**Здоровье детей в детском саду»**

«Здоровье детей в детском саду»

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами является **здоровье каждого ребёнка**

Весь распорядок дня в дошкольном учреждении должен быть направлен на то, чтобы сохранять и укреплять установку **детей на то**, что **здоровье** – это главное богатство человека и ценность - **ЗДОРОВЬЕ**.

Чтобы улучшить **здоровье детей в детском саду**, нужно соблюдать несколько достаточно простых правил. Для начала, если ребенку только предстоит поступить в **детский сад**, нужно заняться укреплением его иммунитета. Так, нужно давать ребенку гулять на свежем воздухе, обеспечивать содержание в ежедневном рационе ребенка всех необходимых витаминов и минеральных веществ.

Иммунитет можно было бы назвать приобретенной памятью, которая включает и сделанные в течение жизни вакцины.

Факторы, которые влияют на переносимость инфекции:

1. наследственность;

2. наличие прививок для профилактики заболеваний:

3. закаливание;

4. подверженность аллергии;

5. нехватка витамина D;

6. санитарная обстановка, экология, окружающая обстановка и прочие внешние факторы.

Однако основная причина частых болезней все же психологическая. Начало посещения **детского** сада для большинства **детей** является огромным стрессом, и болезненно переживать его они могут от недели до нескольких месяцев. Тяжелее адаптируются дети, отданные в **детский сад ранее трех лет**.

Задача взрослых при формировании культурно-гигиенических навыков, развивать самоконтроль при выполнении правил и норм личной гигиены.

Нас всех много лет поражает грустная статистика частоты заболевании **детей**дошкольного и младшего школьного возраста. Каждый третий ребенок имеет отклонения в физическом развитии. Сейчас положение еще больше ухудшилось: 50 – 80 % **детей** имеют различные заболевания. Причин тому множество: и экономических, и социальных, и генетических, и медицинских. Одна из них это не внимание взрослых к **здоровью своего ребенка**.

**Здоровье детей в детском саду** — это ответственность и персонала сада, и родителей. Общими усилиями нужно постараться создать детям все условия для правильного и **здорового развития**.