

УДК 613.954

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ЗАКАЛИВАНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

*Н.Н. Голёта, 3курс*

*Научный руководитель – Н.Н. Колесникова, к.п.н., доцент*

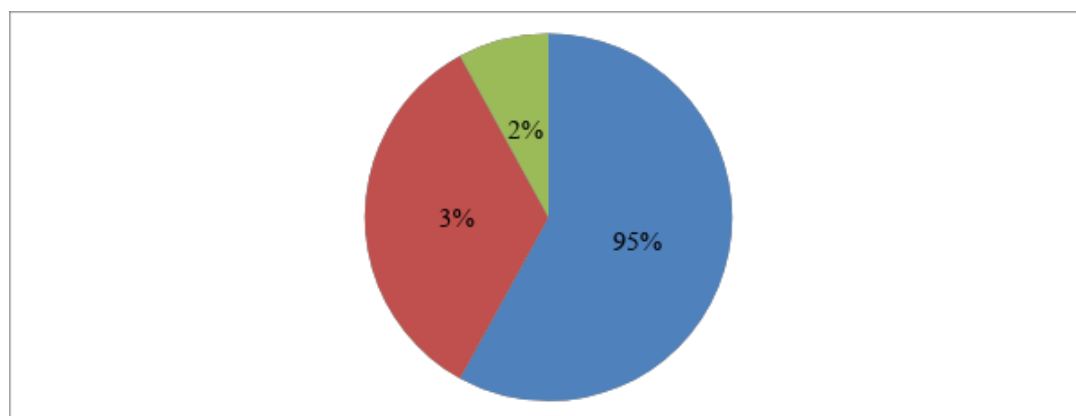
*Полесский государственный университет*

Установлено, что одними из самых распространенных болезней детского возраста являются острые респираторные заболевания, которые наносят значительный ущерб здоровью детей. Несмотря на то, что в учреждениях дошкольного образования создаются определенные здоровьесберегающие условия, частота острых респираторных заболеваний за год у детей, посещающих детские сады, на 22–43% выше, чем у дошкольников, воспитывающихся дома [1, с. 49]. Действенным

средством повышения резистентности детского организма специалисты называют закаливание, тем не менее применение закаливающих процедур в режиме дня детских садов не всегда отличается систематичностью и разнообразием [2, с. 45].

Исследование проводилось нами с целью выявления отношения работников учреждений дошкольного образования к закаливанию детей, а также определения средств закаливания, наиболее часто используемых в режиме дня воспитанников. В анкетировании приняли участие 26 респондентов.

Выясняя отношение сотрудников учреждений дошкольного образования к закаливанию детей, мы установили, что практически все респонденты (95%) считают закаливание действенным средством укрепления здоровья детей, 3% – не уверены в его эффективности и лишь 2% опрошенных относятся к закаливанию негативно (рисунок 1).



**Рисунок – Отношение сотрудников учреждений дошкольного образования к закаливанию детей**

При этом 72% считают, что в дошкольном возрасте приемлемы лишь относительно щадящие закаливающие процедуры (контрастные ножные ванночки, контрастные воздушные ванны, закаливание солнечными лучами). Еще 20% считают также возможным использовать с целью закаливания контрастный душ и обливание холодной водой, а 8% анкетированных указывают на целесообразность применения босохождения (таблица 1).

Не зависимо от выбора, 81% респондентов уверены в эффективности комплексного использования различных видов закаливания.

**Таблица 1 – Процедуры закаливания, приемлемые, по мнению сотрудников учреждений дошкольного образования, в дошкольном возрасте**

№ п/п	Закаливающие процедуры	Предпочтение респондентов, %
1	Контрастные ножные ванночки, контрастные воздушные ванны, закаливание солнечными лучами	72
2	Контрастный душ и обливание холодной водой	20
3	Босохождение	8

К сожалению, лишь 54% опрошенных работников учреждений дошкольного образования вполне уверены в своих знаниях методик закаливания, остальные 46% считают их недостаточными.

В ходе исследования установлено, что в учреждения дошкольного образования преимущественно используются такие виды закаливания детей как контрастные воздушные ванны. В этом нас уверили все сотрудники, участвующие в анкетировании (100%).

При этом некоторые воспитатели применяют средства закаливания комплексно: 28 % добавляют к контрастным воздушным ваннам влажные обтирания, еще 40% – контрастные ножные ванночки.

На вопрос о режиме проведения закаливающих процедур мы получили ответы, представленные в таблице 2.

Таблица 2 – Режим проведения процедур закаливания в учреждениях дошкольного образования

№ п/п	Частота проведения	%
1	Систематически	88
2	Эпизодически	12
3	Вообще не проводятся	–

88% опрошенных утверждают, что в их детском саду дети закаливаются систематически; 12% указывают на эпизодичность использования средств закаливания.

Таким образом, при анкетировании воспитателей ДООУ выявлено, что не все понимают физиологические механизмы закаливания, часть методик применяется неправильно и, целесообразно, проведение семинаров по вопросам закаливания как с педагогическим коллективом, так и с родителями.

#### **Список использованных источников**

1. Гаврючина, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДООУ / Л.В. Гаврючина.– М.: Сфера, 2008. – 160 с.

12. Змановский, Ю.Ф. Двигательная активность и закаливание – ведущие факторы укрепления здоровья ребенка / Ю.Ф. Змановский // Дошкольное воспитание. – 1988. – № 8. – С. 45–51