**МНОГОВАРИАНТНЫЙ ПЛАН «КАНИКУЛ» В ДЕТСКОМ САДУ.**

* Профилактика психоэмоционального напряжения детей.
* Организация активного отдыха детей в условии неблагоприятных погодных условий (низкая температура воздуха).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Мероприятия  | Время проведения  | Возраст воспитанников | Примечание | Ответственные за проведение |
| *Оздоровительная утренняя гимнастика* | Ежедневно, в 1 половину дня | Все возрастные группы | Проводится при благоприятных погодных условиях на свежем воздухе. Включаются только хорошо знакомые детям упражнения. | Воспитатели |
| *Гигиенические процедуры*  | Ежедневно, в течение дня | Все возрастные группы | Проводятся перед и после приёма пищи, дневного сна; после прогулок, музыкальных и физкультурных занятий.  | Воспитатели |
| *Закаливающие процедуры*  | Ежедневно | Все возрастные группы | Проводится в соответствии со специальной схемой, после физических нагрузок и дневного сна согласованной медицинской службой и родителями воспитанников. | Ст. медсестра, Воспитатели |
| *Оздоровительные игры*  | Ежедневно, в течение дня  | Все возрастные группы | Направлены на укрепление мышц спины, брюшного пресса, свода стопы, развитие вестибулярного аппарата. Продолжительность игр 1-2 мин., не более 3-х игр. | Воспитатели |
| *Дыхательная гимнастика* | Ежедневно, в течение дня | Все возрастные группы | Проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением. Может включаться в состав оздоровительной утренней гимнастики, оздоровительных игр и упражнений, а также занятий в бассейне. | Воспитатели, инструктор ФИЗО  |
| *Гимнастика для глаз* | Ежедневно по 3—5 мин в любое свободное время.  | Все возрастные группы  | Рекомендуется использование наглядного материала, показ педагога.По методу Бейтса. | Воспитатели |
| *Ритмопластика* | 2 раза в неделю | Дети от 3-4 лет | По программе И. Бурениной | Муз. руководитель |
| *Пальчиковая гимнастика* | Ежедневно | Все возрастные группы | Проводится в любой удобный отрезок времени. Запланированные по плану. | Воспитатели |
| *Подвижные игры*  | Ежедневно  | Все возрастные группы  | Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются элементы спортивных игр. | Инструктор ФИЗО, воспитатели |
| *Прогулки на групповой площадке* | Ежедневно | Все возрастные группы | Самостоятельная и организованная двигательная деятельность | Воспитатели |
| *Занятия в бассейне*  | 2 раза в неделю | Все возрастные группы | Занятия проводятся в игровой и соревновательной форме.  | Инструктор ФИЗО (плавание), воспитатели |
| *Спортивный праздник* | 1 раз | Все возрастные группы | Проводятся при благоприятных погодных условиях на свежем воздухе  | Инструктор ФИЗО, воспитатели |
| *Свободная деятельность на спорт. площадке* | По графику | Все возрастные группы | Оздоровительный бег, полоса препятствий, туризм, элементы спортивных игр и т.д. | Инструктор ФИЗО, воспитатели |
| *Кружки по интересам* | По графику | Все возрастные группы | «Юный шахматист», изостудия «Цветные ладошки», спортивный клуб «Весёлая тренировка», аквааэробика «Золотые рыбки», «Школа здоровья», хореографическая студия «Непоседы», театральная студия, студия вокала. | Педагоги ДОУ |

* Время и длительность приёма пищи, дневного сна и прогулок не меняется.
* При неблагоприятных погодных условиях, мероприятия запланированные на свежем воздухе проводятся в хорошо проветренных спортивном или музыкальном залах, по заранее составленному графику.
* Деятельность детей в дни «каникул» определена сюжетом: ***«Что за прелесть эти сказки!»***

