Федеральное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад

комбинированного вида № 2 «Сказка»

**Доклад на тему:**

***«*Сохранение и укрепление здоровья детей в современных условиях*»***

***(Актуальность темы)***

Подготовил:

Зам. Зав по ВМР

А.А. Хрипко

2020– 2021 уч. г.

**«Сохранение и укрепление здоровья детей в современных условиях»**

Согласитесь, приятно чувствовать себя **здоровым**, бодрым и весёлым! Ведь как говорили древние греки: *«В****здоровом теле здоровый дух****»*. Одной из главных задач ДОУ, в соответствии с ФГОС, является - Охрана и **укрепление** физического и психического **здоровья детей**, в том числе их эмоционального благополучия. О **здоровье** необходимо заботиться с юных лет. **Здоровье детей** является абсолютной ценностью и включает в себя три уровня - биологическое, социальное и психологическое. В последнее время обоснованную тревогу вызывает состояние **детей** дошкольного возраста. По данным НИИ гигиены и охраны **здоровья**, число **здоровых** дошкольников уменьшилось и составляет лишь около 30 % от числа **детей**, поступающих в школу. И родители, и воспитатели хотят видеть **детей здоровыми**, весёлыми, физически хорошо развитыми. Давайте будем решать эту проблему совместными усилиями. Ребенок испытывает влияние и семьи, и детского сада, поэтому так важно дополнять друг друга в воспитании. Известно, что **здоровье** формируется под воздействием целого комплекса факторов (особенности внутриутробного развития, наследственная предрасположенность, социальные **условия и др**). К наиболее значимым внешним факторам, определяющим развитие ребенка, относится семейное воспитание. Именно родители являются первыми воспитателями ребенка, и задача дошкольного учреждения помогать родителям.

Согласно современной государственной доктрине, **здоровье детей** — это ценность и для нашей страны в целом. Но реальность такова, что с каждым годом **здоровых детей** становиться все меньше. Дошкольное образование в своей основе имеет задачи поддержания и **укрепления физического здоровья детей**. Но это в теории, а на практике часто картина другая: группы переполнены, педагогический процесс перегружен дополнительными занятиями и т. д. На **здоровье детей** в детском саду влияет множество факторов. Один из них это — психологическая атмосфера в дошкольном учреждении, эмоциональное **здоровье взрослых**, работающих с детьми. Необходимо помнить, что непоправимый вред детскому **здоровью наносят грубость**, несправедливость, бестактность, несдержанность. Состояния, которые они вызывают — уныние, тоска, зависть, злость, страх, — самым негативным образом влияют не только на личностное развитие **детей**, но и на их **здоровье**.

Главной целью дошкольного образовательного учреждения должно стать формирование **здоровья детей**, а, следовательно, необходимо формировать **здоровьеукрепляющее пространство в ДОУ**. Основой для построения всей жизнедеятельности **детей в детском саду**, должно стать, прежде всего, заботливое отношение, создание для них спокойной, уютной, доброжелательной обстановки. Помещения детского сада должны отвечать принципам эстетики и эргономики. Немаловажным является и состояние территории детского сада. Продуманность расположения игровых модулей, наличие физкультурного оборудования, эстетика и экологичность беседок для отдыха, озеленение — все это повышает эффективность **оздоровительной работы**.

Режим — основа жизни детского сада. Именно он призван обеспечить спокойную жизнь ребенку, оградить его от стрессовых факторов, **укрепить здоровье**. Родителям необходимо объяснить, что соблюдение режима детского сада *(например, прием ребенка утром)* позволяет ему безболезненно включиться в жизнь группы, а опоздание способствует возникновению тревожности, вредит **здоровью**. Соблюдение режима детского сада непосредственно связано с соблюдением режима в семье. Поэтому воспитатель должен осуществлять просвещение родителей и активно привлекать их к деятельности детского сада.

Другой аспект соблюдения режима — это рациональное построение занятий, их соотношение со свободной деятельностью **детей**. Необходимо грамотно организовывать образовательный процесс,соблюдая следующие правила:

- объем и содержание информации должны соответствовать возрастным особенностям; ненужная информация может привести к переутомлению;

- четко соблюдать режим и сетку занятий;

- помнить, что проявление переутомления у **детей** с разными типами нервной системы разные (активность или снижается или становится *«ненаправленной»*, хаотичной);

- проявляйте гибкость в ходе занятия; помните, что ребенок дошкольник может находиться в статичном положении не более 5–7 минут;

- давать детям возможность переключаться, используя физкультминутки.

Среди многих факторов оказывающих влияние на **здоровье детей**, первое место занимает физическая культура. Занятия физкультурой способствуют гармоничному развитию тела, быстрому восстановлению умственной работоспособности. Но физкультурные занятия, предусмотренные программой, не могут восполнить дефицит двигательной активности. Поэтому возникает необходимость введения в воспитательно — образовательный процесс различных форм физической деятельности.