

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

В. А. Сухомлинский

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья воспитанников дошкольных образовательных организаций является актуальной.

На протяжении многих лет под здоровьем в обществе понималось отсутствие болезней. Из этого следовало, что здоровьем должен заниматься врач. Однако со временем всем стало понятно, что никто не может помочь человеку улучшить здоровье, если он сам этого не захочет и не будет над этим трудиться. Именно поэтому», Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования одной из важнейших задач образовательной области «Физическое развитие» определяет необходимость воспитания у молодого поколения отношения к здоровью как к жизненной ценности.

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 277» г. Красноярска задачу сохранения и укрепления здоровья воспитанников решает через проект «Лёгкое дыхание», который направлен на сохранение и укрепление здоровья воспитанников через использование солетерапии».

Цель проекта: использование солетерапии для сохранения и укрепления здоровья воспитанников

Задачи для педагогов:

- создать условия по использованию солетерапии для сохранения и укрепления здоровья воспитанников в соответствии с их возрастными особенностями;

- разработать и внедрить план мероприятий в воспитательно-образовательный процесс, направленный на создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников;

Задачи для воспитанников:

- укреплять мышечный тонус руки с помощью механического воздействия кристаллов морской соли;
- снижение уровня заболеваемости, повышение индекса здоровья воспитанников;
- развивать воображение, внимание, усидчивость;
- обогащать знания и представления об окружающем мире.

Задачи для родителей:

- организовать консультативную помощь родителям по вопросам сохранения психофизического здоровья воспитанников через использование морской соли в домашних условиях.

Учеными доказано, кристаллы соли убивают болезнетворные микробы, а организм ребенка становится менее восприимчивым к заболеваниям. В помещениях постепенно изменяется и ионный состав воздуха. При использовании соли в помещении происходит благоприятное изменение ионного состава воздуха. Пары соли помогают устранить проблемы со стороны лор органов, успокаивают нервную систему. Воздух приобретает антисептические свойства, что особенно полезно в период всплесков вирусных заболеваний. Контактная с кожей рук ребенка, кристаллы соли массируют ее, происходит дополнительное раздражение нервных окончаний, улучшается кровоток в мышцах, а значит, более успешно развивается мелкая моторика руки.