

## Педагогический совет

(тематический)

Тема: «**Организация закаливания в детском саду: методики и методические рекомендации в процессе проведения**»

**Цель:** систематизация знаний педагогов о методике проведения закаливания воспитанников в условиях ДОУ.

### Задачи:

1. Систематизировать работу педагогов по организации закаливания с детьми дошкольного возраста;
2. Актуализировать знания педагогов о закаливании воздухом, водой и солнцем;
3. Познакомить педагогов с особенностями использования криотерапии и суджок терапии с детьми дошкольного возраста;
4. Осуществить обмен опытом среди педагогов пособиями и методическими материалами по закаливанию.

**Оборудование:** презентация, проектор, компьютер, материалы для практической деятельности.

### Подготовка

Мероприятие	Ответственный
1. Подготовка методической литературы по теме	Старший воспитатель
2. Просмотр и анализ образовательной деятельности с детьми в группах ✓ Группа детей дошк. возр. 3-4 лет; ✓ Группа детей дошк. возр. 4-5 лет ✓ Группа детей комп. напр. дошк. возр. 5-6 лет ✓ Группа детей дошк. возр. 6-7 лет	воспитатель воспитатель воспитатель воспитатель
3. Подготовка педагогами групп методических пособий или материалов по закаливанию для организации аукциона	воспитатели
4. Подготовка выступления	учитель – логопед воспитатель

5. Подготовка аукциона	старший воспитатель, воспитатели
6. Подведение итогов	старший воспитатель

### **Ход**

#### ***Вступительное слово***

Воспитание здорового ребёнка было и остается наиболее значимым в практике дошкольного воспитания, оно заключается в определении оптимальных путей закаливания детей. Важная роль в успешном применении оздоровительных средств и методов принадлежит созданию таких условий организации учебно-воспитательного процесса, при которых развивающий эффект достигается без какого-либо ущерба для растущего организма и способствует улучшению физического статуса дошкольника.

Здоровье ребенка зависит не только от наследственных факторов и индивидуальных особенностей, чрезвычайно важными считаются оздоровительные меры воздействия на организм ребенка. Самой эффективной мерой считается закаливание детей в детском саду.

Сегодня наш педагогический совет будет проходить в форме аукциона. Сейчас я предлагаю Вам ответить на вопросы по теме педагогического совета и заработать жетоны, за которые мы потом будем покупать материалы подготовленные вами.

#### 1. Что такое закаливание?

А) Закаливание человека – это «приучать его ко всем лишениям, нуждам, непогоде, воспитывать в суровости (В. Даль); (+)

Б) это система медицинских, педагогических и социальных мероприятий, направленных на повышение устойчивости организма к неблагоприятным факторам внешней среды. (+)

В) метод профилактики и лечения, представляющий собой совокупность приемов дозированного механического воздействия на различные участки тела человека, производимого руками массажиста или специальными аппаратами

Закаленные дети обладают хорошим здоровьем, аппетитом, спокойны, уравновешенны, отличаются бодростью, жизнерадостностью, высокой работоспособностью. Всех этих результатов можно добиться лишь при правильном выполнении закаливающих процедур.

Закаливание является научно обоснованным систематическим использованием естественных факторов природы для повышения устойчивости организма к неблагоприятным условиям окружающей среды. При правильном проведении закаливающих процедур, ребенка можно закалять довольно длительное время и получить хороший результат - крепкое здоровье.

## 2. Основные задачи закаливания:

А) укрепление здоровых детей (+)

Б) способствование более быстрому восстановлению работоспособности и эффективному усвоению учебного материала

В) повышение сопротивляемости организма к различным заболеваниям (+)

Г) развитие выносливости организма при изменяющихся факторах внешней среды (+)

## 3. Основные принципы закаливания

А) Регулярность (+);

Б) Постепенность (+);

В) Интенсивность (+);

Г) Трансформируемость;

Д) Сочетаемость общих и местных охлаждений (+);

Е) Не растираться после обливания (+);

Ж) Многофакторность природного воздействия (+);

З) Комплексность (+);

И) Полифункциональность.

Комментарий:

В) Сила воздействия должна быть выше привычных температурных норм постоянной среды обитания.

Д) Оптимальная устойчивость организма достигается при чередовании общих закаливающих процедур с местными.

Е) Растирание до покраснения, массаж ограничивают процесс охлаждения, прерывая его.

З) Процедуры закаливания должны восприниматься шире, нежели просто обливание водой. Это и прогулки, и бег, и сон на свежем воздухе, и баня.

## 4. Лучшими средствами закаливания являются (естественные силы природы):

А) солнце (+);

Б) воздух (+);

В) вода (+);

Г) земля;

Д) снег.

