**Консультация для родителей**

**«ВОСПИТЫВАЙТЕ ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ С ДЕТСТВА»**

|  |
| --- |
| Соблюдение норм здорового образа жизни – надёжная профилактика многих заболеваний. И если Вы хотите, чтобы Ваш ребёнок рос здоровым и крепким, Вы должны позаботиться о том чтобы требования, которые предъявляются к ребёнку, соблюдались всеми членами семьи.  Вы должны не только говорить ребёнку, что надо мыть руки, но и научить его это делать правильно: хорошо намылить руки и смыть всю пену, а затем досуха вытереть полотенцем.  Не забывайте напомнить ему, что руки надо мыть перед едой, после посещения туалета, возвращения с прогулки, игр с животными.  Умеет ли Ваш ребёнок правильно чистить зубы? Покажите ему, как это делается. Чтобы очистить промежутки между зубами от остатков пищи, необходимо верхний ряд зубов чистить движениями шётки сверху вниз, нижний – снизу вверх, причем надо «пройтись» и по внутренней стороне зубов, и делать это утром и вечером.  Научите ребёнка бережному, аккуратному отношению к своим вещам — одежде, книжкам, игрушкам. Вечером он должен собрать игрушки, сложить книжки. Одежду, снятую перед сном, аккуратно сложить.  Приятно смотреть на ребёнка, который сидит за столом прямо, не кладёт локти на стол, ест не торопясь, пользуется столовыми приборами и салфеткой. Всему этому его также надо научить. И не только потому, что это правила культуры поведения, но и потому, что еда наспех, плохо пережеванная пища вредна для здоровья.  Гигиеническое воспитание детей в семье может быть успешным только при согласованности действий семьи и детского сада.  Характер ребенка зависит от вас «Вот это характер», - говорим мы с восхищением. «Ну и характер!»- произносим, когда негодуем. Каждый, опираясь на свой опыт, понимает под характером определенное сочетание индивидуаьных особенностей человека. Основными свойствами характерапринято считать три группы качеств, проявляющихся:   * в отношении к деятельности, какому-либо поручению (трудолюбие, добросовестность, настойчивость, усидчивость, самостоятельность); * в отношении человека к самому себе (гордость, чувство собственного достоинства); * и к окружающим (заботливость, отзывчивость, доброта, чуткость).   Названные качества одинаковы по важности и воспитываются одновременно. Однако в воспитании детей с различными индивидуальными особенностями важно опираться на положительные особенности высшей нервной деятельности, изменяя при этом нежелательные их проявления.  Так, у подвижных, уравновешенных детей особое внимание обращают на воспитание устойчивых интересов, устойчивых нравственных мотивов поведения. При правильном решении этой задачи у ребенка появится терпеливость, упорство, которого до сих пор не было, и умение доводить начатое дело до конца.  Воспитание нравственных чувств позволит ребенку сознательно выполнять правила и требования взрослых, предупредит развитие таких качеств, как легкомыслие и самоуверенность.  В воспитании детей другого типа – возбудимых, неуравновешенных – родители предупреждают их вспыльчивость, воспитывают самообладание, настойчивость, умение правильно оценивать свои силы, обдумывать решения и этапы своей деятельности. Взрослые должны быть и требовательными и терпеливыми. Взрослые не уговаривают, а объясняют, оставаясь требовательными. У медлительных детей развивают умение быстро переключаться с одного дела на другое.  Полезно делать с ними что- то наперегонки. У ранимых детей воспитывают веру в свои силы, инициативность, самостоятельность. Нельзя запугивать чувствительных детей – им и так свойственна боязливость, страх перед новым.  При посторонних нельзя обращать внимание на проявления застенчивости или неправильные действия ребенка. В воспитании не применяются строгие наказания или угроза наказанием в ответ на неуверенность ребенка. |