

Летний оздоровительный период в ДОУ

Постоянное пребывание детей на свежем воздухе, многообразие форм, красок и звуков в природе, множество разных переживаний и новых впечатлений, богатая витаминами пища, раздолье для движений в природных условиях – все это даёт ребёнку значительный физический и эмоциональный запас сил для успешного полноценного развития и повышения иммунитета.

В то же время лето таит некоторые опасности для здоровья детей – риск перегрева, солнечного ожога, общей расслабленности в жаркие дни, утомления от излишней беготни, неблагоприятного воздействия воды при неумеренном пользовании ею. В летний период режим дня максимально насыщается деятельностью на открытом воздухе: прогулки, экскурсии, походы, игры на природе – всё это позволяет детям приобретать новый двигательный опыт.

Итак, основной целью коллектива дошкольного учреждения в летнее время является общее оздоровление и укрепление детского организма. Добиться этого возможно только благодаря совместным усилиям педагогического и обслуживающего персонала, его своевременной подготовке к летнему оздоровительному сезону. Физическое воспитание летом имеет свои особенности, хотя и является продолжением работы, проводимой в течение учебного года, организуются следующие мероприятия: утренняя гимнастика, физкультурные занятия, элементы физического воспитания в режиме дня (самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры), закаливающие процедуры, совместная и самостоятельная деятельность (различные игры с использованием физкультурного оборудования), прогулки за территорию ДОУ (прогулки, пешие походы, оздоровительный бег, игры).

Утренняя гимнастика должна проводиться на спортивной площадке или участке. Гимнастика повышает мышечный тонус и создаёт положительный эмоциональный настрой. Одно из основных требований – утренняя гимнастика не должна носить принудительного характера. Чтобы гимнастика проходила интересно, динамично, необходимо широко использовать музыкальное сопровождение, спортивный инвентарь, привлекательные атрибуты (платочки, ленточки, флажки и т.п. – для коллективного выполнения движений). Содержание утренней гимнастики зависит от возраста детей (имеющихся у них двигательных навыков), условий проведения и планируемой двигательной деятельности в течение дня.

Если в этот же день предстоит спортивный праздник или развлечение, то часть упражнений утренней гимнастики будет своего рода подготовкой к ним. Можно использовать различные формы утренней гимнастики: традиционные; сюжетные («По морям, по волнам», «По лесным тропинкам» и т.п.); оздоровительный бег с комплексом упражнений; упражнения с включением в них танцевально-ритмических движений, игры разной подвижности и т.п.

Физкультурные занятия летом имеют своей целью привлечение детей к оптимальной двигательной активности, приносящей ощущение «мышечной радости». Занятия строятся на знакомом материале. Ребята отрабатывают и закрепляют полученные в учебном году двигательные навыки.

Детей младшего возраста следует упражнять в правильном использовании оборудования, применении навыков ориентировки в пространстве (на участке, спортивной площадке). Для старших дошкольников важно, чтобы они могли реализовать свои интересы в спортивных играх и упражнениях, проявляя имеющиеся у них двигательные способности и всячески развивая их.

Двигательная активность должна соответствовать двигательному опыту ребёнка, его интересам, желаниям и функциональным возможностям.

Лето – благоприятное время для решения многих задач в работе с дошкольниками, в том числе и познавательных. Педагоги должны как можно полнее использовать условия

летнего периода в разных видах деятельности, которые позволят детям закрепить и применить знания, полученные в течение учебного года. Отечественные и зарубежные исследователи отмечают важность той деятельности в воспитании, которая доставляет ребёнку радость, оказывая положительное нравственное влияние, гармонично развивает умственные и физические способности растущего человека.

Ознакомление с каким-либо предметом или явлением даёт наиболее оптимальный результат, если оно носит действенный характер. Нужно предоставить детям возможность «действовать» с изучаемыми объектами окружающего мира. Специально организованная исследовательская деятельность позволяет воспитанникам самим добывать информацию об изучаемых явлениях или объектах, а педагогу – сделать процесс обучения максимально эффективным и более полно удовлетворяющим естественную любознательность дошкольников.

Во время исследовательской работы задействованы все органы чувств: ребенок вслушивается, вглядывается, трогает, нюхает, пробует. Обогащается его активный словарь, совершенствуется регулирующая и планирующая функция речи. Овладение орудийными действиями развивает руку малыша.

