

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №23 «ГУСИ-ЛЕБЕДИ»

СИСТЕМА ЗАКАЛИВАНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Воспитатель:
Кольдяева М. Ю.

● *«Я не боюсь еще и еще раз повторять: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».*

В. А. Сухомлинский

● ЗДОРОВЬЕ –

«такое состояние человека, которому свойственно не только отсутствие болезней или физических дефектов, но полное физическое, душевное и социальное благополучие»

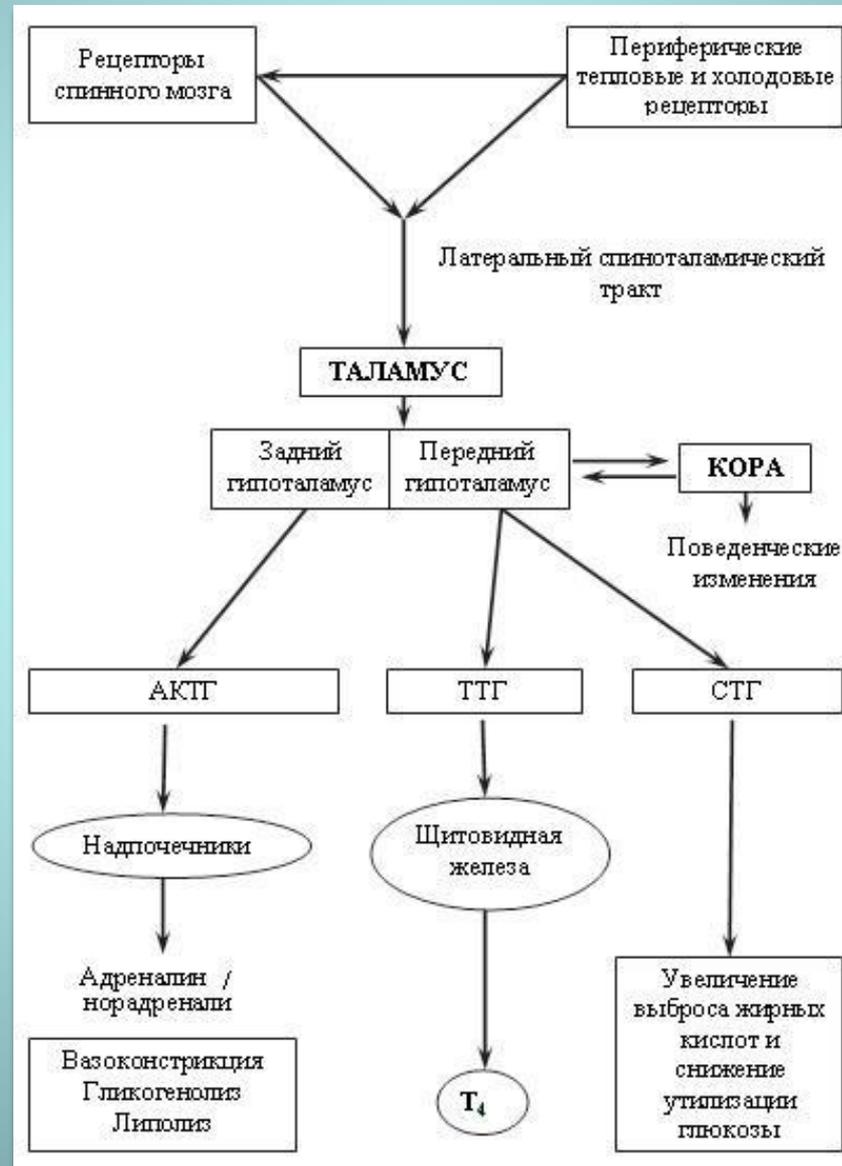
Устав ВОЗ

- **ЗАКАЛИВАНИЕ** –испытанное средство укрепления здоровья.
- **ЗАКАЛИВАНИЕ** –система закаливающих моментов в ритме дня, а не только какая-либо одна закаливающая процедура.
- **ЗАКАЛИВАНИЕ** — система специальной тренировки терморегуляторных процессов организма, включающая в себя процедуры, действие которых направлено на повышение устойчивости организма к переохлаждению или перегреванию.

