****

**Особливості роботи в літній період 2025 року**

 **у Калинопільському центрі розвитку дитини «Сонечко»**

**Загартування –** це система дій, спрямованих на підвищення опірності організму, розвиток здатності швидко і без шкоди для здоров'я пристосуватись до різноманітних умов життя.

**При загартуванні потрібно керуватись такими принципами:** послідовність, систематичність, врахування індивідуальних особливостей, без негативних почуттів.

**В загартуванні дитячого організму використовуються такі фактори:** повітря, вода, сонячне тепло.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Форма роботи | Особливості організації |
| 1 | **Повітряні ванни** |  На прогулянці, не нижче +18°С, не перегрівати в спеку, панамки, натуральний одяг, тривалістьдо 30 хв.- в приміщенні до 10 хв., полегшений одяг, кутове провітрювання, за відсутності протягів- сон при доступі свіжого повітря. |
| 2 | **Сонячні ванни** | Суворо дозуються, не цілий день на сонці, з дозволу медиків, з 9 до 12 годин ранку, після 16 ввечері, починати 3-4 хв. Доводячи до 15 хв одноразово, 40 хв протягом дня, закінчуються водними процедурами |
| 3 | **Водні процедури** | - Щоденно прохолодне вмивання, миття рук, ніг.- купання в плескальному басейні, t повітря вище 26°С, t води 24°С – 26°С |
| 4 | **Ходьба босоніж** | Запропонувати скинути взуття, походити по траві, м'якій землі, піску, гладеньким камінцям, профілактика плоскостопості, розвиток тактильних відчуттів |
| 5 | **Ходіння «Доріжкою здоров'я»** | Ходьба босоніж щоденно для профілактики плоскостопості, розвиток тактильних відчуттів з використанням природних наповнювачів (сіль, пісок, каштани, фасоль, горох, гречка) |
| 6 | **Профілактика плоскостопості, викривлень хребта** | Включати в рухові паузи, комплекси ранкової та гімнастики пробудження, щодня у добре провітреному приміщенні, з використанням додаткового обладнання) |
| 7 | **Пальчикова гімнастика** | Щодня, продовж дня, як фізкультхвилинка на заняттях, у вільний час як спеціальне заняття з використанням віршів, пісень, потішок, звуконаслідування |
| 8 | **Дихальна гімнастика** | Впродовж дня на свіжому повітрі, у добре провітреному приміщенні, ігри-звуконаслідування для вентиляції легенів, розвитку грудного дихання, активізації головного мозку |
| 9 | **Психогімнастика** | Для розвитку навичок спілкування, зняття бар’єрів під час спілкування, зняття психомоторного напруження. |
| 10 | **Кольоротерапія** | Вплив на самопочуття, фізіологію – заспокійливо, активізує діяльність органів, систем залежно від кольору спектру |
| 11 | **Музикотерапия** | Для заспокоєння нервової системи, як супровід режимних моментів. |
| 12 | **Оздоровчий біг** | Щоденно під час ранкової гімнастики з дітьми старшого дошкільного віку, 3 – 4 хв. |

Найкращий час для оздоровлення дітей – це літо. Літній період – найблагодатніший для фізичного розвитку дітей. Саме влітку такі природні фактори, як сонце, повітря та вода найефективніше впливають на організм дітей та зміцнюють їхнє здоров’я. Вихователі використовують усі можливості природного середовища. Заняття влаштовують у куточках відпочинку, на травичці. Діти полюбляють казкотерапію, пальчикову гімнастику на свіжому повітрі. Тому, діяльність закладу дошкільної освіти у літній період спрямовується на організацію змістовного різноманітного буття з метою оздоровлення дітей, забезпечення їхнього відпочинку, закріплення, розширення запасу набутих упродовж навчального року знань через види дитячої діяльності: рухової, ігрової, пізнавальної, художньої тощо.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Вікові групи | Ранній вік (3-й рік життя) | Молодший дошкільний вік (4-й рік життя) | Середній дошкільний вік (5-й рік життя) | Старший дошкільний вік (6(7)-й рік життя) |
| дні тижня |
| Понеділок | 1. Фізичний розвиток 2. Дидактичні ігри, вправи з пізнавального розвитку (логіко-математичний, ознайомлення з навколишнім, ознайомлення з природою) | 1. Художньо-продуктивна діяльність 2. Дидактичні ігри, вправи з пізнавального розвитку (логіко-математичний, ознайомлення з навколишнім, ознайомлення з природою) Фізкультура на прогулянці | 1. Фізичний розвиток 2. Дидактичні ігри, вправи з ознайомлення дітей з природою | 1. Художньо-продуктивна діяльність 2. Дидактичні ігри, вправи з ознайомлення дітей з природою Фізкультура на прогулянці |
| Вівторок | 1. Художньо-продуктивна діяльність 2. Дидактичні ігри, вправи з мовленнєвого розвитку Фізкультура на прогулянці | 1. Фізичний розвиток 2. Дидактичні ігри, вправи з мовленнєвого розвитку | 1. Художньо-продуктивна діяльність 2. Дидактичні ігри, вправи з мовленнєвого розвитку Фізкультура на прогулянці | 1. Фізичний розвиток 2. Дидактичні ігри, вправи з мовленнєвого розвитку |
| Середа | 1. Фізичний розвиток 2. Художня література | 1. Художньо-продуктивна діяльність 2. Художня література Пішохідний перехід | 1. Фізичний розвиток 2. Дидактичні ігри, вправи з пізнавального розвитку (логіко-математичний, ознайомлення з навколишнім) | 1. Художньо-продуктивна діяльність 2. Дидактичні ігри, вправи з пізнавального розвитку (логіко-математичний, ознайомлення з навколишнім) Пішохідний перехід |
| Четвер | 1. Художньо-продуктивна діяльність
2. Фізкультура на прогулянці
 | 1. Фізичний розвиток 2. Художньо-продуктивна діяльність | 1. Художньо-продуктивна діяльність 2. Художня література | 1. Фізичний розвиток 2. Художня література |
| П’ятниця | 1. Художньо-продуктивна діяльність Фізкультура на прогулянці | Художньо-продуктивна діяльність Фізкультура на прогулянці | 1. Художньо-продуктивна діяльність Пішохідний перехід. | 1. Художньо-продуктивна діяльність Фізкультура на прогулянці |