**«Актуальные проблемы физического воспитания детей дошкольного возраста»**

Сбережение и закрепление самочувствия дошкольников считается животрепещущей задачей физиологического воспитания дошкольников. В реальное время неувязка профилактики и оздоровления дошкольников купила особенную актуальность для большинства дошкольных образовательных учреждений. Это неслучайно, например как социально – экологическая амуниция множества населенных пунктов РФ считается негативной для становления детского организма. В также время к ребенку предъявляются завышенные запросы со стороны воспитателей и опекунов, собственно что содействует его переутомлению, нервному перевозбуждению и формированию неподвижного вида жизни.
Изучения говорят о том, собственно что современные малыши в большинстве собственном чувствуют "двигательный дефицит", то есть численность перемещений, выполняемых ими в направление дня, ниже возрастной общепризнанных мерок. Не тайна, собственно что и в образовательном учреждении, и жилища малыши огромную доля времени присутствуют в статичном положении (за столами, у компов и телевизоров и т.д.). Это наращивает нагрузку на конкретные группы мускул и вызывает их усталость. Понижаются мощь и функциональность скелетной мускулатуры, собственно что тянет за собой нарушения осанки, плоскостопие, задержку становления быстроты, ловкости, координации перемещений, выносливости, эластичности и т.д. Не считая такого, в процессе подъема организма по разным негативным основаниям имеют все шансы появиться деструкции позвоночника, ног и стоп, собственно что сейчас сталкивается достаточно нередко. Неумение малыша верно содержать своё труп воздействует не лишь только на его наружный вид, но и на положение внутренних органов, его самочувствие. Недостатки осанки приводят к усилению негативных тенденций работы органов и систем возрастающего организма, тем более это воздействует на функциях костно-мышечного аппарата, душевно - сосудистой системы, дыхательного аппарата.

Отчего у передовых ребят нередко имеется несоблюдение осанки? Бесспорно, к количеству наиглавнейших оснований идет по стопам отнести возвышенный процент рождаемости ослабленных ребят, уменьшение двигательной энергичности по причине приоритета "умственных" занятий и, как последствие, понижение мышечного тонуса, а еще общая бессилие мускул, неспособных сдерживать осанку в верном положении. Принципиально, как возможно прежде начать профилактику недостатков осанки и корректировку имеющегося облика ее нарушения, дабы в школе у малыша не появились завышенная утомляемость, головные боли и боли в мышцах тела.
Медицинская  статистика беседует о том, собственно что в последнее время возросло численность ребят, имеющих всевозможные нарушения опорно-двигательного аппарата (известно, собственно что больше 50% обучающихся исходной средние учебные заведения имеют нарушения осанки). В связи с данным растет смысл организации работы профилактической и оздоровительной направлении именно в критериях образовательного учреждения, в частности, детского сада, где малыш располагается каждый день и где, значит, наличествует вероятность гарантировать своевременность и регулярность профилактических и оздоровительных воздействий.
В следствие этого в дошкольном образовательном учреждении нужна разведка свежих раскладов к оздоровлению ребят, основанным на профилактических и оздоровительных событиях, разработке конкретных критерий для периодического, профилактического воздействия на возрастающий организм малыша. Федеральный Муниципальный Образовательный Стереотип Дошкольного Образования ориентирован на заключение множества задач, в что количестве на службу охраны и закрепление физиологического и психологического самочувствия

 ребят.
Эту работу в детском саду воплотит в жизнь инструктор по физиологической культуре и педагоги. До этого, чем начать работу по профилактике нарушений ОДА и оздоровлению дошкольников, педагогам нужно восполнить познания: собственно что это опорно-двигательный установка, предпосылки его болезней, типы нарушений осанки (работа с онлайном, консультации мед персонала и инструктора по физиологическому воспитанию). В начале года, вместе с мед персоналом нужно выполнить прогноз самочувствия, а вслед за тем квалифицировать проект событий на год. В всякой возрастной группе составить проект – схему для проведения профилактических и оздоровительных событий в режиме дня. На протяжении всего денька в группе нужно поддерживать подходящий двигательный режим: физкультурные занятия, физкультминутки, подвижные игры, пальчиковая гимнастика, игры на бодром воздухе, здоровьесберегающие технологии в режиме дня. Для установленной цели ставятся надлежащие задачки, которые представлены на слайде.
Занятия физиологическими упражнениями выжны в всяком возрасте. С юношеских лет и до глубочайшей старости человек в состоянии исполнять упражнения, укрепляющие его организм, оказывающие самое многообразное влияние на все его системы. Они рождают ощущение свежести и особенной веселья, знакомое любому, кто постоянный увлекается физической культурой или же любым обликом спорта.

В работу для профилактики и оздоровления дошкольников стоит подключить эти способы как:
1.Физиологические упражнения: с предметами, без предметов, из различных начальных положений, с внедрением спортивного инструментария, необычного оснащения.

Физиологические упражнения силового и расслабляющего нрава.
3.Дыхательные упражнения по способу Стрельниковой А.Н.: «Ладошки», «Ушки», «Погончики», «Кошка». «Обними плечи».
4.Закаливающие процедуры, дешевые в критериях дошкольного учреждения: промывание носа проточной водой, пространное умывание, точечный массаж в области носа, самомассаж; оздоровительные занятия проводить с раскрытой фрамугой, с босыми ногами, в облегченной одежке (шорты, майка, носки), сухое растирание махровой рукавичкой.
5.Утреннюю гимнастику: танцевальные перемещения, главные перемещения, подвижные игры, зарядка с одним спортивным предметом «Зарядка с мячом», «Зарядка с обручем», беговые поручения, «Дорожка здоровья», силовая зарядка.
Нужно ввести согласие в раскладе к укреплению самочувствия ребят в детском саду и жилища. С данной целью периодически проводить родительские собрания, консультации знатоков, раскрытые просмотры занятий, общие занятия, спортивные досуги,
праздничные дни и утехи, родительский институт, неделя раскрытых дверей, неделя самочувствия.
Отношение опекунов к физиологическому воспитанию, к увлечению ребят подвижными играми и упражнениями воздействует на составление детских интересов и предпочтений, на становление у их культуры и стремления производить здоровый тип жизни. Опекуны разъясняют ребятам, как принципиально днем торопиться в ребяческий сад на утреннюю гимнастику. К приобщению здорового вида жизни могут помочь общие оздоровительные занятия, спортивные события.
Неувязка оздоровления ребят это целенаправленная, постоянный спланированная работа всего коллектива дошкольной образовательной организации и опекунов. Как раз эта конфигурация общей работы воспитывает у ребят культуру ценностей и познаний, которые применяются для становления телесных и умственных возможностей человека, для закрепления и хранения самочувствия.