

Эффективность закаливающих мероприятий в образовательном процессе в ДОУ и дома.

Эффективность закаливающих мероприятий в образовательном процессе в ДОУ зависит от многих условий.

При организации закаливания необходимо соблюдать ряд правил, принципов закаливания для достижения наибольшего эффекта от его проведения.

1. Воздействие на организм раздражающего фактора должно быть постепенным. Этот принцип очень важен, так как детский организм не обладает большой сопротивляемостью и применение сильных раздражителей, без предварительной, постепенной подготовки, может привести к отрицательным результатам. Закаливание детей даст наилучший результат, если устанавливается строгая дозировка и постепенное усиление раздражения. Лучше всего закаливание начинать в теплое время года.

2. Последовательность применения закаливающих процедур. Сначала следует проводить воздушные ванны, а затем можно переходить к водным и солнечным.

3. Необходимо при проведении закаливания соблюдать систематичность. При систематическом закаливании ответная реакция организма ускоряется и совершенствуется. Привычка к раздражителю образуется лишь в том случае, если этот раздражитель действует непрерывно в течение более или менее продолжительного времени. Если закаливающие процедуры проводить случайно, с перерывами, то организм ребенка не успеет привыкнуть к действию прохладного воздуха, воды, солнечным излучениям, не может закрепить полученные результаты.

4. Должна соблюдаться комплексность проводимых закаливающих мероприятий, тогда организм закаливается всесторонне. Следует сочетать закаливающие мероприятия с двигательной активностью детей, гимнастическими упражнениями, пребыванием на свежем воздухе, соблюдением режима дня.

5. Большое значение при проведении закаливающих процедур имеет принцип индивидуальности (возраст ребенка, состояние его здоровья, уровень закаленности, пол).

6. Обязательным условием для проведения закаливающих процедур является положительная эмоциональная реакция на процедуру. Ничего не получится, если ребенок плачет или утомлен предыдущей деятельностью. Важно создать благоприятную обстановку, настроить ребенка на получение удовольствия, на приобретение бодрости и прекрасного самочувствия.

Одним из важных педагогических условий эффективности закаливания в ДОУ – является наличие необходимой материальной базы: мини-стадион, площадки для игр, спортивный зал, процедурный кабинет, спортивный инвентарь, бассейн, ножные ванны, инвентарь для закаливающих мероприятий, игровая комната, дорожка здоровья, корригирующие дорожки.

В ДОУ должны быть созданы кадровые условия для осуществления процесса закаливания. Необходимо участие старшего воспитателя, который контролирует и помогает воспитателям реализовать закаливающие процедуры; медицинского персонала (медицинская сестра), который проводит ежедневные осмотры детей и диагностируют состояние здоровья каждого ребенка; работника по физической культуре, который проводит подвижные игры на улице, физкультурные занятия на свежем воздухе, спортивные мероприятия способствующие закаливанию детей; воспитателей, непосредственно реализующих и организующих процедуры закаливания, родителей, продолжающих данную работу в домашних условиях.

Важным педагогическим условием организации закаливания детей в ДОУ является методическое обеспечение: наличие литературы, пособий, рекомендаций по закаливанию, отчетов о проделанной работе, диагностик результативности. Все это, способствует высокому уровню подготовки воспитателей и эффективного проведения закаливающих процедур.

Обязательным условием является работа с родителями. На родительских собраниях происходит знакомство родителей с проведением специальных закаливающих мероприятий, игр, которые проводятся на участке и в помещении детского сада для всестороннего развития и воспитания детей. Родители также должны выполнять рекомендации по режиму, питанию детей в домашних условиях.

Еще одним педагогическим условием является работа с педагогами по повышению их компетентности в вопросе закаливания детей. Проблемы укрепления здоровья детей должны рассматриваться на совещаниях, где заслушиваются доклады, обсуждают итоги проверок по организации санитарно-гигиенического режима, по выполнению режима дня, эффективности закаливающих мероприятий и т. д.

Можно сделать вывод, что методы закаливания детей В ДОУ, их доступность в использовании, может продолжаться также в домашних условиях, только так оздоровление детей будет наиболее эффективным.

