

ОТНОШЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ К ЗАКАЛИВАНИЮ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Е.А. Климович

Полесский государственный университет, г. Пинск, Беларусь

В статье представлены данные, отражающие отношение родителей учащихся младших классов к закаливающим процедурам. Возможность и оценка необходимости проведения закаливания в домашних условиях. Использование системы закаливания в процессе оздоровительной работы с детьми младшего школьного возраста для укрепления здоровья ребенка и снижения заболеваемости детей.

Ключевые слова: закаливание, закаливающие процедуры, систематичность.

Установлено, что одними из самых распространенных болезней детского возраста являются острые респираторные заболевания, которые наносят значительный ущерб здоровью ребенка. Действенным средством повышения резистентности детского организма специалисты называют закаливание, тем не менее, применение закаливающих процедур в условиях школы достаточно затруднительно, а закаливание детей в домашних условиях не всегда отличается систематичностью и разнообразием.

Исследование проводилось нами с целью выявления отношения родителей учащихся младших классов к закаливанию детей, а также определения средств закаливания, наиболее часто используемых в семье.

Проведя анкетный опрос, 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 (рисунки).

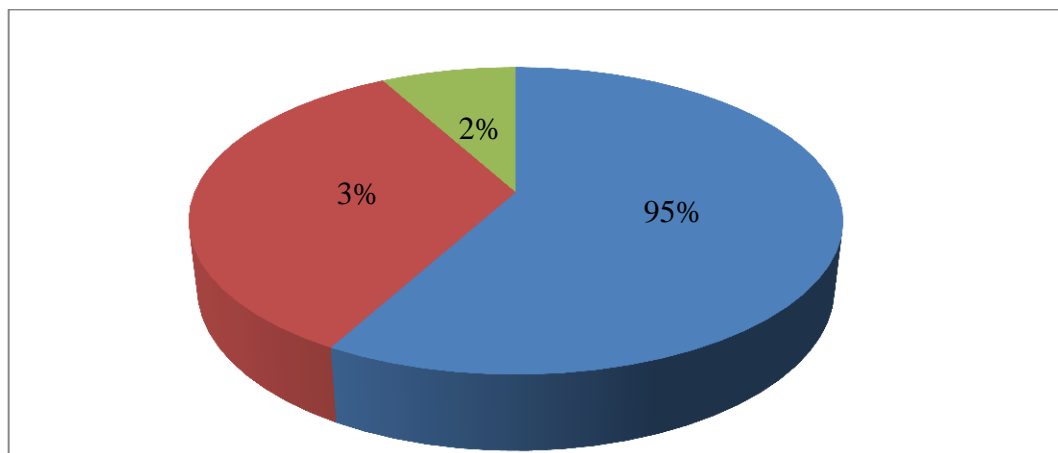


Рисунок – Отношение родителей младших школьников к закаливанию детей

При этом 71% считают, что в этом возрасте приемлемы лишь относительно щадящие закаливающие процедуры (контрастные ножные ванночки, контрастные воздушные ванны, закаливание солнечными лучами). Еще 21% считают также возможным использовать с целью закаливания контрастный душ и обливание холодной водой, а 8% анкетированных указывают на целесообразность применения босохождения (таблица 1.1).

Таблица 1. – Процедуры закаливания, приемлемые, по мнению родителей, в младшем школьном возрасте

№ п/п	Закаливающие процедуры	Предпочтение респондентов, %
1	Контрастные ножные ванночки, контрастные воздушные ванны, закаливание солнечными лучами	71
2	Контрастный душ и обливание холодной водой	21
3	Босохождение	8

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

К сожалению, лишь 54% опрошенных мам и пап вполне уверены в своих знаниях методик закаливания, остальные 46% считают их недостаточными.

В ходе исследования установлено, что в домашних условиях преимущественно используются такие виды закаливания детей как контрастные обливания стоп и контрастный душ. Так ответили соответственно 85 и 11% родителей, практикующих закаливание детей в домашних условиях. При этом в одной семье (4%) родители вместе с детьми занимаются моржеванием.

На вопрос о режиме проведения закаливающих процедур мы получили ответы, представленные в таблице 1.2.

Таблица 2. – Режим проведения процедур закаливания

№ п/п	Частота проведения	%
1	Систематически	28
2	Эпизодически	32
3	Вообще не проводятся	40

28% опрошенных утверждают, что в их семье дети закаливаются систематически; 32% указывают на эпизодичность использования средств закаливания, 40% признаются в том, что закаливающие процедуры в их семьях не проводятся вообще, так как взрослые члены семьи, не считают необходимым этим заниматься.

Полученные данные указывают на необходимость ведения разъяснительной работы с родителями, а также оказания необходимой методической помощи в вопросах организации и проведения закаливающих процедур в домашних условиях.

Список литературы:

1. Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. Здоровый дошкольник социально-оздоровительная технология 21 века. – М., 2003. – 70с.
2. Егоров Б.Б. Основные принципы оздоровительно - воспитательной работы в детском саду (по системе Ю.Ф. Змановского). – М., 2006. – 267с.
3. Аронова Е.Ю., Хашабова К.А. Здоровый образ жизни Режим закаливания. Игры и упражнения. – М., 2007. – 53с.
4. Макаров В.А. Физиология закаливания. – М., 2002. – 187с.
5. Корниенко И.А. Возрастные изменения энергетического обмена и терморегуляции. – М., 2000. – 86с.