## 5. Результат правильно проводимого закаливания – это

А) повышение устойчивости организма к постоянно меняющимся условиям внешней среды (+);

Б) улучшение работы головного мозга, сердца и нервной системы ребёнка, дыхательной и пищеварительной системы организма;

В) повышение выносливости к физическим нагрузкам и психоэмоциональным воздействиям, возрастание адаптационных возможностей организма (+);

Г) стимулирование физического и психического развития, обмена веществ (+);

Д) возрастание сопротивляемости организма к болезням (+).

6. Какие основные правила применения закаливающих процедур?

А) нахождение в стадии глубоко расслабления;

Б) Систематическое проведение процедур, во все время года, без перерыва(+);

В) Постепенное увеличение силы закаливающего воздействия с учетом самочувствия ребёнка (+);

Г) Проведение закаливания только при положительной эмоциональной реакции ребёнка(+);

Д) проведение закаливающих процедур за 20 минут до еды;

Е) Индивидуальный подход к ребёнку (+).

7. Виды закаливания воздухом:

А) использование увлажнителя воздуха;

Б) Прогулки на свежем воздухе (+);

В) Воздушные ванны (+);

Г) Проветривание помещения (+).

8. Виды закаливания водой

А) Умывание (+);

Б) Обтирание (+);

В) Обливание (+);

Г) Ножные ванны (+);

Д) Общее обливание (+);

Е) Душ (+);

Ж) Закаливание носоглотки (+);

З) Купание в открытых водоёмах (+);

И) Моржевание (+).

## 9. Виды закаливания солнечными лучами

- А) Свето – воздушные ванны (+);
- Б) Солнечные ванны (+);
- В) Нахождение на солнце после полудня.

- Кто из вас знает, что такое криотерапия?

- Криотерапия – это одна из современных нетрадиционных методик коррекционной педагогики, заключающаяся в использовании игр со льдом. Она имеет также непосредственное отношение к здоровьесберегающим технологиям. О ней более подробно вам сейчас расскажет воспитатель ....

*(Выступление воспитателя)*

- В качестве физкультминутки предлагаю вам игру, которая называется **«Волшебный мешочек»**

*Достаньте из мешочка предмет и определите, с какой целью в оздоровлении он может быть использован.*

- 1) фасоль (развитие мелкой моторики рук, дыхательная гимнастика)
- 2) травяной сбор (фитотерапия)
- 3) диск (музыкотерапия)
- 4) апельсин (ароматерапия, витаминизация)
- 5) мыльные пузыри (дыхательная гимнастика, психогимнастика)
- 6) кукла (игротерапия)
- 7) перчатка (пальчиковая гимнастика)
- 8) цветок (цветотерапия)
- 9) цветные карандаши (арт-терапия)
- 10) су-джок (массаж)
- 11) морская соль
- 12) камни
- 13) шишки

- А сейчас вторая часть вопросов будет посвящена элементам закаливающих мероприятий, которые мы используем или можем использовать в нашем учреждении.

10. Перечислите элементы закаливания, которые можно использовать в нашем учреждении: *(педагоги самостоятельно перечисляют, потом проверяем вместе)*

- А) Босохождение (+);
- Б) Полоскание рта и горла (+);
- В) Хождение по массажным коврикам (+);
- Г) СУ ДЖОК терапия (+);
- Д) Проветривание (+);
- Е) Гимнастика после сна (+);
- Ж) Воздушные ванны (+);
- З) Ежедневные прогулки (+).

когда Вы стоите на массажном коврике или играете с ребенком босиком на массажном коврике — это конечно тоже закаливание. Это и массаж стоп, и тренировка сосудов стоп, и тренировка нервной и эндокринной систем организма.

11. Какова методика организации босохождения в ДОУ?

*Ответ: Методика проведения босохождения такова. Начинается закаливание детей ходьбой босиком с раннего возраста сначала с хождения в тёплой комнате по ковру, затем по полу (температура пола не ниже + 18 °); при проведении босохождения используются специальные резиновые коврики с шиповым рифлением, «Дорожки здоровья». Первые 3-5 дней закаливающую процедуру осуществляют в носочках, затем дети ходят босиком по 3-4 минуты, каждый день прибавляется по 1 минуте, доводя до 10 минут. В летнее время дети ходят босиком по «Дорожке здоровья», оборудованной на спортивной площадке детского сада.*

12. Каковы особенности организации полоскания рта и горла?

