

Консультация для родителей

«Зависимость здоровья детей от состояния окружающей среды»



Здоровье – это состояние физического, психологического и социального благополучия ребенка. От состояния здоровья нынешних детей напрямую зависит будущее нашего города, страны и всего мира. Поэтому, здоровье ребенка - забота не только медиков, но также семьи и общества в целом. На здоровье детей оказывают прямое влияние факторы экологии. Не случайно большинство из нас всегда стремится к природе - в горы, в лес, к берегу моря, озера или реки. Здесь и взрослые, и дети чувствуют прилив сил. Оказывается, окружающий ландшафт способен оказывать на эмоциональное состояние ребенка различное влияние. Пребывание на свежем воздухе и созерцание красот природы успокаивает нервную систему и стимулирует жизненный тонус. Воздух около текущей воды бодрит и освежает - в нем содержится большое количество отрицательных ионов, положительно влияющих на здоровье. По этой же причине свежим и чистым для нас представляется воздух после грозы.

Однако в современных условиях крупного города на здоровье и настроение детей оказывают негативное влияние множество отрицательных

экологических факторов. Это загрязненный воздух и водоёмы, пыль, вода из водопровода, которую не случайно многие называют «мёртвой», острая нехватка озелененных зон для отдыха.

Задача родителей и педагогов – минимизировать влияние вредных экологических факторов на здоровье и настроение детей. Для этого следует проводить больше времени на свежем воздухе за городом, использовать фильтры для питьевой воды, очистители и ионизаторы воздуха. Так же необходимо следить за рационом и составом употребляемых в пищу продуктов питания, ограничить использование детьми электроники.

Ключевым моментом является экологическое воспитание детей дошкольного возраста, которое включает в себя:

- воспитание гуманного отношения к природе (нравственное отношение);*
- формирование системы экологических знаний и представлений (интеллектуальное развитие);*
- развитие эстетических чувств (умения увидеть красоту природы, восхищаться ею, желания сохранить ее);*
- участие детей в посильной для них деятельности по уходу за растениями и животными, по охране и защите природы).*

Задача взрослых - помочь детям накопить первый багаж ярких, эмоциональных, живых впечатлений и достоверных представлений о природе. Ребенок с раннего детства исследует окружающий мир, тянется к красивому, яркому. Всё это он может увидеть в природе, и всё это для него впервые, всё удивляет и радует.

Исключительно важно для формирования основ экологического сознания пробудить у малыша интерес к природе, к жизни растений и животных, к явлениям неживой природы. Необходимо не только показать детям,

какой прекрасный мир их окружает, но и доступно объяснить, почему нужно любить и беречь природу.

Какие методы приобщения ребенка к природе наиболее эффективны? Прежде всего постоянные, многократно повторяющиеся наблюдения за животными, растениями, объектами и явлениями неживой природы в сочетании с играми, поисковыми действиями, чтением детских книг, потешек, с музыкальной деятельностью, просмотром телепередач.

Взрослый должен помочь малышу открыть для себя окружающий мир природы, полюбить его, как общий дом, равно необходимый всем, кто в нём живёт. Именно это должно найти отклик в душе каждого ребенка. Главный смысл экологического воспитания – подвести детей к пониманию того, что мы вместе, и каждый из нас в отдельности в ответе за Землю, и каждый может сохранять и приумножать ее красоту.