Летом более доступными для детей становятся почва, песок, вода, воздух, камни – как материал для исследования. О свойствах, качествах, взаимосвязи этих природных объектов и использовании их человеком ребята узнают в процессе проведения простейших опытов и экспериментов.

Экспериментирование включается в различные формы работы с детьми:

- экскурсии;
- прогулки;
- путешествия;
- трудовую деятельность;
- наблюдения;
- проведение опытов, организованное как самостоятельная или совместная деятельность.

Лето предоставляет благоприятные возможности для разнообразной изобразительной деятельности детей, насыщенной новыми яркими впечатлениями. Могут использоваться следующие формы работы:

- художественно-изобразительная деятельность на открытом воздухе;
- совместная изодеятельность детей и взрослых;
- занятия по интересам;
- самостоятельная изобразительная деятельность;
- организация выставок детских работ;
- проведение праздников, викторин, конкурсов.

Летом можно широко использовать нетрадиционные техники изобразительной деятельности, такие как:

- «Пластилиновая живопись»;
- «Набрызг»;
- «Печать природными формами»;
- «Рисование мятой бумагой, кусочками картона с разной текстурой»;
- «Кляксография»;
- «Волшебные нити»;
- «Рисование через мокрую марлю».

Летом необходимо проводить больше досугов, развлечений, особенно интересны детям «неожиданные» праздники: «Праздник веселых мячей», «Праздник мыльных пузырей», «День любимой игрушки», «Джунгли зовут», «Коса – девичья краса», «Праздник веселого ветерка», «Фестиваль дворовых игр» и др. Такие праздники не требуют долгой подготовки, но неизменно вызывают большой интерес детей. Наиболее любимая игра в летний период – строительство из песка. Главное условие

успешной деятельности в данном случае – это подготовка песка к работе. Он должен быть чистым и влажным. Малыши еще не умеют создавать крупные постройки, их сооружения несовершенны и просты. Старшие дети сооружают крупные коллективные постройки, сложные по конструкции, разворачивают интересные сюжетные игры. Для поддержания интереса к данным видам игр, обогащению сюжета следует использовать дополнительный материал, крупный строительный материал, игрушки, различные ёмкости, дощечки и др. Не меньший интерес также вызовут у детей игры с водой, для этого нужно совсем немного – детский надувной бассейн или таз с водой, игрушки и атрибуты.

Мыльные пузыри, воздушные шары, вертушки и другие игрушки выполненные своими руками помогут занять воспитанников интересной деятельностью, создать хорошее настроение на весь день.

Летом дети получают максимум впечатлений, удовольствия и радости от общения со сверстниками и новых открытий. Вместе с тем, чем больше времени проводят дошкольники на улице, тем больше внимания взрослые должны уделять организации деятельности детей в летний период. Грамотное решение этих вопросов позволит избежать неприятностей и обеспечить эмоционально насыщенную жизнь всем участникам образовательного процесса.

Лето – особый период в жизни каждого ребенка. От окружающих его взрослых зависит то, как он проведет это время с пользой для здоровья, развития эмоциональных и познавательных процессов. Так, в преддверии летнего периода в дошкольном образовательном учреждении необходимо провести соответствующие подготовительные мероприятия, а именно:

- откорректировать режим жизни детей с учетом теплого времени года (этот режим должен быть размещен и в родительских уголках и в пищеблоке – график выдачи пищи);
- пересмотреть расписание непосредственно образовательной деятельности, включив в нее двигательный, музыкальный и художественный виды деятельности;
- разработать систему закаливания детей, учитывающую состояние здоровья детей и условия, созданные в каждой возрастной группе;
- составить рекомендации для родителей о том, как организовать досуг ребенка в летнее время, какие прочитать книги, какие провести наблюдения в природе, а также проинформировать родителей, дети которых в летние месяцы остаются в детском саду, об изменениях в системе работы ДОУ.

В летний период увеличивается продолжительность прогулок. Для достижения оздоровительного эффекта режимом дня предусматривается максимально возможное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха. Нужно обеспечить дошкольникам максимальное пребывание на свежем воздухе, возможность двигательной активности. В планах воспитателей в течение дня должны быть предусмотрены все виды детской деятельности: двигательная, продуктивная, коммуникативная, трудовая, познавательно-исследовательская, музыкально-художественная, чтение художественной литературы, игровая.