



Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение детский сад
«Мечта»

Консультация на тему: «Физическое и психическое здоровье ребенка - залог благополучия семьи»

Анонс:

- Роль семьи (чаще матери) в становлении и развитии психики детей;
- Влияние семьи на психическое развитие ребенка;
- Что такое неврозы у детей.
- Физическое воспитание как неотъемлемая часть гармоничного развития ребенка;
- Какие дети имеют лучший иммунитет;
- Основы правильного физического здоровья.

Консультацию подготовили:

- заместитель заведующего - Балашова В.В.;
- педагог – психолог , учитель – дефектолог Коваленко Л. Л.
- инструктор по физической культуре – Баранова Л.Н.

2022 г.



Семья и ее роль в жизни ребенка



- Семья – это малая социальная группа, основанная на браке, кровном родстве, члены которой связаны общим бытом, взаимной моральной и материальной ответственностью
- Уникальность семейного воспитания в том, что семья действует постоянно (это первое окружение ребёнка), постепенно приобщая ребенка к социальной жизни с учетом его полоролевого поведения и поэтапного расширения его кругозора и опыта.



Роль семьи в психическом развитии ребенка

Норма психического развития

это те достижения, которые демонстрируют дети согласно их возрастной норме



Психическое развитие – процесс количественных и качественных изменений, происходящих в познавательном, эмоционально-волевом и личностном развитии ребёнка.



На психическое развитие ребёнка влияют



1. основные (реальные) воспитатели
2. стиль воспитания в семье
3. собственно личностный, нравственный и творческий потенциал семьи.
4. структура семьи

Детский невроз

Причину детского невроза часто нужно искать совсем рядом: переживания передаются ребенку от родителя



«Душевный накопитель»: как появляется невроз у ребенка

На практике причины могут сочетаться: трудное время в семье, ребенку достается от родителей, и воспитательница (учительница) добавляет последнюю каплю.



чему невроз бывает не у всех

Родителям следует особенно беречь и не перегружать негативом детскую нервную систему в следующих случаях:

- кто-то из родственников страдает от неврозов или психических заболеваний;
- ребенок во время беременности или в родах получил повреждение нервной системы и наблюдался у невролога в первые месяцы жизни;
- ребенок по темпераменту меланхолик, тонко чувствует мир, но быстро утомляется, часто плачет.



Лечение неврозов

Лечение неврозов у детей — дело непростое и длительное. Работать предстоит не только с ребенком, но и со всей семьей



1. Родители должны поискать источник негатива в себе
2. Не заострять на проявлениях невроза свое внимание
3. Обратиться к специалисту, если самостоятельно не справиться

Чего делать нельзя

- Нельзя ждать, что «само пройдет».
- Нельзя винить себя
- Нельзя винить ребенка





Как научить ребенка справляться с негативом

Научить малыша «открывать пробку» и избавляться от лишних душевных переживаний:

- Рисовать настроение красками на большом листе бумаги. Можно нарисовать страх или злость, а потом сжечь рисунок.
- Выйти в лес или на пустырь и просто покричать.
- Устроить «день туалетной бумаги». Ее можно рвать, кидать, раскатывать.
- Просто посмотреть на огонь. Лучше развести костер.
- Поиграть с водой. Представить себе, как все печали утекают в водосток.
- Бегать, прыгать, играть в подвижные игры, гулять. Движение — отличный способ успокоить нервы.
- Сделать ребенку массаж.
- Зарядиться позитивом от просмотра семейных фотографий и воспоминаний о счастливых моментах.
- Сделать «волшебный» медальон, который «заряжается» любовью, когда мама крепко обнимает ребенка перед тем, как оставить его в саду. В медальон он жалуется, если его ругают.



Тест "Какой вы родитель"

Какие из выражений вы чаще употребляете при общении с детьми:

1. Сколько раз тебе повторять! (2 балла)
2. Посоветуй мне, пожалуйста! (0 баллов)
3. Не знаю, что бы я без тебя делал (а)! (1 балл)
4. И в кого ты только уродился! (2 балла)
5. Какие у тебя замечательные друзья! (1 балл)
6. Ну на кого ты похож(а)! (2 балла)
7. Я в твоё время! (2 балла)
8. Ты моя опора и помощник! (1 балл)
9. Ну что за друзья у тебя! (2 балла)
10. О чём ты только думаешь! (2 балла)
11. Какая ты у меня умница! (1 балл)
12. А ты как считаешь, сынок (доченька)? (2 балла)
13. У всех дети как дети, а ты! (2 балла)
14. Какой ты у меня сообразительный! (1 балл)