

ОЗДОРОВЛЕНИЕ ДЕТЕЙ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД В УСЛОВИЯХ ДОУ

Драчева В.С., воспитатель

МБДОУ « Детский сад села Графовка Шебекинского района Белгородской области»

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать не только родителям, но и сотрудникам детских садов. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Охрана и укрепление здоровья детей, всестороннее физическое развитие, закаливание организма – вот главная цель сотрудников нашего детского сада. Профилактика простудных заболеваний - в нашем дошкольном учреждении в зимний период и не только, во многом зависит от взаимодействия нас, воспитателей, с инструктором по физической культуре. Известно, что абсолютно любое заболевание намного легче и лучше предупредить, чем потом заниматься его лечением. Лучшая защита от простуды - ее комплексная профилактика.

Основные профилактические принципы просты, которые мы используем в у себя в детском саду хорошо известны всем:

- Закаливающие процедуры;
- утренняя гимнастика;
- физкультурные занятия проводить на свежем воздухе ;
- хождение по ребристой дорожке босиком;
- мыть руки до локтя слегка тёплой водой;
- выполнение санитарно-гигиенического режима;
- постоянное наблюдение за позой ребенка во время игр, занятий

- оптимальная двигательная активность, физическая культура;

- регулярное проветривание, кварцевание и влажная уборка в помещениях;

- достаточное освещение и правильно подобранная мебель;

-исключать возможность выхода на работу персонала, а также детей с признаками гриппа или ОРВИ;

Нельзя забывать, что при подборе зимней одежды необходимо стремиться к оптимальному тепловому комфорту, помня о вредности перегревания детей.

Охрана и укрепление здоровья детей, всестороннее физическое развитие, закаливание организма – вот главная моя цель и цель всех сотрудников нашего ДО.

