

МДОУ «Детский сад №157»
Консультация
«Здоровье детей – забота взрослых»

Педагог-психолог Ломакин Г.Л.

Здоровье детей – одна из самых важных забот взрослых. На страже здоровья детей стоят медицинские работники, родители, воспитатели. Однако, дети болеют довольно часто. Почему же так происходит

Одна из причин такой ситуации в том, что взрослые, старательно заботясь о здоровье ребенка, самому малышу в этом важном деле отводят второстепенную роль. Но ведь здоровье – это естественная работа ресурсов человека, обеспечивающая уму состояние полного физического, психического и социального благополучия. Ресурсов самого человека! Чтобы быть здоровым, человек должен сам уметь пополнять и развивать свои ресурсы, чтобы противостоять различным вредностям нашей жизни.

Конечно, осознанно сам ребенок это сделать не может, но те взрослые, которые рядом с ним, должны это хорошо понимать. Понимать, что нужно не просто охранять здоровье детей, а учить малышей оздоравливаться самостоятельно. Естественные средства оздоровления известны каждому школьнику. Это физкультура, прогулки, закаливание, правильное питание, сон, хорошее настроение.

На наших занятиях мы как раз и формируем у детей представление кто такой здоровый человек, знакомим их с основными средствами естественного оздоровления, будем учить играть в «здоровье».

Но понятно, что без участия родителей эта работа малоэффективна. Поэтому нам очень хочется согласовать наши усилия в деле оздоровления детей. Приглашаем уважаемых родителей включиться в эту работу. Ведь дети смотрят на своих пап и мам, и все повторяют за ними. А раз у детей еще сохранилось такое безоговорочное доверие к своим родителям, то было бы здорово показать им полезный пример семейного оздоровления.

