

Филиал №4 - «Детский сад п. Самарь»

*Отчет о проделанной работе
за летний оздоровительный период, 2022 г.*

**Подготовила:
Инструктор по физической культуре
Попкова О.А.**



Цель: создание в дошкольном учреждении максимально эффективных условий для организации оздоровительной работы воспитанников в летний период. Способствовать сохранению, укреплению здоровья детей с помощью комплекса оздоровительных мероприятий в летний период.

Задачи летней оздоровительной работы:

1. формировать здоровый образ жизни, двигательную активность;
2. расширять и систематизировать знания в области физической культуре;
3. воспитывать интерес к спорту.

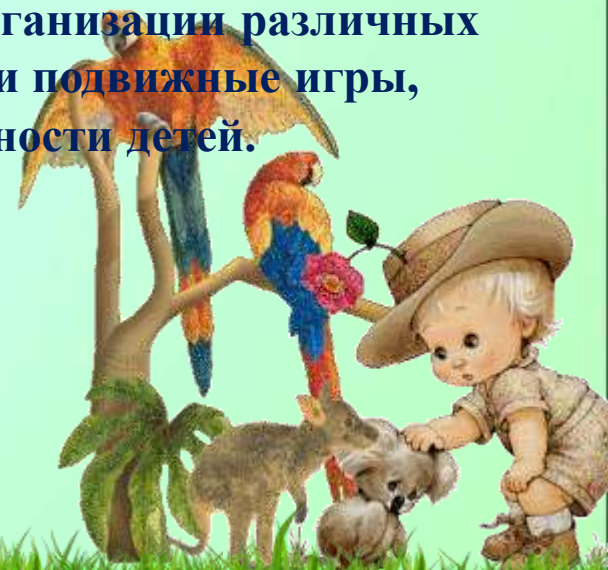


Работа в летний период проводилась по направлениям:

- воспитательно - образовательная работа;
- оздоровительная;
- работа с родителями.

Вся работа в летний период была построена в соответствии с утвержденным планом работы ДООУ на летний период и режимом работы.

Весь период бодрствования, кроме сна, проводили на свежем воздухе, время проведения прогулок в летний период увеличилось. В связи с этим повышается двигательная активность детей за счет организации различных видов деятельности на участке - зарядка, спортивные и подвижные игры, развлечения, организация игровой, трудовой, деятельности детей.



*Чудесный день защиты детей
Не зря нам открывает лето!
Важнейшей теме посвящен,
Прекрасно вдохновляет он!*



*Я рисую лето –
А какого цвета?*

*Красной краской –
Солнце,
На газонах розы,
А зеленой – поле,
На лугах покосы.
Синей краской –
небо*

*И ручей певучий.
А какую краску
Я оставлю туче?
Я рисую лето –
Очень трудно это...*

Тематическая неделя «Мир детства»

Цель: Совместное праздничное мероприятие, посвящённое Дню защиты детей, конкурс рисунков на асфальте «лето красное пришло», весёлые музыкальные игры, детская дискотека.



**«С физкультурой мы дружны
нам болезни не нужны»**





«Олимпийское лето»





**«Родителям о
правилах утренней
гимнастики»
(консультация для
родителей)**



Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!




- Чистый воздух оберегает от болезней.
- Солнце – источник света, тепла и витамина D.
- Вода утоляет жажду, смывает грязь, придает энергии.
- Солнце, воздух и вода – важные помощники при закаливании организма!

Работа с родителями:
Консультация для родителей:
 «Солнце, воздух и вода мои лучшие друзья»,,
 «Закаливание вашего ребенка»
 «На зарядку становись»
Буклет
 «Физическое развитие ребенка»

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ПО ЗАКАЛИВАНИЮ РЕБЕНКА

Закаливание ребенка способствует укреплению его здоровья. Но важно правильно организовать этот процесс. Для этого вам рекомендуется придерживаться следующих правил:

- Помните о самых доступных, но от этого не менее важных вещах: побольше прогулок на свежем воздухе; регулярное проветривание комнаты ребенка; сон при открытой форточке.
- Не заставляйте ребенка выполнять те упражнения, которые вызывают у него негативные эмоции.
- Повышайте нагрузку на организм постепенно. Не проводите «рискованных экспериментов», не заставляйте ребенка делать то, в чем сами сомневаетесь.
- Сочетайте закаливание и прием витаминов (ягоды, фрукты; особое внимание «кислым» ягодам и фруктам: черной смородине, лимону, кислым апельсинам и яблокам и т. д.).

