

**ПРОГРАММА
«ЛЕТНИЙ ОТДЫХ
И ОЗДОРОВЛЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ:
ПЕРВЫЕ ШАГИ К ИНКЛЮЗИИ»**

Для детей с 3 до 8 лет

Санкт-Петербург
ДЕТСТВО-ПРЕСС
2017

ББК 74.100
П68

Рецензент:

Е. А. Петрова, доцент кафедры специальной (коррекционной) педагогики СПбАППО

П68 Программа «Летний отдых и оздоровление дошкольников: первые шаги к инклюзии». Для детей с 3 до 8 лет / Авт.-сост.: Н. Г. Матвеева, Н. И. Колчина, Г. Н. Журавлева, Л. П. Симонова. — СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2017. — 224 с.
ISBN 978-5-906852-61-8

Программа «Летний отдых и оздоровление дошкольников: первые шаги к инклюзии» может быть использована как при работе на летней загородной базе, так и в городских условиях. Данная программа разработана авторским коллективом в целях оптимизации работы воспитателей в летний период. В программе даны рекомендации для воспитателей по организации летнего отдыха и оздоровления детей от 3 до 8 лет. Она состоит из трех основных блоков: блок оздоровительной деятельности «Здоровое поколение», блок досуговой деятельности «Краски лета» и блок «Безопасность на природе». В нее включены оздоровительные мероприятия, примерное планирование, сценарии праздников, досугов, квестов и др.

Издание предназначено для воспитателей и руководителей ДОО.

ББК 74.100

ISBN 978-5-906852-61-8

© Коллектив авторов, 2016
© ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,
оформление, 2016

Содержание

I. Целевой раздел	5
1. Пояснительная записка.....	5
2. Структура программы	7
3. Значимые для разработки и реализации программы характеристики.....	9
4. Планируемые результаты (эффективность реализации программы)	9
II. Содержательный раздел	10
1. Блок оздоровительной деятельности «Здоровое поколение».....	10
1.1. Аналитическое обоснование.....	10
1.2. Система оздоровительной работы (в контексте федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования) ...	11
1.3. Система оздоровительно-профилактических мероприятий	12
1.4. Физкультурно-оздоровительная работа.....	13
2. Блок досуговой деятельности «Краски лета»	16
2.1. Проектирование образовательной деятельности.....	18
2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы	28
3. Блок «Безопасность на природе»	34
III. Организационный раздел	35
1. Режимы дня	35
2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	38
3. Материально-технические условия.....	39
4. Методическое обеспечение.....	40
Приложения к блоку оздоровительной деятельности «Здоровое поколение»	50
<i>Приложение 1</i>	
Рекомендации врача	50
Советы родителям «Одежда ребенка в летний период»	50
<i>Приложение 2. План подготовки персонала ДОУ к работе в летний период</i>	51
<i>Приложение 3</i>	
План работы с родителями по подготовке к летнему периоду	52
Анкета для родителей «Давайте познакомимся».....	53
<i>Приложение 4</i>	
Валеологический анализ состояния здоровья детей	54
Лист здоровья.....	56

<i>Приложение 5. Мониторинг здоровья детей. Оценка эффективности оздоровительных мероприятий</i>	58
<i>Приложение 6. Закаливание детей летом: солнце, воздух и вода</i>	60
<i>Приложение 7</i>	
Баскетбол	63
Пионербол	68
Бадминтон	69
Классики	72
Городки	74
Футбол	79
Летающая тарелка (фрисби)	81
Инры со скакалкой	83
Прыжки на резиночке	85
<i>Приложение 8. Упражнения и игры для развития координации движений</i>	88
Приложения к блоку досуговой деятельности «Краски лета»	97
<i>Приложение 1. Рекомендуемый перечень подвижных игр и игровых упражнений на свежем воздухе</i>	97
<i>Приложение 2. Игры и песни</i>	100
<i>Приложение 3. Сценарии досугов и праздников</i>	121
<i>Приложение 4. Опыты и эксперименты</i>	156
<i>Приложение 5. Сценарии летних квестов</i>	167
<i>Приложение 6. Дидактические игры по экологии</i>	189
<i>Приложение 7. Ежедневное планирование</i>	198
Приложения к блоку «Безопасность на природе»	200
<i>Приложение 1</i>	
Первая помощь при укусах насекомых и змей	200
Бешенство	205
<i>Приложение 2</i>	
Отравление ядовитыми растениями	207
Отравление ядовитыми грибами	214
<i>Приложение 3. Основные правила поведения в природе</i>	215

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка

Лето — благоприятная пора для сохранения и укрепления здоровья детей, создания условий для их полноценного, всестороннего, психического и физического развития. Пребывание детей на свежем воздухе в летний период укрепляет и закаливает детский организм, оказывает положительное влияние на всестороннее развитие дошкольников.

