Доклад

На тему: «Вредные привычки детей дошкольного возраста»

 Подберезкина Н.А.

Профилактика вредных привычек среди детей.

Профилактика вредных привычек – это реально действующий способ, который поможет многим людям в преодолении вредных привычек. Избавиться от серьезных увлечений довольно сложно, но все, же можно. С вредными привычками надо бороться, а сила воли поможет их победить. Самое главное этого захотеть. Необходимо снизить вероятность возникновения вредных привычек к минимуму, путем бесед на тему опасности вредных привычек, приобщению к физической культуре и спорту, развитию творческих способностей и так далее. Семья была, есть и остается наиболее важным фактором, влияющим на его развитие, на формирование личности и мировоззрения. Именно в семье ребенок получает свой первый опыт социального взаимодействия, общаясь с родителями, с братьями и сестрами. Очень важно, чтобы в семье царила атмосфера любви, доброжелательности, взаимоуважения, чтобы контроль со стороны родителей не был избыточным и не мешал развитию самостоятельности и ответственности детей. Одной из задач образовательных учреждений является организация просветительской работы, направленной на профилактику вредных привычек. Каждый школьник знает о том, что такое здоровый образ жизни, но почему-то некоторых ребят он совершенно не привлекает. Здоровый образ жизни — это, прежде всего, работа над самим собой. Человек должен правильно питаться, заниматься спортом и, что самое главное, отказаться от всех вредных привычек навсегда. Правильное питание, распорядок дня позволяют ребёнку гораздо лучше усваивать школьную программу. Физическое и умственное здоровье — это взаимосвязанные понятия. Главное – ориентировать ребенка на здоровый образ жизни. Здоровый образ жизни – это поведение, стиль жизни, способствующий сохранению, укреплению и восстановлению здоровья. Научить ребенка бережно относиться к своему здоровью, строить гармонично свои отношения с окружающим миром — важнейшая задача родителей и педагогов (воспитателей). Необходимо проведение разъяснительной работы среди родителей воспитанников по профилактике вредных привычек: наличие и постоянное обновление стендов для родителей в ДОУ. На таких стендах должны находиться материалы бесед, лекций, проводимых с родителями, статистика, факты реального вреда вредных привычек, план встречи и бесед со специалистами по искоренению вредных привычек, рисунки, плакаты детей разных групп по тематике: «Скажи вредным привычкам: «НЕТ!» Воспитатели должны проводить как индивидуальную беседу, так и общую работу с родителями, поскольку уровень отношений с родителями сильно влияет на развитие ребенка. Родители иногда не владеют важной информацией и сами дезорганизуют детей, подают им неправильные примеры поведения, не знают, как общаться с ребенком и т.д. Отказываясь от вредных привычек, вы делаете выбор в пользу здоровья, счастья и долголетия!