Если ребенок, несмотря на закаливание, заболел, это лишь означает, что его иммунитет еще не полностью созрел. После полного выздоровления начните постепенно все с начала.

- Превращайте все процедуры закаливания в самые разные игры.
- Подключайте к ним любимые игрушки малыша и всю семью.




<p>На высокой ёлке. Где колесо закружит, (Вращай колесо наизусть, ама! Показывай, разбегаешься, как зайчик!) Мы у той же медушкам попарам! (Показывай колесо друг!) На даче растала осень, (Покажись!) Спорозвешка лает спеть, (Напевай прыжок!) Будет лагу ей топать, (Прыгай на левую ногу, ама, дуга твою левую!) Петьки дачникту, Целую погоду, (Спокойно в садике в аркановке дух воздуха.)</p>	<p>Та орешки жуй! (Прыгай на кулачках друг об друга!) Воскресенье. В воскресенье выходишь, Мы закружить с тобой, (Подбери на месте) Смотришь экран, (Покажи мушкетера в экран, как черную акробатическую) Смотришь вагон, (Покажи мушкетера в вагон, как черную акробатическую) Навстречу не уходишь, (Приветствуй друга в мушкетера в вагончике) Вот забор, а за забором, (Пути акробата черной собакой, как дуга акробата мушкетера, как дуга акробата мушкетера лет вагончик) Ходит за трамвайчик, (Собирай акробата мушкетера в трамвайчик, как дуга акробата мушкетера в трамвайчик) Вот корова заехала, (Мушкетера в трамвайчик в вагончик) Заработал паровоз, (Мушкетера в трамвайчик в вагончик) Прокатился трамвайчик, (Приветствуй друга в трамвайчике)</p>	 <p>ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ВЕСЕЛАЯ ГИМНАСТИКА</p> <p>БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!</p>
---	---	--



«Неделя спорта»

