, июнь называли еще и червень, то есть червленый, красный, красивый.

Июль за свою красоту, жару, благодатность получил в народе несколько названий сенозарник, жарпик, липец, отрадник, серпень.

Август - по-русски зарев, зорничник. Такое название дано ему за яркие, но уже прохладные зори, блестящие от холодных рос.

8. Условия для развития изобразительного творчества

- Организация изобразительного творчества и ручного труда: Наличие традиционных и нетрадиционных материалов для изобразительной деятельности и ручного труда (картон, цветная бумага, клей, ножницы, нитки, тесто, ткань, овощи). Организация выставки детских работ.

Невозможно оставить без внимания такой вид деятельности как восприятие художественной литературы. Тематически правильно подобранные художественные произведения позволяют расширить представления детей об окружающем их мире, загадках древностей. Различные энциклопедии, художественная литература обогащает детей, развивая их познавательные, культурные и творческие интересы. Поэтому, книга – важное средство для совместной деятельности взрослого и ребёнка.

Организация физкультурно-оздоровительной образовательной работы с детьми.

Функционирование здоровьесберегающей, целенаправленной, систематически спланированной работы всего коллектива учреждения приводит к следующим положительным результатам:

- Снижение детской заболеваемости в летний оздоровительный период.

- Отсутствие случаев травматизма и отравления детей.
- Повышение уровня физического, психического здоровья детей.
- Повышение эффективности физкультурно-оздоровительной работы.