

## **Проблема здоровьесбережения в ДОУ.**

Мы часто разговариваем о проблемах психического характера, и намного меньше, об одном из самого важного в развитии детей, особенно младшего возраста, - важности воспитания физически здорового ребенка. Родители часто жалуются на то, что многие дети постоянно болеют, у них снизился иммунитет, часто возникают хронические заболевания. Все это я наблюдала в последние десятилетия в нашем дошкольном образовании и непосредственно в нашем ДОУ. Согласно последним данным статистики, можно сделать выводы о том, что ухудшение здоровья детей прогрессирует, и даже, к сожалению, появляются новые заболевания. А именно, в последнее время, сформировалась негативная тенденция ухудшения здоровья детей, и она выше, чем у взрослых, в несколько раз. Таким образом, охрана здоровья детей должна стать важным фактором в дошкольном образовании. Именно в дошкольном возрасте формируются все важные функции развития организма (физическое развитие и нервная система). Очень часто причины серьезных заболеваний взрослых надо искать именно в детском возрасте, и это очевидно. Анализ состояния здоровья детей в последние годы говорит о том, что число часто болеющих детей постоянно растет. И проблему становления и формирования здоровья человека в будущем надо серьезно рассматривать в период развития и роста. Уже у детей старшего дошкольного возраста могут наблюдаться различные проблемы со здоровьем: нарушения осанки (может сказываться малоподвижный образ жизни), бронхо-легочные заболевания (а это «бич» современности), частые психосоматические заболевания (из-за проблем с адаптацией ребенка и психологических проблем), нарушения зрения (влияние телефонов и современных гаджетов). Все эти заболевания и проблемы, в силу многих причин только прогрессируют. У детей не всегда правильно формируется осанка, строение стопы ног, и другое, так как у многих практически нет возможности играть в подвижные игры на улице и дома, а родители часто предпочитают предложить детям игры на планшете или просмотр мультфильмов, они мало находятся на свежем воздухе, и если на это вовремя не обратить внимание, то в дальнейшем ситуация может только усугубляться. Чтобы вырастить полноценного ребенка, его здоровьем и возникающими проблемами, надо заниматься и, как минимум, предоставлять и делать все то, из чего будет формироваться здоровый организм ребенка. Иными словами, ребенок не может еще заботиться о своем здоровье сам, и этим должны заниматься мы, взрослые (педагоги, родители, медперсонал).

В нашем МКДОУ «Солнышко» г. Сухиничи, как и в других ДОУ, эта

проблема также является актуальной. Так как за последние десятилетия общая картина состояния здоровья детей стала достаточно тревожной. Дети часто болели простудными заболеваниями, особенно в осенне-зимний период, число пропусков детьми ДОО увеличивалось в период эпидемии и в период резких перепад температур на улице. Эту проблему я, соответственно совместно с коллегами, попыталась оптимизировать с помощью здоровьесберегающих технологий и обратившись за помощью к медицинской сестре и специальной литературе.

Педагогами нашего ДОО и ранее использовались элементы здоровьесберегающих технологий (по системе Базарного В.Ф. и других), и я попробовала собрать методики воедино и использовать систематически, в соответствии с возрастом. Именно поэтому, в наших ежедневных действиях необходимо прививать ребенку навыки здорового образа жизни и постоянно применять их на практике. Ребенку надо объяснить, как правильно заботиться о своем здоровье.

Цель сохранения и укрепления здоровья достигается за счет использования разнообразных технологий, применяющихся с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса — педагогов, администрации, специалистов, медиков, детей и их родителей. Мы будем рады помочь вам, уважаемые родители, вырастить психически и физически здоровых детей.