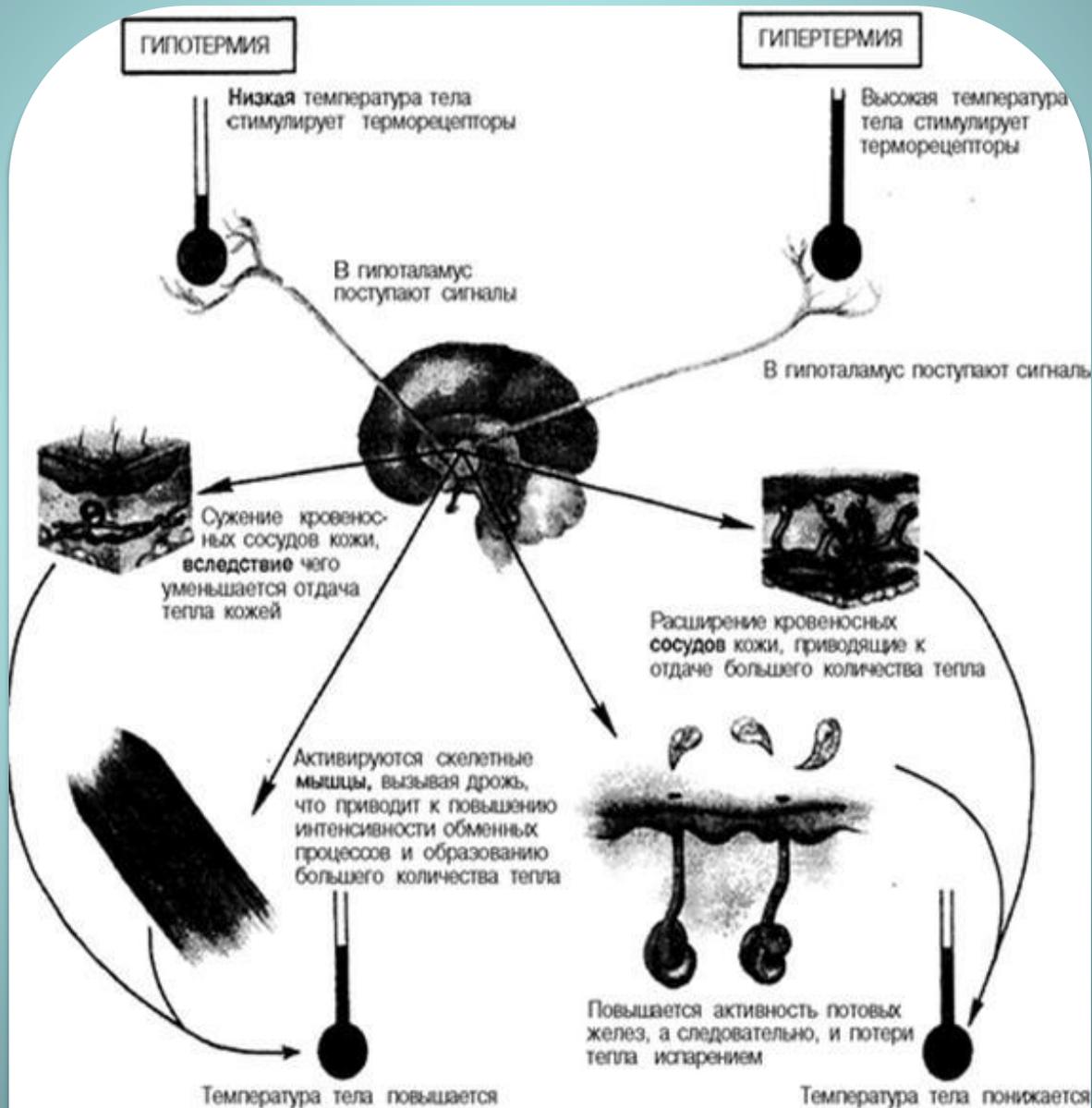
Физиологическая сущность закаливания

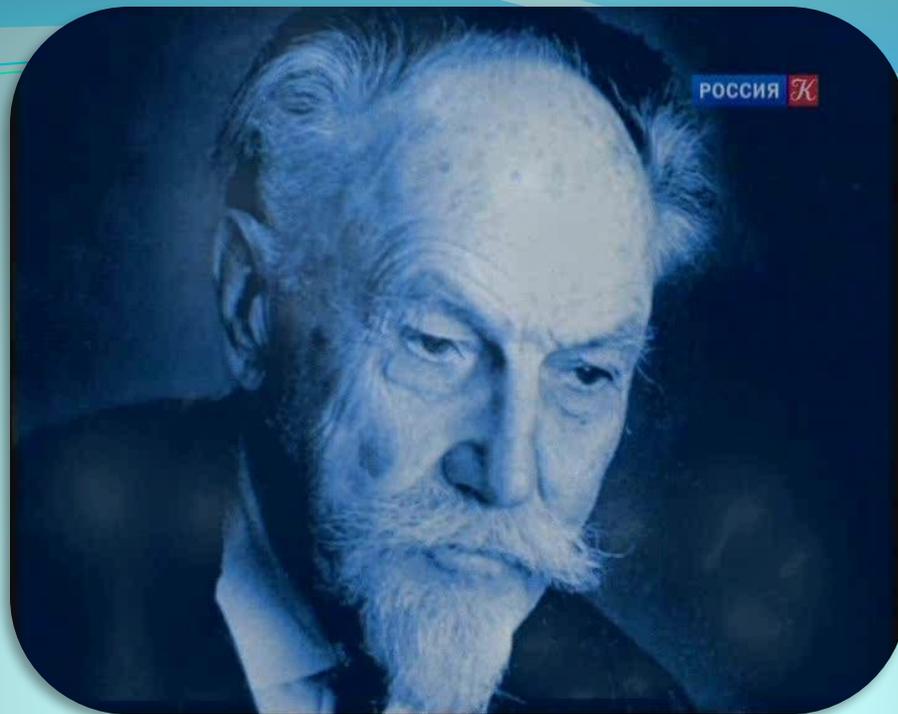


Физиологическая сущность закаливания



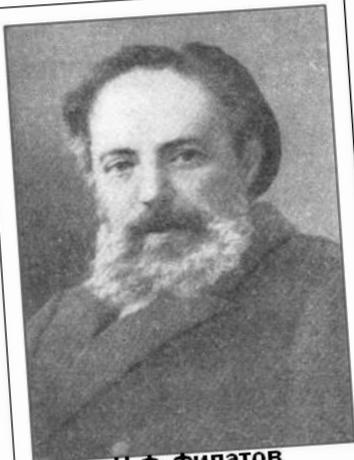
Физиологическая сущность закаливания





Георгий Нестерович Сперанский,
опираясь на труды ученых и врачей,
опубликованные начиная с 28 века, написал
первую в России научную монографию по этому
вопросу –

- «О закаливании детского организма»
 - (1910).



Н.Ф. Филатов
(1847-1902)

Широкое признание получили учебники и руководства **Филатова**, одно из которых называлось «**Лекции об острых инфекционных болезнях**» (1885г.). Из учеников Филатова особенно известны **В. М. Молчанов** и **Г. Н. Сперанский**.

Георгий Нестерович Сперанский работал в клинике детских болезней, которой руководил Н.Ф. Филатов, с семьей которого его связывала большая дружба.

В 1910г Сперанский принимал непосредственное участие в **открытии первой в Москве детской консультации**. В 1912г была открыта **лечебница для детей грудного возраста** на 20 коек, где Сперанский работал безвозмездно.



Г.Н. Сперанский
(1873-1969)

Вблизи лечебницы были организованы **ясли для детей**. Эти учреждения – консультация, лечебница и ясли составили единый комплекс, который называли «**Дом грудного ребенка**».



...обходе больных в клинике. Фото 1965 г.

Особенности закаливания детского организма

