

Мастер класс для воспитателей

"Сухое растирание варежкой"

Для повышения сопротивляемости организма ребенка инфекционным заболеваниям применяется хорошо всем известную методику закаливания.

Закаливание – целенаправленное использование естественных факторов природы, обеспечивающее повышение устойчивости организма к неблагоприятному воздействию низких и высоких температур воздуха, ветра, влажности, резких перепадов атмосферного давления. Закаливание является важнейшим фактором сохранения здоровья детей.

Быть здоровым – это естественное стремление человека. Такого человека мы и должны «создать» и воспитывать, начиная с самого раннего детства. И для этого в настоящее время есть различные пути и возможности.

Так в нашем детском саду прошел педсовет На тему: "Здоровье и физическое развитие дошкольников" где воспитатели нашей группы "Сказка" Алиева. Х.П и Мадаева. О.В. показали мастер класс для педагогов о сухом закаливание "Растирание варежкой". Сначала была теоретическая часть о методах и пользе сухого закаливания, а именно растирания сухой варежкой, температурном режиме, времени закаливания. Затем с педагогами была проведена практическая часть и проведен комплекс упражнений сухого растирания, где педагоги на себе смогли ощутить результат закаливания. Педагоги оценили этот метод закаливания и решением педсовета предложили внедрить этот метод закаливания в нашей группе "Сказка". Мы провели пробное сухое закаливание с детьми после сна. Они были очень довольны и с удовольствием выполняли все приемы обтирания. И мы решили внедрить этот метод закаливания в нашей группе. Ведь здоровье детей для нас важнее всего.











Статью на сайт подготовили
воспитатели старшей группы "Сказка"
Алиева Х.П.
Мадаева О.В