



**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 62 Приморского района Санкт-Петербурга**

---

ПРИНЯТ:

Педагогическим советом ОУ  
ГБДОУ детский сад № 62  
Приморского района Санкт-Петербурга  
Протокол от «30» мая 2022 г. № 9

УТВЕРЖДЕН:

Приказом ГБДОУ детский сад № 62  
Приморского района Санкт-Петербурга  
2022 г. № 21-0/9  
Заведующий В.М. Янковская



Янковская Валентина Михайловна	Подписано цифровой подписью: Янковская Валентина Михайловна Дата: 2021.05.31 12:10:23+03'00'
--------------------------------------	---

**ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКИЙ САД № 62 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-  
ПЕТЕРБУРГА  
НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Санкт-Петербург  
2022

Цель оздоровительной работы в летний период – сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье воспитанников, учитывать их возрастные и индивидуальные особенности, удовлетворять потребности в летнем отдыхе, творческой деятельности и движении.

Задачи:

- формировать у дошкольников привычку к здоровому и активному образу жизни, навыки безопасного поведения;
- развивать познавательную активность и интересы;
- прививать любовь к природе, воспитывать бережное отношение к ней, формировать начальные экологические знания;
- повышать компетентность педагогов в вопросах организации летней оздоровительной работы;
- обеспечивать методическую помощь при планировании и организации разных видов деятельности воспитанников в группе и на территории детского сада;
- повышать компетентность родителей в вопросах организации летнего оздоровления и отдыха детей;
- привлекать семьи воспитанников к участию в образовательной деятельности и реализации планов по оздоровлению и летнему отдыху детей в детском саду.

## План оздоровительной работы на летний период 2022 года

Планы и графики соответствуют требованиям новых [СП 2.4.3648–20](#).

Летняя оздоровительная работа проводится по гигиеническим нормативам, в таблицах [6.6](#) и [6.7](#) СанПиН 1.2.3685–21. В [пункте 1.12](#) СП 2.4.3648–20 указаны, количественные значения факторов, характеризующих условия воспитания, обучения и оздоровления детей. Продолжительность дневного сна для воспитанников 1–3 года 3 часа, для воспитанников 4–7 лет – 2,5 часа, продолжительность прогулок – 3 часа в день, утренний подъем – не ранее 07:00, утренняя зарядка для детей всех возрастных групп – 10 минут, суммарный объем двигательной активности – 1 час в день. Эти нормативы учитываются в режиме дня (см. Учебный план) и организации оздоровительной работы.

Организация оздоровительной работы включает четыре раздела: двигательный режим, закаливающие мероприятия, лечебно-оздоровительная работа, коррекционная работа.

<b>Организация двигательного режима</b>	Этот раздел включает восемь мероприятий. В плане – разнообразные формы: коллективные и индивидуальные, упражнения и развлечения. Периодичность физкультурных занятий согласована с инструктором по физической культуре.
<b>Закаливающие мероприятия</b>	Включает план работы по шести закаливающим мероприятиям для воспитанников всех возрастных групп. Акцент сделан на воздушные, солнечные ванны и игры с водой, мытье ног после прогулок.
<b>Лечебно-оздоровительная работа</b>	Семь мероприятий, которые включены в этот раздел, помогут избежать заболеваний и снимут



## ПЛАН ЛЕТНЕЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Мероприятия	Возраст/ лет	Периодичность	Ответственные
Подвижные и спортивные игры на прогулке	2–7	ежедневно	воспитатели
Самостоятельная двигательная деятельность	2–7	ежедневно	воспитатели
Физкультурные досуги и развлечения	3–7	ежемесячно	инструктор по физической культуре, воспитатели
<b>Раздел 2. Закаливающие мероприятия</b>			
Воздушные и солнечные ванны	2–7	ежедневно в теплую погоду	воспитатели
Босохождение в помещении, или на спортивной площадке, или в прогулочных зонах с учетом климатических условий	2–7	ежедневно в теплую погоду	воспитатели
Обширное умывание	4–7	ежедневно	воспитатели
Мытье ног	2–7	ежедневно	воспитатели
Игры с водой с учетом температуры воздуха	2–7	ежедневно	воспитатели
<b>Раздел 3. Лечебно-оздоровительная работа</b>			
Утренний фильтр: осмотр детей, опрос родителей	2–7	ежедневно	воспитатели
Дыхательная гимнастика	4–7	ежедневно	воспитатели
Пальчиковая гимнастика	2–7	ежедневно	воспитатели
Корректирующая гимнастика	2–7	ежедневно после дневного сна	воспитатели
Упражнения для снижения нервно-эмоционального напряжения	3–7	ежедневно	воспитатели
Упражнения для снижения напряжения зрительного анализатора	3–7	ежедневно	воспитатели
Релаксация	4–7	1–2 раза в неделю	воспитатели
<b>Раздел 4. Коррекционная работа</b>			
Упражнения для профилактики нарушения плоскостопия	2–7	ежедневно	воспитатели

