

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 40»
Копейского городского округа

Спецзакаливание, как одна из форм оздоровления детей дошкольного возраста

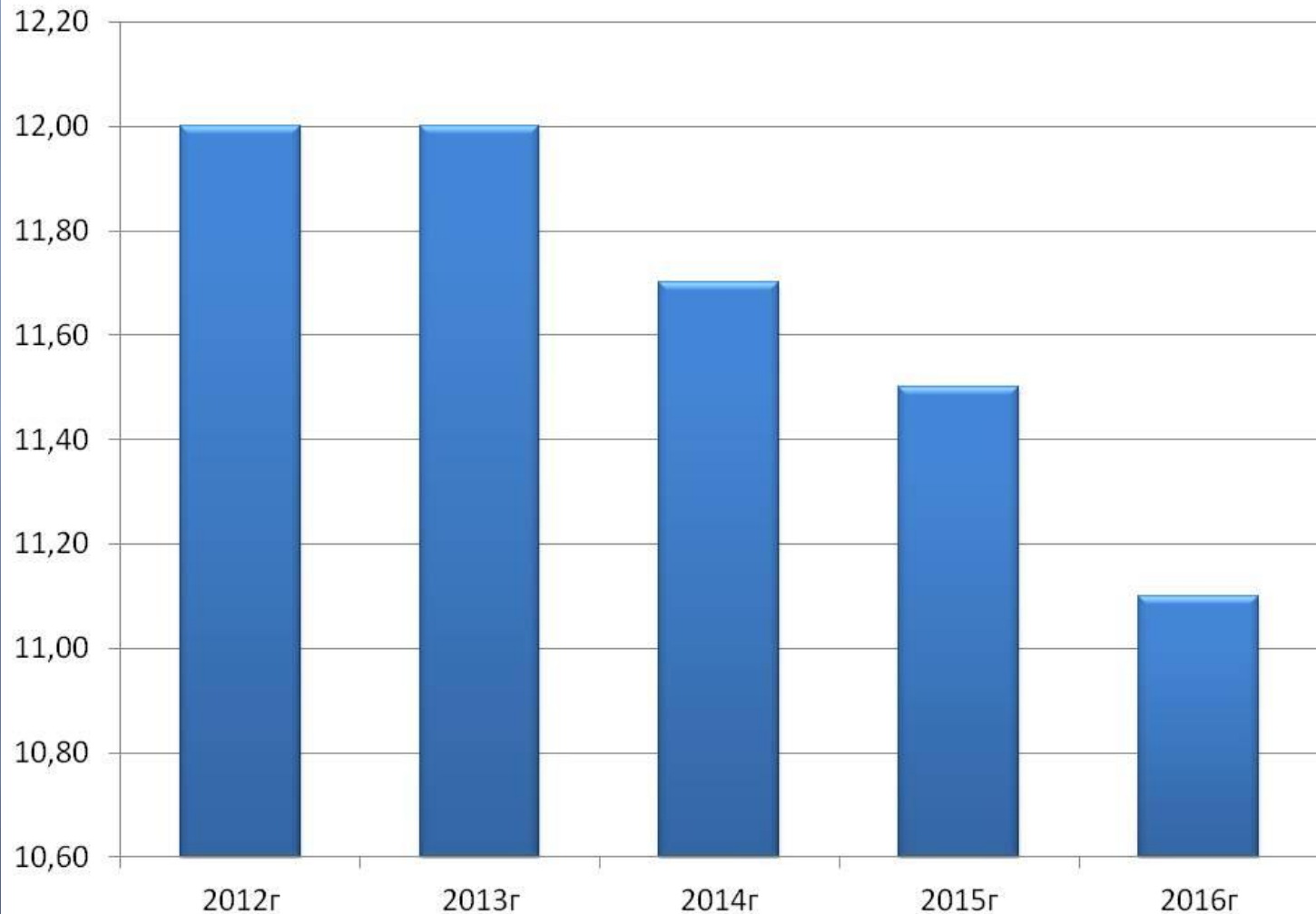
из опыта работы инструктора по физическому воспитанию
Гаевской Ольги Леонидовны





Анализ результативности программы «Здравушка»

Заболеваемость по ДООУ на 1-го ребенка



Цель спецзакаливания –

**тренировка защитных сил
организма, выработка
способности быстро
адаптироваться к новым
условиям.**

Задачи спецзакаливания

Осуществлять комплексный подход к оздоровлению дошкольника средствами природы, с учетом уровня его индивидуального здоровья, при активном включении ребенка в процесс его формирования.

Формы и методы оздоровления в ДОУ



Правила и принципы закаливания

1. Начало закаливания в теплое время года.
2. Соблюдение систематичности.
3. Комплексность проводимых закаливающих мероприятий. (Сочетание закаливания с двигательной активностью, соблюдение мед. отвода и режима дня)
4. Принцип индивидуальности (возраст ребенка, состояние его здоровья, уровень закаленности)
5. Положительная эмоциональная реакция .
6. Музыкальное сопровождение.
7. Роль взрослого.

МЕДИЦИНСКИЙ ОТВОД ОТ ЗАКАЛИВАЮЩИХ ПРОЦЕДУР

- Пять дней после заболевания или профилактической прививки
- Две недели после обострения хронического заболевания
- Повышенная температура у ребенка вечером
- Страх у ребенка перед закаливанием.

Методики закаливания адаптированные к ДОУ

- 1. «Босохождение в помещении по дорожкам здоровья» авторы Коваленка В.С., Похис К.А.
- 2. «Босоножье» автор Береснева З.И.
- 3. Рижский метод закаливания адаптирован под условия ДОУ «Танец на мокрых полотенцах»
- 4. Методика «Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха» автор Кузнецова М.Н.

Спецзакаливание:

- - Точечный массаж (средняя, старшая, подготовительная группы)
- - Игровой самомассаж (1 и 2 младшие группы)
- - Ходьба по ребристым и массажным дорожкам (все группы)
- -Переход по массажным дорожкам из спальни в групповую комнату, из групповой комнаты в физ.зал (средняя, старшая, подготовительная группы)
- - Танец на мокром полотенце (старшая, подготовительная)
- - Воздушные ванны и босохождение (все группы)

Отслеживание заболеваемости детей.

- Тщательное соблюдение режима закаливания**
- Ведение учета в тетради закаливания и соблюдение режима медицинских отводов**

Спасибо за внимание!!!