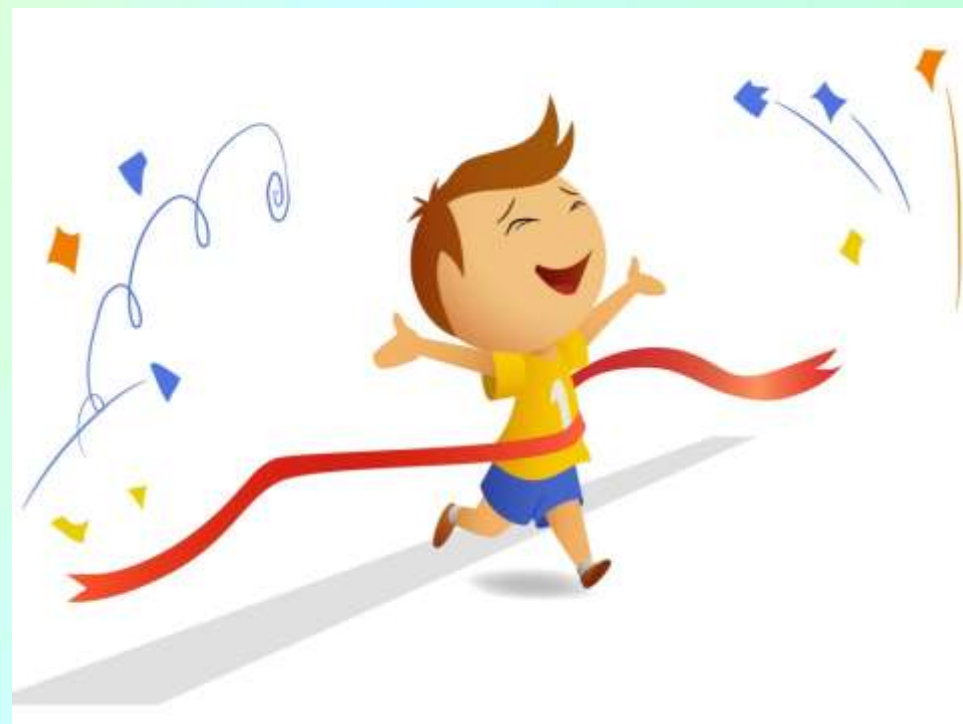
Развлечение

*«Нам болезни не страшны – с
физкультурой мы дружны!»*

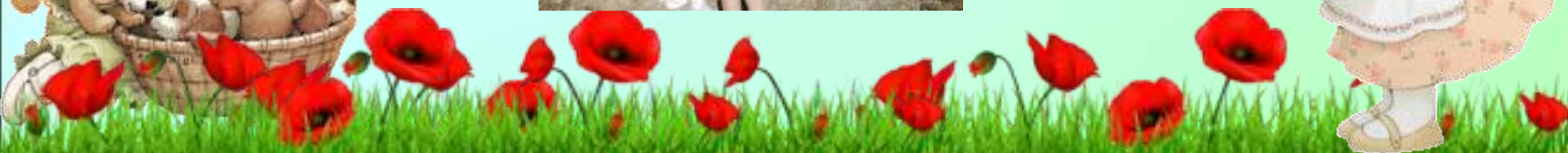
*Утром в садик все пришли
Играть с друзьями будем мы
Упражнения, зарядка
Нам нужны как подзарядка*



«ДЕНЬ БЕГУНА»



ДЕНЬ ГОСУДАРСТВЕННОГО ФЛАГА РФ «Моя Родина-Россия»



*Почему для всех ребят лета не хватает?
—Лето, словно шоколад, очень быстро тает!*



Закаливание – первый шаг на пути к здоровью

Закаливание детей необходимо для того, чтобы повысить их устойчивость к воздействию низких и высоких температур воздуха и за счет этого предотвратить частые заболевания.

При закаливании детей следует придерживаться таких основных принципов:

- проводить закаливающие процедуры систематически,
- увеличивать время воздействия закаливающего фактора постепенно,
- учитывать настроение ребенка и проводить процедуры в форме игры,
- начинать закаливание в любом возрасте,
- никогда не выполнять процедуры, если малыш замерз,
- избегать сильных раздражителей: продолжительного воздействия холодной воды или очень низких температур воздуха, а также перегревания на солнце,
- правильно подбирать одежду и обувь: они должны соответствовать температуре окружающего воздуха и быть из натуральных тканей и материалов,
- закаливаться всей семьей,
- закаливающие процедуры сочетать с физическими упражнениями и массажем,
- в помещении, где находится ребенок, никогда не курить.



Работа с родителями:

Консультация для родителей:

«Закаливание – первый шаг на пути к здоровью».

«Профилактика плоскостопия»

Беседа с родителями о готовности на новый учебный год о спортивной форме.

Плоскостопие

Определенные формы формируются у ребенка в 7-8 годах. Плоскостопие становится болезненным и сильно распространяется на область и далее. По ребенку часто не воспринимаются эти заболевания в спорт и это является опасным.

Как предупредить плоскостопие?

- Обувь у ребенка должна быть легкой по внутреннему диаметру, внутри с твердым супинатором, поднимавшей внутренний край стопы.
- Подошва детской обуви должна быть мягкой и иметь высоту (5-10 мм), искусственно поднимавшей свод стопы, защищаящей пятку от ударов.
- Обувь должна соответствовать форме и размеру стопы. Высота внутреннего края носка и ее высота искусственно расширяет ногу, не сдвигая ступню, нарушая кровообращение и вызывая потливость.
- На ступню должны быть максимум легкой, достаточно жесткой, с хвостиком задника.
- Пошить: два-три пары обуви: более стесны в носочной части, шире в 10 мм.

Для определения размера обуви ребенка должно измеряться длиной стопы, включая определенную дистанцию между пятками и высотой пяточной лямки и измерять только безымянный палец (первый или второй).



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЯ!!