Растущий и развивающийся организм ребенка очень чувствителен к воздействию различных факторов окружающей среды. Грамотная организация летней оздоровительной работы в дошкольном учреждении, охватывающей всех участников образовательного процесса, предоставляет широкие возможности для укрепления физического и психического здоровья воспитанников, развития у них познавательного интереса, а также повышения компетентности родителей в области организации летнего отдыха детей.

Созданию программы способствовала большая исследовательская работа в детском саду: наблюдения, изучение особенностей физического и психического развития современных дошкольников, знакомство с зарубежным и отечественным педагогическим опытом, разработка собственных методик. Реализация различных проектов позволила нам увидеть необходимость упразднения жесткой регламентации знаний детей и создания развивающей среды для становления личности каждого ребенка и ее раскрытия в естественной окружающей среде.

Реализуя миссию нашего учреждения, нами была предпринята попытка «первого шага» к инклюзии в организации летнего отдыха дошкольников с разными стартовыми возможностями. Поиск новых форм организации детской и совместной деятельности в гетерогенном сообществе родителей, воспитателей и детей с разными возможностями послужил эффективным условием для создания программы «Летний отдых и оздоровление дошкольников: первые шаги к инклюзии...» (далее — программа). Программа представляет собой разработку, направленную на создание педагогических условий инклюзии (интеграции) в летний период в процессе отдыха и оздоровления детей дошкольного возраста с особыми возможностями здоровья (ОВЗ) и детей общеобразовательных дошкольных учреждений.

Представленная программа является частью адаптированной образовательной программы для обучающихся с ограниченными возможностями

здоровья (с иными ограничениями здоровья, с задержкой психического развития) государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 93 компенсирующего вида» Петроградского района Санкт-Петербурга и определяет содержание и организацию досуговой и оздоровительной деятельности в летний период детей дошкольного возраста от 3 до 8 лет.

Природная среда в программе обладает значимым объединяющим, оздоровительным и воспитательным потенциалом и выступает как разнообразная и доступная развивающая среда: спортивный зал, научная лаборатория, художественная мастерская и т. д.

Программа направлена на устойчивое развитие ребенка и нацелена на соиздание и применение полученных знаний, на обогащение личного социального опыта дошкольника.

Программа помогает каждому участнику быть главным героем, развить свой творческий потенциал, познакомиться с культурой своего народа и быть толерантным к культуре других народов, открывать для себя новые знания в результате личных исследований. Для достижения этих целей программа содержит методики активного обучения: игры, песни, исследования, тематические проекты и досуги на свежем воздухе, позволяющие развить творчество, логику и интерес к познанию жизни.

Дети по природе своей — исследователи. Развивающая и исследовательская функции в нашей программе выходят на первый план и позволяют каждому ребенку раскрыть свои индивидуальные особенности и обучаться — как в игре, так и в самостоятельном исследовательском поиске. Стремительно меняющаяся жизнь XXI века помогла нам увидеть необходимость исследовательской и творческой деятельности в различных сферах жизни. Известный психолог Ж. Пиаже утверждал, что одним из важнейших свойств природы человека является стремление к контакту и взаимодействию с окружающим миром, стремление находиться в активном поиске новых задач. Предоставление таких возможностей в программе способствует когнитивному развитию ребенка.

Также программа позволяет легко и весело укреплять физическое и психологическое здоровье дошкольников, готовить их к школьной жизни; формировать у детей общечеловеческие ценности, уважительное отношение к разнообразию в природе и обществе. Досуги, правильно организованные и проведенные на свежем воздухе, сближают ребят с родителями, помогают создавать семейные традиции и культуру поведения в обществе.

Цель — обеспечение качественного, доступного и комфортного летнего отдыха и оздоровления детей дошкольного возраста с разными возможностями здоровья и образовательными потребностями.

Задачи

1. Создание педагогических условий инклюзии (интеграции) в летний период в процессе отдыха и оздоровления детей дошкольного возраста с особыми возможностями здоровья (ОВЗ) и детей общеобразовательных дошкольных учреждений.

2. Организация открытой образовательной среды, предполагающей реализацию таких характеристик, как доступность, свобода выбора, открытость.

3. Организация комфортных условий летнего отдыха и оздоровления детей.

4. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Принципы организации

1. Принцип многообразия — предоставление большого количества образовательных услуг.

2. Принцип интеграции — создание целостного образования.

3. Принцип диалога — совместная деятельность детей с разными возможностями здоровья, педагогов и родителей.

4. Принцип взаиморазвития — эффект развития ребенка и взрослого.

5. Принцип формирования у детей компетенций в освоении и применении практик здорового образа жизни.

