

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Никольский детский сад «Улыбка».
**«Работа по укреплению здоровья и снижению заболеваемости
детей.»(выступление на пед.совете)**
Воспитатель: Ерофеева Е.П.

*Я не боюсь и еще раз повторить
забота о здоровье - это
важнейший труд воспитателя.
От жизнерадостности, доброты
детей зависят их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное развитие,
прочность знаний, вера в свои силы.
(В.В. Сухолитинский)*

На совершенном этапе развития общества по - новому ставится задача воспитателя здоровых, гармонично развитых людей, обладающих высокой умственной и физической работоспособностью.

Для успешного решения этой задачи важно укреплять здоровье ребенка с первых дней его жизни. Перед детскими садами поставлена задача – вырастить каждого ребенка крепким, здоровым.

Решение ее требует обратить особое внимание на охрану жизни и укрепление здоровья детей, их полноценное физическое развитие.

Эффективным средством укрепления здоровья, снижения заболеваемости и повышения уровня работоспособности детей является закаливание организма.

Закаливание - это не только обтирание или обливание, но и повседневные обычные процедуры, не требующие специальной подготовки, организации дополнительного времени: нахождение в помещении и на воздухе в соответствующей одежде, в помещении, начиная с младших групп, следует приучать детей заворачивать рукава, тем более, что это удобно и для умывания детей. Мы приучаем родителей своей группы, заводить утром детей с уже закатанными рукавами или с короткими, дети ходят так в течение дня и расправляем рукавчики только одевая детей на прогулку. Постепенно приучаем носить в помещении гольфы, а не колготки. Так-же мы приучаем детей мыть руки и умываться прохладной и холодной водой.

Когда мы собираем на улицу, одеваем детей по подгруппам, более старших одеваем первыми и выходим на улицу и там ждем остальных. С прогулки уводим детей тоже по подгруппам. Немаловажную роль в укреплении здоровья детей играет своевременное выведение из группы больных детей, упорядочивание насыщенности списочного состава детей в группе, где больной ребенок особенно опасен.

С самого раннего возраста нужно воспитывать у детей привычку к строгому соблюдению режима дня и вырабатывать потребность к ежедневным занятиям физическими упражнениями. Для этого мы ведем разъяснительную работу с родителями, чтобы они осознали всю важность

*заключено
Зав. дет. сада. Ерофеева
МБДОУ Никольский детский сад "Улыбка"
2 категория*

режима и не нарушали режим детей в д/саду - вовремя приводили их в сад на зарядку (над этим мы еще работаем) и вовремя укладывали детей спать дома.

На занятии физическими упражнениями у детей развиваются все психические процессы (восприятие, мышление, память, воображение, а также мыслительные операции (наблюдение, сравнение). Нужно стремиться, чтобы дети умели творчески пользоваться приобретенными знаниями и навыками в своей двигательной деятельности.

Улучшая физическое развитие детей, мы, воспитатели проводим с ними подвижные игры на прогулке, но при этом учитываем время их проведения. Если дети перед прогулкой уже достаточно двигались на музыкальном или физкультурном занятии, то игру мы организуем в конце прогулки и наоборот, если дети на занятии сидели за столом, то игру лучше организовать в начале прогулки, чтобы дать детям активный отдых, чтобы предупредить общее утомление детей от напряжения за столом, мы предусматриваем на занятиях проведение физ минуток.

Большое значение для сохранения здоровья детей имеет воспитание культурно-гигиенических навыков, это всем известно, если ребенок приучен чисто мыть руки после туалета и мыть руки перед едой, то у него минимум возможностей заболеть кишечным заболеванием.

Органы здравоохранения отмечают, что за последние годы увеличилось число детей с нарушениями осанки, это в дальнейшем возрасте опасность появления болезни - сколиоз. Чтобы этого не случилось, мы следим за посадкой детей во время еды, во время занятий.

Главным средством предупреждения нарушений осанки являются физические упражнения. Во время гимнастики и физкультурных занятий добиваемся от детей качественного выполнения.

Скоро зима. Сочетание движений с воздействием свежего воздуха является эффективным средством закаливания детей. Повышается сопротивляемость организма ребенка к простудным заболеваниям и инфекциям.

В холодное время года длительность пребывания детей на воздухе в значительной степени зависит от правильной организации их деятельности, от создания необходимых условий для физических упражнений, веселых игр и развлечений.

При оборудовании площадок для игр нам следует предусмотреть возможность для разнообразных движений: метание, спрыгивание, подлезание, равновесие.