## ПЛАН ЛЕТНЕЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Мероприятия	Возраст/ лет	Периодичность	Ответственные
Ведение листов здоровья: контроль за антропометрическими показателями	2–7	в конце месяца	медсестра

### ГРАФИК МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ РАЗНЫХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

#### График мероприятий для детей первой младшей группы

Время	Содержание	Периодичность
1 половина дня	Утренний фильтр: осмотр детей, опрос родителей	ежедневно
	Утренняя гимнастика на открытом воздухе	ежедневно
	Подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Воздушные и солнечные ванны	ежедневно
	Босохождение в помещении или на прогулке	ежедневно
	Игры с водой	ежедневно
	Мытье ног	ежедневно
2 половина дня	Корригирующая гимнастика	ежедневно
	Дыхательная гимнастика	ежедневно
	Подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Игры с водой	ежедневно

#### График мероприятий для детей второй младшей группы

Время	Содержание	Периодичность
1 половина дня	Утренний фильтр: осмотр детей, опрос родителей	ежедневно
	Утренняя гимнастика с использованием элементов дыхательной гимнастики на открытом воздухе	ежедневно
	Развитие основных движений, подвижные и спортивные игры	ежедневно
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Воздушные и солнечные ванны, игры с водой	ежедневно
	Босохождение в помещении или на прогулке	ежедневно

	Занятия физической культурой на воздухе	2 раза в неделю
	Физкультурные досуги и развлечения на воздухе	по плану
	Мытье ног, упражнения для снижения напряжения	ежедневно
2 половина дня	Корректирующая и дыхательная гимнастика	ежедневно
	Подвижные и спортивные игры на прогулке, игры с водой	ежедневно
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Босохождение	ежедневно
	Пальчиковая гимнастика	ежедневно
	Упражнения для снижения напряжения зрительного анализатора	ежедневно

### График мероприятий для детей средних, старших, подготовительных к школе групп

Период времени	Содержание	Примечание
1 половина дня	Утренний фильтр: осмотр детей во время приема в ДОО, опрос родителей	ежедневно
	Утренняя гимнастика и дыхательная гимнастика на воздухе	ежедневно
	Развитие основных движений: игры с мячом, прыжки, упражнения в равновесии	ежедневно
	Подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно
	Оздоровительная ходьба по территории детского сада на развитие выносливости	по средам
	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
	Воздушные и солнечные ванны	ежедневно
	Босохождение в помещении, или на спортивной площадке, или в прогулочной зоне	ежедневно в теплую погоду
	Игры с водой	ежедневно
	Занятия физической культурой на воздухе	по расписанию
2 половина дня	Физкультурные досуги и развлечения на воздухе	по плану
	Обширное умывание	ежедневно
	Мытье ног	ежедневно
	Упражнения для снижения нервно-эмоционального напряжения	ежедневно

Корректирующая гимнастика	ежедневно
Дыхательная гимнастика	ежедневно
Подвижные и спортивные игры на прогулке	ежедневно
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно
Босохождение в помещении, или на спортивной площадке, или в прогулочной зоне	ежедневно
Игры с водой	ежедневно
Пальчиковая гимнастика	ежедневно
Упражнения для снижения напряжения зрительного анализатора	ежедневно
Релаксация	по средам и пятницам

Планируемые мероприятия (педагогов ДОО и социальных партнеров) отражены в Плане воспитательно-образовательной работы ГБДОУ детский сад № 62 Приморского района Санкт-Петербурга на летний оздоровительный период 2021-2022 учебный год.