

**Великодская Варвара Вадимовна**

старший воспитатель

МБДОУ «Д/С №5»

г. Белгород, Белгородская область

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО САДА**

***Аннотация:** статья посвящена проблеме поиска эффективных и доступных оздоровительных мероприятий, проводимых в ДОУ через выстроенную систему закаливающих процедур. Автором предложены мероприятия по укреплению физического здоровья дошкольников.*

***Ключевые слова:** дети дошкольного возраста, система оздоровительно-закаливающих процедур.*

Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья. Забота о здоровом образе жизни является основой физического и нравственного воспитания. Обеспечение оздоровления организма дошкольников в условиях дошкольного учреждения возможно только путем комплексного укрепления физического здоровья детей путем интеграции образовательных областей и через систему закаливающих мероприятий.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста направлено на укрепление их здоровья, совершенствование физиологических и психических функций развивающегося организма, его закаливание, развитие двигательных умений, повышение физической и умственной работоспособности, необходимой для обучения в школе.

Педагогические условия для эффективности сохранения и укрепления физического, психического, нравственного здоровья дошкольников, приобщение к ценностям здорового образа жизни, развитие двигательной активности:

– создание условий в групповой комнате для закаливающих мероприятий и физического развития дошкольников.

- организация самостоятельной деятельности детей по использованию закаляющих комплексов в повседневной жизни.
- воспитание у дошкольников привычки к здоровому образу жизни.

Вся работа направлена для реализации системы закаляющих мероприятий как средство укрепления физического здоровья детей дошкольного возраста в условиях ДООУ.

Создание развивающей среды обеспечивает эффективность профилактических лечебно-оздоровительных мероприятий: физкультурный зал, должен быть современным спортивным инвентарем, необходимым мелким и крупным оборудованием; мини-стадион, отвечающий современным требованиям для проведения спортивных игр, эстафет и физкультурных занятий в летнее время; площадка для игр в городки; пешеходная дорожка для ознакомления с правилами дорожного движения; процедурный кабинет; душевые ванны; инвентарь для закаляющих мероприятий; игровая комната, дорожки здоровья.

Для организации двигательной активности детей нужно использовать подвижные игры, физические упражнения, оздоровительный бег, старты и эстафеты, различные виды гимнастик.

Работа по оздоровлению должна вестись по следующим направлениям: создание условий для физического развития и снижения; заболеваемости; комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач совместно с родителями ДООУ; создание группы «Здоровье»; воспитание привычки к здоровому образу жизни у дошкольников.

Важным условием успешного решения поставленных задач по использованию комплексных мероприятий физической оздоровительной работы в ДООУ создание «триады здоровья»: двигательный режим; оздоровительный режим; рациональный режим дня и питания. Основное внимание организации двигательного режима детей, который включает в себя следующие формы: групповые, подгрупповые; физкультминутки; индивидуальные занятия; спортивные праздники, досуги; коррекционная гимнастика; утренняя гимнастика; подвижные игры; прогулки, экскурсии.

При планировании содержания деятельности по физкультуре и закаливанию учитывать взаимосвязь программного материала и всех мероприятий, проводимых в течение года, их повторяемость и постепенность

усложнения. Контроль над организацией двигательного режима осуществляется медицинским персоналом: старшей медсестрой и врачом-педиатром.

Уделить внимание и проводить заседания совета педагогов на темы: «Здоровый ребенок через закаливания», «Здоровый образ жизни как привычка».

В методическом кабинете организовывать выставки для педагогов под названием «Растим здорового ребенка», методическая литература по вопросам закаливания и здоровье сбережения детей и консультации.

Организация открытых мероприятий, и показательные прогулки для молодых специалистов и воспитателей, и родителей. Подготовленные видеоролики с данными формами работы выставлять на официальном сайте ДОУ, где так же можно ознакомиться с информацией и разными методами закаливания. Проведение конкурса плакатов посвященных ЗОЖ и закаливающим мероприятиям.

Выступление старшей медсестры на собраниях сообщениями по профилактике ОРЗ, так же ведение контроля и анализа проводимых закаливающих мероприятий, индивидуальные рекомендации педагогам, Отслеживание за состоянием здоровья детей на закаливающих процедурах.

Обеспечивать взаимодействие с родителями ДОУ, через родительские собрания, видео консультации «Закаливание детей в ДОУ». Также для родителей вновь поступивших детей виртуальные экскурсии по ДОУ «Дни открытых дверей» где родители знакомятся с условиями ДОУ для всестороннего развития и воспитания детей. Организация семейных спортивных праздников и олимпиад «Мама папа я дружная семья», «Веселые старты» «Летняя олимпиада». Взаимодействие социальными институтами детства (спорткомплексами).

На основании вышеизложенного можно сделать вывод о том, что данная система закаливающих мероприятий в дошкольном образовательном учреждении успешно решает задачи укрепления физического здоровья дошкольников.