***Для детей 2-3 лет:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тематическая ситуация | 1 день  | 2 день  | 3 день  |
| Благоприятная погода | Неблагоприятная погода | Благоприятная погода | Неблагоприятная погода | Благоприятная погода | Неблагоприятная погода |
| Детей в саду встречает **Зайчик** (кукла). Он пришел в детский сад посмотреть, чем дети занимаются в течение дня.  | В первую половину дня: Музыкальное утро  | В первую половину дня: Игры по желанию детей | В первую половину дня: д/ игра «Времена года» |
| Предложить Зайчику вместе пойти на прогулку. Игра “Печатание на снегу”. Подвижные игры. Свободная игровая деятельность детей. | Предложить Зайчику вместе пойти на экскурсию в спортивный зал. Подвижные игры. Театрализованная сказка в группе: «Заюшкина избушка» | *Спортивный праздник* ***«Зимнее веселье»*** на свежем воздухе. | *Спортивный праздник* ***«Зимнее веселье»*** в спортивном зале. | *Занятие- развлечение в бассейне* ***«Резвые рыбки и зайчик».***  |
| Во вторую половину дня: Рассматривание картинок, иллюстраций к сказкам с изображением зайки. | Во вторую половину дня: Конструирование «Домик для зайки» | Во вторую половину дня: Загадки от Зайки |
| Свободная деятельность на спорт. площадке. | Предложить Зайчику вместе пойти на экскурсию в музыкальный зал. Подвижные игры под музыку. Свободная деятельность в группе. | Прогулка- экскурсия. | Чтение потешек. Хороводные игры в группе. | На прогулке встречает Зайчик и предлагает с ним поиграть. Подвижные игры. | Зайчик предлагает детям сходить с ним в изостудию. Рисование ладошками: «Друзья для зайки». В группе подвижные игры средней интенсивности. |
| В течение дня проведение запланированных мероприятий  |

***Для детей 3-4 лет:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тематическая ситуация | 1 день  | 2 день  | 3 день  |
| Благоприятная погода | Неблагоприятная погода | Благоприятная погода | Неблагоприятная погода | Благоприятная погода | Неблагоприятная погода |
| Детей в саду встречает **Мишка- Тишка** (кукла). Он пришел в детский сад, чтобы научиться делать зарядку, кушать, умываться, играть ит. д.Дети показывают Мишке, чем они занимаются в течение дня. | В первую половину дня: Музыкальное утро  | В первую половину дня: Фокусы от Мишки | В первую половину дня: д/ игра «Составь картинку» |
| *Занятие- развлечение в бассейне* ***«Резвые рыбки и медвежонок Умка».***  | *Спортивный праздник* ***«Зимнее веселье»*** на свежем воздухе. | *Спортивный праздник* ***«Зимнее веселье»*** в спортивном зале. | Прогулка- экскурсия | Чтение русских народных сказок. Хороводные игры в группе. |
| Во вторую половину дня: Самостоятельная игровая деятельность | Во вторую половину дня: Игры по желанию детей | Во вторую половину дня: Сюжетно- ролевая игра |
| Мишка предлагает на прогулке игры со снегом (метание снежков в цель и на дальность).Наблюдение за свойствами снега. | Предложить Мишке вместе пойти на экскурсию в спортивный зал. Подвижные игры. Театрализованная сказка в группе: «Машенька и медведь». | Подвижные игры, катание на санках. | Мишка предлагает детям сходить с ним в изостудию. Рисование ладошками: «Мишка в лесу». В группе подвижные игры средней интенсивности. | Свободная деятельность на спорт. площадке. | Предложить Мишке вместе пойти на экскурсию в музыкальный зал. Подвижные игры под музыку. Свободная деятельность в группе.  |
| В течение дня проведение запланированных мероприятий  |

***Для детей 4-5 лет:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тематическая ситуация | 1 день  | 2 день  | 3 день  |
| Благоприятная погода | Неблагоприятная погода | Благоприятная погода | Неблагоприятная погода | Благоприятная погода | Неблагоприятная погода |
| Детей в саду встречает **Незнайка** (воспитатель). Он ничего не знает и ничего не умеет и поэтому пришел в детский сад, чтобы чему-нибудь научится. | В первую половину дня: Музыкальное утро | В первую половину дня: Викторина «можно- нельзя» с Незнайкой | В первую половину дня: д/ игра «Найди отличия» |
| Прогулка- экскурсия | Чтение художественной литературы. Дидактические игры. | *Занятие- развлечение в бассейне* ***«Незнайка в бассейне».***  | *Спортивный праздник* ***«Зимнее веселье»*** на свежем воздухе. | *Спортивный праздник* ***«Зимнее веселье»*** в спортивном зале.  |
| Во вторую половину дня: игры по желанию детей | Во вторую половину дня: д/ игра «Любимые сказочные герои» | Во вторую половину дня: Сюжетно- ролевая игра |
| Незнайка предлагает подвижные игры.Наблюдение за свойствами снега. | Незнайка предлагает детям сходить с ним в изостудию. Свободное рисование. В группе: игры- имитации.  | Свободная деятельность на спорт. площадке. | Предложить Незнайке вместе пойти на экскурсию в спортивный зал. Катание на самокатах. Игры с мячом. Сюжетно- ролевые игры в группе. | Прогулка: экспериментирование со снегом. | Предложить Незнайке вместе пойти на экскурсию в музыкальный зал. Подвижные игры под музыку. Игры- аттракционы в группе. |
| В течение дня проведение запланированных мероприятий  |