6. Принцип комплексного использования профилактических, закаливающих и оздоровительных технологий.

2. Структура программы

Программа состоит из трех блоков: оздоровительная деятельность «Здоровое поколение», досуговая деятельность «Краски лета» и «Безопасность на природе».

Блок оздоровительной деятельности «Здоровое поколение» содержит систему оздоровительных, закаливающих, досуговых мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни и укрепление физического и психического здоровья.

Блок досуговой деятельности «Краски лета» представляет собой систему мероприятий, направленных на отдых и развлечение детей. Программа строится по принципу подготовки и празднования календарных и фольклорных праздников, тематических проектов. В программе предусмотрена поисковая и экспериментальная деятельность. С помощью занимательных квестов

дети изучают родной край и совершенствуют свои познания о мире живой и неживой природы.

Блок «Безопасность на природе» представляет собой описания способов первой помощи при чрезвычайных ситуациях, проблемных ситуаций в природной среде и способов их решения, а также беседы о здоровьесбережении.

Модели реализации программы

Модель «Общение с природой, в природе, через природу» предусматривает погружение в мир природы родного края, где сама природа становится спортивной и игровой площадкой, творческой мастерской, местом для экспериментирования и исследования, а также для уединения. Занятия на природе, общение с природными объектами, наблюдения за природными явлениями формируют у детей общечеловеческие ценности (любовь, красота, дружба, здоровье).

Модель «Общение через творчество» направлена на выявление, формирование и развитие творческих способностей детей. Творчество является обязательной составляющей диалога детей и взрослых — педагогов и родителей. Дети и взрослые, погружаясь в мир творчества и созидания, принимают друг друга, чувствуют необходимость в общении, формируют сообщества, основанные на общих интересах. Творчество помогает открывать в каждом из субъектов досуговой и оздоровительной деятельности неизвестные ранее качества и эмоции. Все учатся бережно относиться к продуктам своего и чужого творчества, находить прекрасное в простых вещах, развивать в детях с разными возможностями умение общаться, выражать свои эмоции.

Модель «Общение через игру» позволяет решать целый ряд педагогических и жизненных задач. Игра помогает наладить различные коммуникации внутри детских сообществ и свободно входить в эти сообщества взрослым. В данной модели педагоги и родители могут быть играющими тренерами и принимать различные роли в игре, формируя у детей навыки взрослой жизни. В игре можно принимать разные социальные роли: быть врачом, космонавтом, спортсменом, модельером, репортером.

Модель «Активный отдых» предполагает преимущественное пребывание всех участников процесса на свежем воздухе и постоянное движение. Череду ярких и увлекательных событий увеличивает двигательную активность и развивает устойчивый интерес к спорту, здоровому образу жизни. Территория загородной базы позволяет создать условия для размещения различных снарядов и тренажеров. Эти объекты могут быть сделаны из природных материалов руками педагогов и родителей вместе с детьми. «Паутинки» из веревочных канатов, переправы из пеньков и деревянного бруса, массажные дорожки из шишек и чешуек сосновой коры, полосы препятствий и другие часто меняющиеся развивающие объекты стимулируют активный отдых и пробуждают интерес к здоровому образу жизни.

Программа
«Летний отдых и оздоровление дошкольников:
первые шаги к инклюзии»

Для детей с 3 до 8 лет

Главный редактор С. Д. Ермолаев
Редактор Н. Б. Кондратовская
Художник С. В. Сергачева
Корректоры: Т. Н. Никифорова, Н. И. Григорьева
Дизайнеры: Ю. Б. Кулевич, А. В. Чипчикова
Верстка А. Л. Сергеенок

ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»»,
197348 СПб., а/я 45. Тел.: (812) 303-89-58
E-mail: detstvopress@mail.ru
www.detstvo-press.ru

Представительство в Москве: МОО «Разум»,
127434 Москва, Ивановская ул., д. 34.
Тел.: (499) 976-65-33
E-mail: razum34@gmail.com
www.raz-um.ru

Служба «Книга — почтой»:
ООО «АРОС-СПб»
192029, Санкт-Петербург, а/я 37
Тел. (812) 973-35-09
E-mail: arosbook@yandex.ru

Налоговая льгота — Общероссийский классификатор продукции ОК 005-93—953000.
Подписано в печать 31.10.2016.

Формат 70×90 ¹/₁₆. Бумага офсетная. Печать офсетная.
Гарнитура Таймс. Усл. печ. л. 14,0. Тираж 10 000 (1-й завод 1000) экз. Заказ №

Отпечатано с готовых файлов заказчика
в ОАО «Первая Образцовая типография»,
филиал «УЛЬЯНОВСКИЙ ДОМ ПЕЧАТИ».
432980, г. Ульяновск, ул. Гончарова, д. 14.