Особенность терморегуляции. У детей возраста еще недостаточно развиты механизмы, регулирующие работы терморегулирующего аппарата. Недостаточность развития терморегуляции объясняется следующими моментами: **малым весом и относительно большой поверхностью кожных покровов, вследствие чего имеется несоответствие между теплопродукцией и теплоотдачей. Поэтому дети теряют тепла больше, чем взрослые, при меньшей способности восстанавливать его.**

Принципы организации закаливания детей.

- *Индивидуальный подход при выборе закаливающих процедур.*
- *Постепенность закаливания.*
- *Систематичность и постоянство закаливания.*
- *Учёт эмоционального состояния ребёнка в момент проведения закаливающей процедуры.*

Рационально проводимое **закаливание** предполагает:

- улучшение адаптации к резко меняющимся условиям внешней среды;
- повышение сопротивляемости организма болезням (уменьшение заболеваемости);
- стимуляцию физического и нервно-психического развития;
- увеличение секреции гормонов коры и мозгового слоя надпочечников, а также гормонов щитовидной— повышение выносливости ребенка к физическим и умственным нагрузкам;
- железы, что позволяет успешно бороться организму с различными инфекционными заболеваниями (это в равной степени и параллельно относится к психологическим инфекциям: агрессии, ложной идее, обману и т.п.);
- улучшение обмена веществ;
- повышение гемоглобина и нормализацией других показателей крови;
- температурное стимулирование выработки гормона роста;
- улучшение общего самочувствия и аппетита.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!