*Ответ: Полоскание проводится кипяченой водой комнатной температуры после каждого приема пищи. Является превосходным средством, предупреждающим заболевания зубов и слизистых полости рта. Полоскание рта проводится с 3-4 лет.*

*Детей 4-5 лет и старше можно приучать к полосканию горла. Ежедневное полоскание горла утром после сна и вечером перед сном чистой кипяченой водой комнатной температуры является весьма эффективным средством предупреждения ангины, разрастания миндалин и аденоидов.*

*На каждое полоскание используют примерно 1/2 – 1/3 стакана воды, причем «бульканье» воды в горле должно продолжаться как можно дольше, для чего, перед тем, как взять в рот воду, делают глубокий вдох и, запрокинув голову, чтобы вода стекала в область глотки, производят очень медленный и продолжительный выдох через рот. Для контроля удобнее тянуть голосом «а-а-а-а!».*

13. Каковы основные принципы использования массажных ковриков и дорожек.

Ответ

А) с целью развития дыхательного аппарата

Б) Упражнения выполнять от простых к сложным, добавлять новые движения. Полезно использовать дыхательные упражнения на расслабления мышц (+);

В) Развитие основных функций стоп; обучение правильной постановке стопы при ходьбе; повышение тонуса, уменьшение длины передней большеберцовой, длинного разгибателя пальцев, длинного разгибателя 1 пальца, коротких мышц стоп; увеличение длины, устранение гипертонусов трехглавой мышцы голени; укрепление сумочно - связочного аппарата и увеличение подвижности суставов стоп; улучшение кровообращения стоп; улучшение координации движений (+);

Г) С целью развития воображения, памяти и речи необходимо предлагать детям самим придумывать упражнения и игры с нестандартным оборудованием (+);

Д) Оборудование используется во время гимнастики после сна и в самостоятельной двигательной деятельности с учетом индивидуальных возможностей детей и уровня их физической подготовки (+).

14. Сколько раз в день проветриваются помещения в холодное время года?

А) до 10 раз в день по 10 -15 минут;

Б) 1-2 раза в день по 10 – 15 минут;

В) 4-6 раз в день по 10 – 15 минут (+);

Г) 1 раз в день по 10 – 15 минут.

*В летнее время проветривание проводится круглосуточно. (При наличии пластиковых окон)*

15. Какой должна быть температура воздуха в группах?

А) до 3-х лет – 25 С, 3-4 года – 24 С, 5-7 лет – 23 С;

- Б) до 3-х лет – 20 С, 3-4 года – 18 С, 5-7 лет – 16 С;  
В) до 3-х лет – 22 С, 3-4 года – 21 С, 5-7 лет – 20-18 С (+).

16. Что включает в себя гимнастика после сна?

- А) Комплекс в постели (+);  
Б) Малоподвижная игра;  
В) Дыхательная гимнастика (+);  
Г) Индивидуальные задания (+);  
Д) Водные процедуры (+);  
Е) Упражнения для профилактики нарушений осанки и плоскостопия (+);  
Ж) Подвижная игра.

17. Какова длительность гимнастики после сна для детей 2-5 лет?

- А) 15 - 20 минут;  
Б) 7-10 минут (+);  
В) 2-3 минуты.

18. Какова длительность гимнастики после сна для детей дошкольного возраста 5-7 лет?

- А) 2-3 минуты;  
Б) 5-7 минут;  
В) 10-15 минут (+).

- Ещё об одном элементе физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ, а именно о СУ – ДЖОК терапии вам сейчас расскажет воспитатель - Балужева О.А

Сейчас мы с вами рассмотрели и вспомнили теоретические аспекты организации закаливания в ДОУ и обобщили знания о тех элементах закаливания, которые мы используем в нашем учреждении.

А теперь преступаем ко второй части нашего педагогического совета. И я предоставляю Вам слово. Сейчас каждый из вас представит свой наработанный материал.

*(Педагоги представляют свои наработанные материалы и выставляют на продажу продукты, материалы размещаются на столах)*

Перед вами материалы, представленные вами. Начинаем торги.

*(Ведущий выставляет минимальную цену товара, и продаёт по максимальной цене предложенной педагогами)*



Закаливание детей требует немалых усилий и упорства. Только набравшись терпения, вы добьетесь гармонии организма с природой, их благоприятного взаимодействия. Действие закаливающих факторов должно ощущаться детьми как естественное и приятное. Тогда верными друзьями будет – солнце, воздух и вода.

**Решение:**

**Литература**

1. Анохин, П.К. Закаливание детей различного возраста [Текст]. – М.: Медгиз, 1980. – 56 с.
2. Праздников В.П. Закаливание детей дошкольного возраста - М.: Медицина, 2002. – 220с.