**Использование приемов оздоровления детей младшего дошкольного возраста в системе работы в ДОУ**

Высочайшие темпы развития общества предъявляют все более высокие требования к человеку и его здоровью, но в последние годы наблюдается заметное ухудшение состояния здоровья детей.

Это обусловлено многими факторами. Помимо неблагоприятных климатических особенностей, на здоровье детей отрицательно влияют ухудшение экологической обстановки, электронно–лучевое, «металло–звуковое» облучение (компьютерные игры, длительный просмотр телевизора и т. д.), неправильный образ жизни семьи.

На состояние здоровья человека оказывают влияние различные факторы: состояние здравоохранения – 10%; наследственность – 15%; состояние окружающей среды – 25%; социальные условия, образ жизни – 50% (данные ВОЗ)

К актуальным проблемам детского здоровья относятся:

- гиподинамия – нарушение функций опорно-двигательного аппарата,

кровообращения, дыхания, пищеварения;

- детские стрессы – нервные расстройства вследствие отрицательной

психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе;

- тревожность – недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье;

- недостаток информации.

В настоящее время имеются данные, согласно которым только 14% из

каждой тысячи детей в возрасте до 15 лет могут считаться практически

здоровыми. Остальные либо имеют выраженные отклонения в состоянии

здоровья (50%), либо страдают хроническими заболеваниями (35%).

Согласно исследованиям специалистов, 75 % болезней взрослых заложены в детстве. Если двадцать пять лет назад рождалось 20-25 % ослабленных детей, то сейчас число "физиологически незрелых" новорожденных утроилось. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз (данные Т.Я. Чертюк, З.С. Макаровой, М.Н. Беловой, Б.Н. Капустян и др)

Заболеваемость детей дошкольного возраста остается высокой, несмотря на успехи профилактической медицины. Наибольшая доля ОРВИ в структуре заболеваний органов дыхания приходится на возраст 1- 6лет. По данным Т.Л. Богиной(1988)[4] респираторные и респираторно-вирусные инфекции составляют в целом от 78,7 до 92% всех случаев. Средняя продолжительность одного заболевания детей находится в пределах 11-14 дней. Около 20% детей болеют ОРВИ практически ежемесячно, формируя группу так называемых ЧБД.

Практика показывает, что решить проблему сохранения и укрепления здоровья детей одной медицине не под силу. К тому же установка на здоровье а, соответственно, на здоровый образ жизни не появляется у человека сама собой, а формируется в результате определённого педагогического воздействия.

Вот почему укрепление здоровья детей – актуальнейшая проблема

современного образования.

В соответствии с Законом РФ «Об образовании» (статья32) ответственность за жизнь и здоровье детей несет образовательное учреждение. В.А.Сухомлинский[15] писал: «Я не боюсь еще и еще раз повторять: забота о здоровье ребенка- это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, прочность знаний, вера в свои силы».

Дошкольное образовательное учреждение-первая ступень, обеспечивающая развитие дошкольника в полноценную и гармоническую

личность. Это возможно лишь при условии обеспечения физического здоровья, психоэмоционального благополучия ребенка, формирования потребности детей в здоровом образе жизни.