

Консультация для родителей «Как сформировать у детей правильное отношение к своему здоровью»



Благоприятные условия развития, обучения и воспитания ребёнка-дошкольника могут быть реализованы лишь при условии тесного взаимодействия двух социальных институтов – детского сада и семьи. Важным элементом семейного воспитания является формирование у детей правильного отношения к своему здоровью. Однако многие исследователи констатируют явно недостаточную активность родителей в этом аспекте воспитания. Степень грамотности педагога в вопросах здоровья определяет уровень воспитанности детей, умение адаптироваться к условиям жизни, их стремление к познанию самих себя.

Никто из родителей не будет возражать против убеждения, что развитие ребенка, его личностных качеств во многом определяется взаимоотношениями, которые складываются у него с его близкими. Точно также и отношение детей дошкольного возраста к своему здоровью зависит от ближайшего окружения.

Формирование у ребенка навыков безопасного для жизни и здоровья поведения должно строиться на воспитании тех или иных привычек. Очень важно, чтобы привычки формировались вовремя. Так в возрасте 3-4 лет ребенок должен не только уметь сам раздеваться, но и иметь привычку аккуратно складывать свои вещи, ставить на место свою обувь.

Привычка формируется тогда, когда возникает новый вид деятельности, появляются новые обязанности. Поэтому родители с особым вниманием должны относиться к тем действиям, которые встречаются в жизни ребенка впервые. Каждое указание взрослых на необходимость выполнения того или иного действия должно сопровождаться объяснениями, почему его нужно выполнять. Все объяснения должны быть как можно более доступны и понятны ребенку. Для закрепления привычки большое значение имеет похвала взрослого.

Большую роль играют оценки взрослых. Ребенок, воспринимая их, дальше использует их как критерии определения своего собственного мнения, своих собственных действий, связанных со здоровьем. Например, очень заботливая мама активно перекармливает ребенка, приговаривая : «Ешь побольше, будешь здоровым! » В этом случае у ребенка формируется неправильное отношение к здоровью.

Причиной формирования определенного отношения к здоровью у ребенка являются сами взрослые, как носители определенных физических и психических качеств. Человек, который сам не выглядит здоровым или пренебрежительно относится к своему здоровью, не может сформировать правильное отношение к здоровью у ребенка.

Одним из способов опосредованного воздействия по формированию правильного отношения к своему здоровью у ребенка является использование любимых игрушек. Взрослые должны помнить, что ребенок не имеет достаточных знаний, чтобы принять их просьбу, указание. Когда же во взаимодействии с взрослым участвует его любимая игрушка. Ребенок должен помогать игрушке осуществлять все нужные действия: вовремя вставать утром, делать зарядку, умываться, принимать пищу, одеваться и т. д. Подобный прием можно использовать для подготовки ребенка к неприятной процедуре: например, поход к стоматологу.

Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребёнка, им не всегда удаётся грамотно решить многие вопросы и возникшие проблемы, тем более, что многие дети большую часть времени находятся в детском саду. Поэтому ДОО должно оказать существенную помощь семье в сохранении и укреплении физического и психологического здоровья ребёнка.

ПОМНИТЕ: Здоровье детей – будущее страны, основа её национальной безопасности.