

Консультация для
родителей

«Берегите нервную систему ребёнка»

Гатина Р.М.
Ст.Психическая 2022г.(Декабрь)

Дошкольный возраст характеризуется быстрым темпом роста и развития всех органов и систем, в том числе и нервной системы ребёнка. В этом возрасте она пластична, но вместе с тем и легко ранима. Это обязывает нас- взрослых бережно относиться к ребёнку. Огромное значение имеет спокойная обстановка в семье.

Чтобы ребёнок рос спокойным, большое значение имеют, и предоставление ему возможности играть и заниматься в специально отведённом для него уголке, и режим тишины и главное, доброжелательные отношения между членами семьи. Пагубно влияют на детей скандалы в семье, неуважительное отношение, резкость в обращении. Даже просто повышенный тон выводит малышей из равновесия. К нервозности и неуравновешенности приводят чрезмерные и частые запреты: "не убегай", "не трогай". Бесконечные "не" угнетают ребёнка. Нельзя забывать о том, что требования к ребёнку должны быть едиными посильны для выполнения, тон спокойный и приветливый.

Шумная обстановка в доме является одним из сильнейших раздражителей нервной системы ребёнка. Постоянный шум приводит к быстрому утомлению, ухудшению памяти, снижению внимания. Очень плохо влияет на ребёнка привычка взрослых громко разговаривать. Ребёнок привыкает к высоким раздражителям, перестаёт реагировать на простой тон, начинает сам говорить громко.

Приходя домой из детского сада, наполненный впечатлениями дня, малыш дома должен быть окружён покоем, и вся обстановка должна его как бы подготовить к ночному отдыху. Этому способствуют и спокойные игры, и занятия. К спокойным играм относятся постройки из лего выкладывание узоров из мозаики, собирание пазлов.