



**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 22.05.2025 г. №10

УТВЕРЖДЕН:

Приказом ГБДОУ детский сад № 62
Приморского района Санкт-Петербурга
от «02» июня 2025 г. № 33-о/д
Заведующий _____ В.М. Янковская

**ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКИЙ САД № 62 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Санкт-Петербург
2025

Цель оздоровительной работы в летний период – сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников, с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, удовлетворение 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 2025 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.

Организация двигательного режима	Этот раздел включает восемь мероприятий. В плане – разнообразные формы: коллективные и индивидуальные, упражнения и развлечения. Периодичность физкультурных занятий согласована с инструктором по физической культуре.
Закаливающие мероприятия	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.
Лечебно-оздоровительная работа	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
Раздел 2. Закаливающие мероприятия			
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
Раздел 3. Лечебно-оздоровительная работа			
Утренний фильтр: осмотр детей, опрос родителей	2–7	ежедневно	воспитатели
Дыхательная гимнастика	4–7	ежедневно	воспитатели
Пальчиковая гимнастика	2–7	ежедневно	воспитатели
Корригирующая 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
Раздел 4. Коррекционная работа			
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

2 половина дня	Занятия физической культурой на воздухе	2 раза в неделю
	Физкультурные досуги и развлечения на воздухе	по плану
	Мытье ног, упражнения для снижения напряжения	ежедневно
	Корригирующая 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 2024-2025 учебный год.

**Примерный план летней оздоровительной работы
на основе идей Года детского отдыха в системе образования**

Работа с детьми				
Сроки проведения	Название и формат мероприятия	Цель	Возраст воспитанников	Ответственный
30.05.2025-02.06.2025	Мероприятие на улице в честь Дня защиты детей	Воспитывать интерес и уважительные отношения к сообществу детей	3–7 лет	Педагоги ДОО
11.06.2025	Национальные гуляния на открытом воздухе ко Дню России	Воспитывать интерес, уважительные отношения и чувства принадлежности и к своей семье и сообществу детей	2–7 лет	Педагоги ДОО
20.06.2025	Клубный час «В здоровом теле здоровый дух»	Формировать у детей представления о здоровом образе жизни, воспитывать ответственное отношение к своему здоровью	4–7 лет	
27.06.2025	Экологический геокейшн «Семейный отдых на природе»	Приобщать семью к совместному досугу с детьми	4–7 лет	Воспитатели
08.07.2025	Спортивное развлечение	Воспитание у детей чувства	5–7 лет	Воспитатели

	«Мама, папа, я – спортивная семья» в честь Дня семьи, любви и верности	любви и уважения к родителям, гордости за свою семью		
18.07.2025	Развлечение «В гостях у Нептуна (Водяного)»	Повысить интерес к физической культуре, создать положительный эмоциональный настрой, оздоравливать детей с помощью природных факторов закаливания: воды, солнца, воздуха	2–7 лет	Педагоги ДОО
25.07.2025	Туристская экскурсия с семьями воспитанников «Вместе весело шагать»	Формировать представления о туризме, туристских прогулках, учить ориентироваться на местности	5–7 лет	Инструктор по физической культуре, музыкальные руководители, воспитатели
08.08.2025	Спортивное состязание «Футбольный турнир» в честь Дня физкультурника	Поддерживать интерес к физической культуре и спортивным играм	5–7 лет	Инструктор по физической культуре, воспитатели
22.08.2025	Спортивный Праздник «Семейные летние	Формировать интерес и ценностное отношение к занятиям	4–7 лет	Инструктор по физической культуре, воспитатели

	Олимпийские игры»	физической культурой путем привлечения родителей к совместным спортивным играм		
Работа с педагогами				
Сроки проведения	Формат мероприятия	Тематика	Предполагаемый результат	Ответственный
Июнь	Выставка методической литературы	Работа с детьми в летний период Работа с семьями воспитанников	Картотека методической литературы в методическом кабинете	Педагоги ДОО
Июнь	Консультации	Дыхательная гимнастика: ее значение в развитии дошкольника	Презентация, памятка	Педагоги ДОО, учитель-логопед
		Закаливание детского организма	Рекомендации	Педагоги ДОО, медсестра
		Организация питания детей и формирование эстетических навыков приема пищи. Культура поведения за столом	Рекомендации	Педагоги ДОО
Июнь	Семинар-практикум	Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Рекомендации	Педагоги ДОО, педагог-психолог

Июнь	Мастер-классы	Дорожка здоровья своими руками	Буклет	Воспитатели
Июнь		Утренняя зарядка	Буклет	Инструктор по физической культуре
Июнь	Стендовая консультация	Охрана жизни и здоровья воспитанников детского сада в летний оздоровительный период	Информационный материал	Педагоги ДОО
Июль	Консультации	Строевые упражнения	Презентация, памятка	Педагоги ДОО, инструктор по физической культуре
Июль		Упражнения для профилактики нарушения плоскостопия	Памятка	Педагоги ДОО, медсестра
Июль		Туристические прогулки и экскурсии	Рекомендации	Педагоги ДОО, инструктор по физической культуре
Июль	Семинар-практикум	Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми: нейройога, психогимнастика, стретчинг, фитбол и др.	Презентация	Педагоги ДОО
Июль	Мастер-классы	Подвижные и спортивные игры и игровые	Буклет	Инструктор по физической культуре

		упражнения на прогулке		
Июль		Оздоровительная ходьба по территории детского сада на развитие выносливости	Буклет	Воспитатели
Июль	Стендовая консультация	Организация Закаливающих мероприятий	Информационный материал	Педагоги ДОО
Август	Консультации	Упражнения для снижения нервно-эмоционального напряжения и расслабления зрительного анализатора	Памятка	Педагоги ДОО, педагог-психолог
Август	Семинар-практикум	Развитие основных движений у детей дошкольного возраста: игры с мячом, прыжки, упражнения на равновесие и т. д.	Презентация, памятка	Педагоги ДОО, инструктор по физической культуре
Август	Стендовая консультация	Как сделать летний оздоровительный период продуктивным	Информационный материал	Педагоги ДОО
Август	Аналитическая деятельность	Конкурс «Лучшая практика по оздоровлению дошкольников»	Приказ об итогах смотра-конкурса	Педагоги ДОО

Взаимодействие с родителями				
Сроки проведения	Формат мероприятия	Тематика	Предполагаемый результат	Ответственный
Июнь	Консультации	Адаптация детей к условиям ДОО (новый набор)	Папки-передвижки, буклеты	Педагог-психолог
Июнь		Осторожно, клещи!		Медсестра
Июнь		Безопасный отдых в летний период		Педагоги ДОО
Июль		Здоровый образ жизни в семье		Инструктор по физической культуре
Июль		Питание ребенка в семье		Медицинский работник
Август	Родительское собрание	Наше дошкольное детство	Презентация, памятки	Педагоги ДОО, воспитатели
Июль	Конкурсное движение	Конкурс рецептов «Любимое блюдо нашей семьи»	Итоги конкурса, пост рецептов в госпаблике	Педагоги ДОО, воспитатели
Постоянно	Информирование через госпаблики детского сада	Сбалансированное питание Какой он, детский отдых? Заливание в ДОО Солнце, воздух и вода	Публикации	Заведующий