

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 5» (МАДОУ № 5)**

Адрес: 624475 Свердловская область, г. Североуральск, п. Черемухово, ул. Калинина, д. 19а,
телефон: 8(34380) 4-72-32, 4-72-33 e-mail: mdou5@bk.ru адрес сайта: <https://dou5.tvoyasadik.ru/>

ПРИНЯТО:

педагогическим советом
протокол № 7
от «19» мая 2026 г.

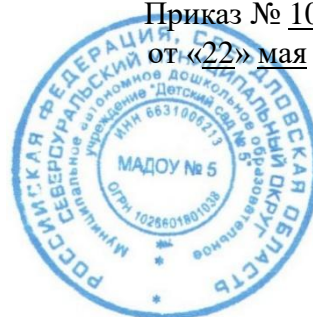
УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ № 5

 Н.Г. Хвалова

Приказ № 104

от «22» мая 2026 г.



ПЛАН

**физкультурно-оздоровительных мероприятий (на свежем воздухе)
в летний период 2026 года**

**п. Черемухово
2026 г.**

Цель: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учетом их индивидуальных особенностей, удовлетворение потребностей растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении.

Задачи:

- 1) Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
- 2) Создавать условия для закаливания детей, используя благоприятные факторы летнего времени (солнце, воздух, вода), способствовать их физическому развитию путём оптимизации двигательной активности каждого ребенка.
- 3) Реализовать систему мероприятий, направленных на развитие самостоятельности, инициативности, любознательности и познавательной активности в различных образовательных областях.
- 4) Расширять и уточнять доступные детям знания и представления об объектах природы и природных явлениях, формировать основы экологической культуры.
- 5) Осуществлять коррекционно-развивающую работу в ходе организованной образовательной деятельности, в процессе прогулок, игровой и бытовой деятельности.
- 6) Проводить осуществление педагогического и санитарного просвещения родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.
- 7) Организовать помощь родителей в благоустройстве территории детского сада в летний период, поддержка инициативы родителей (законных представителей).

Ожидаемые результаты:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей, снижение уровня заболеваемости.
2. Привитие детям навыков экологической культуры.
3. Приобретение новых знаний и впечатлений об окружающем.
4. Повышение компетенции педагогов и родителей в данном направлении.
5. Благоустройство территории детского сада с учетом потребностей и интересов воспитанников, педагогов и родителей (законных представителей).

| № п/п | Направление деятельности | Мероприятия |
|-------|--|---|
| 1. | Организация двигательной деятельности с детьми | - Занимательная деятельность на свежем воздухе; - утренняя гимнастика на воздухе; - гимнастика после сна; - физкультурные досуги, развлечения; - оздоровительный бег, оздоровительная ходьба; - дозированный бег для развития выносливости; - игры с мячом, подвижные игры; - дыхательная гимнастика; - профилактика нарушений зрения, плоскостопия, сколиозов; - прогулки с включением подвижных и народных игр; - оздоровительные паузы на занятиях и в свободной деятельности (гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, массаж мячами для укрепления |

| | | |
|-----------|-----------------------------|---|
| | | мелкой мускулатуры пальцев, упражнения на релаксацию, физкультминутки). |
| 2. | Закаливание | <ul style="list-style-type: none"> - Воздушные ванны; - хождение по массажным коврикам (ежедневно); - мытьё рук до локтей (ежедневно); - игры с водой (май–август). |
| 3. | Взаимодействие с родителями | <ul style="list-style-type: none"> - Рекомендации родителям по одежде детей в летний период; - беседы о переходе на режим дня в соответствии с тёплым периодом года (прогулка — 4–5 часов, сон — 3 часа); - консультации о пользе утренней гимнастики; - индивидуальные беседы о закаливании детей в летний период; - консультация о первой помощи при солнечном ударе, перегреве; - консультация о здоровом образе жизни семьи; - консультация об особенностях питания детей летом. |