Закаливание в ДОУ

Подготовила:

воспитатель Квасова Елена Николаевна

МДОУ «Детский сад комбинированного вида №27»
Тульская область г. Щекино
2015г.

Особое внимание в системе воспитания детей следует уделять провидению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости. Важна система закаливания, предусматривающая разнообразные формы и методы.

Цель: сохранение и укрепление здоровья детей; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи:

- создание благоприятных условий внутренней среды группы
- повышение адаптационных возможностей организма детей
- воспитание у детей осмысленного отношения к здоровью
- повышение педагогической компетенции родителей по вопросам закаливания

Все закаливающие мероприятия делятся на три вида:

- ОБЩИЕ:
  - Правильный режим дня, рациональное питание, рациональная одежда, дневной сон.
- СПЕЦИАЛЬНЫЕ:
  - Воздушные ванны, коррегирующая гимнастика, точечный массаж, дыхательная гимнастика, игры с водой, лечебная ходьба.
- ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ:
  - Полоскание полости рта, витаминотерапия, фитонциды, фиточай.

ПРИНЦИПЫ ЗАКАЛИВАНИЯ

- Осуществлять закаливание при условии, что ребёнок здоров.
- Не проводить закаливание при наличии у ребёнка страха, плача и беспокойства.
- Осуществлять закаливание постепенно и последовательно.

Дети знают и самостоятельно выполняют гигиенические процедуры . Благодаря этим знаниям у них формируется привычка к здоровому образу жизни.

После дневного сна дети самостоятельно выполняют:

- массаж верхних и нижних конечностей по току крови.
- массаж ног.
- гимнастику –побудку.
- упражнения на тренажёрах.

Результатом работы стало то , что дети с удовольствием выполняют закаливающие процедуры. А самое главное они стали меньше болеть.

Спасибо за внимание