**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**центр развития ребёнка – детский сад № 1 «Рябинка»**

 **городского округа Пущино Московской области**

**Сообщение на педсовете:**

**«Система закаливания в ДОУ и дома»**

Подготовила: воспитатель

Окуневич А.Г.

г. Пущино 2014г.

Слайд 2

 Закаливание в преддошкольном и дошкольном возрасте следует рассматривать как важнейшую составную часть физического воспитания детей. Лучшими средствами закаливания являются естественные силы природы: **воздух, солнце и вода.**

Слайд 3

Закаливание – метод профилактики респираторных заболеваний.

Задачи закаливания:

* укрепление здоровья детей,
* развивать выносливость организма при изменяющихся факторах внешней среды,
* повышение его сопротивляемости к различным заболеваниям.

Слайд 4

 Любые закаливающие мероприятия оказывают эффективное воздействие, если учитываются особенности терморегуляции организма малыша и соблюдаются принципы закаливания.

Слайд 5

Постепенность – плавно увеличивать интенсивность и продолжительность воздействий;

Системность – начав, не следует пропускать без причины;

Учет индивидуальных способностей – возраст, сопутствующие болезни, настроение.

Положительное отношение ребенка к закаливающим процедурам

Слайд 6

В детском саду ***закаливание воздухом*** проводится разнообразно.

Воздушные ванны считаются наиболее мягкой закаливающей процедурой.

Воздушные ванны ребенок получает находясь в обычной одежде, во время физкультурных занятий, ежедневных утренней гимнастики, на прогулке, во время подготовки ко сну, после сна, во время сна.

Оздоровляющее действие воздуха обеспечивается подбором соответствующей одежды и поддержанием температуры воздуха в помещении.

Слайд 7

Использование воды в целях закаливания детей сочетается с формированием у них навыков личной гигиены.

- дети при умывании моют кисти рук, лицо, шею; (до 3 лет)

- с возрастом по мере привыкания моют руки до локтя, шею, верхнюю часть груди и спины;

- ополаскивание ног;

- полоскание ротовой полости;

- в летнее время игры с водой.

Слайд 8

Солнечные ванны мощное средство укрепления организма ребенка.

Наиболее благоприятные часы для солнечных ванн с 9.00 -11.00 часов. Во время прогулки солнечные ванны можно повторить 2-3 раза (продолжительность от 10 до 30 минут).

Слайд 9

 Несомненно, важным звеном в закаливании детей - остается работа с родителями.

Это консультации,

Родительские собрания,

Круглые столы,

Дни открытых дверей и другие методы.

Поэтому, уважаемые педагоги,

наша с вами задача не только

проводить закаливающие процедуры

с детьми в детском саду, но и приобщать к ним родителей и себя!

Спасибо за внимание!