***Для детей 5-6 лет:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тематическая ситуация | 1 день: «Встречайте, Доктор Айболит!»  | 2 день «Встречайте, Карлсон!» | 3 день: «День спортивного Югорки»  |
| Благоприятная погода | Неблагоприятная погода | Благоприятная погода | Неблагоприятная погода | Благоприятная погода | Неблагоприятная погода |
| В первый день к детям приходит **Доктор Айболит**, который всё знает о здоровье (педагог ДОУ).Во второй день гостит у детей **Карлсон** (педагог ДОУ). У него много вредных привычек, он плохо воспитан, дети помогут ему измениться. | В первую половину дня: беседа с Айболитом о ЗОЖ | В первую половину дня: д/игра: «Хорошо- плохо» | В первую половину дня: Игры по желанию детей. |
| Свободная деятельность на спорт. площадке.  | Загадки от Доктора Айболита. Игры- аттракционы. | *Занятие- развлечение в бассейне* ***«Морское приключение».***  | *Спортивный праздник* ***«Зимнее веселье»*** на свежем воздухе***(****зимние забавы)* | *Спортивный праздник* ***«Зимнее веселье»*** в спортивном зале.  |
| Во вторую половину дня: викторина от Айболита: «Спорт и здоровье» | Во вторую половину дня: Чтение Г. Остера «Вредные советы» | Во вторую половину дня: Сюжетно –ролевая игра |
| Эстафеты на прогулке (катание на лыжах).  | Предложить гостю посетить выставку детских рисунков и изостудию. Рисование: «Любимый вид спорта» Подвижные игры в спорт. зале. | Конкурс на самый большой снежный ком. Творческое задание «Фигуры из снега». | Предложить Карлсону вместе пойти на экскурсию в музыкальный зал. Танцевальные движения под музыку. | Прогулка наблюдение. Подвижные игры на групповой площадке. | Малоподвижные игры в группе.  |
| В течение дня проведение запланированных мероприятий  |

***Для детей 6-7 лет:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Тематическая ситуация | 1 день: «Встречайте, Карлсон!»  | 2 день «Встречайте, Доктор Айболит!» | 3 день: «День спортивного Югорки»  |
| Благоприятная погода | Неблагоприятная погода | Благоприятная погода | Неблагоприятная погода | Благоприятная погода | Неблагоприятная погода |
| В первый день гостит у детей **Карлсон** (педагог ДОУ). Во второй день приходит **Доктор Айболит**(педагог ДОУ). | В первую половину дня: викторина с Карлсоном «Всё наоборот» | В первую половину дня: д/игра: беседа с Айболитом о ЗОЖ | В первую половину дня: Игры по желанию детей. |
| Спортивная игра «Хоккей с мячом» | Игры- аттракционы с гостем. | *Занятие- развлечение в бассейне* ***«Морское приключение».***  | *Спортивный праздник* ***«Зимнее веселье»*** на свежем воздухе***(****зимние забавы)* | *Спортивный праздник* ***«Зимнее веселье»*** в спортивном зале. |
| Во вторую половину дня: Вредные советы от Карлсона  | Во вторую половину дня: викторина от Айболита: «За здоровьем я слежу» | Во вторую половину дня: Сюжетно –ролевая игра |
| Свободная деятельность на спорт. площадке. | Предложить Карлсону вместе пойти на экскурсию в музыкальный зал. Танцевальные движения под музыку. Музыкальный конкурс «Угадай мелодию». | Конкурс на самый большой снежный ком. Творческое задание «Фигуры из снега».  | Предложить Айболиту вместе посетить выставку детских рисунков и изостудию. Рисование: «Я- спортсмен» Подвижные игры в спорт. зале. | Прогулка наблюдение. Подвижные игры на групповой площадке. | Свободная игровая деятельность, игры малой подвижности. |
| В течение дня проведение запланированных мероприятий  |

 Составила: Ахметова Л.В., МАДОУ ЦРР г.Нижневартовска ДС№ 44; инд. № 259-672-990