

**Муниципальное образовательное учреждение
«Детский сад №30» «Берёзка»
г. Йошкар – Ола**

Консультация для родителей

*Как наше здоровье и настроение связаны с
заботой об окружающей среде*

Воспитатель Александрова Н.В.



Берегите эти земли, эти воды,
Даже малую былиночку любя.

Берегите всех зверей внутри природы,
Убивайте лишь зверей внутри себя

Е. Евтушенк

Родители не в силах повлиять на такие факторы, как загрязнение атмосферы вредными выбросами промышленных предприятий и выхлопными газами автомобилей. Но снизить воздействие вредных факторов экологии на здоровье детей – ответственность родителей.

Тревоги родителей относительно взаимосвязи между экологией и здоровьем детей не беспочвенны. Загрязненный воздух и вода, некачественный состав продуктов питания, городской шум и другие неблагоприятные факторы окружающей среды негативно воздействуют на физиологические функции организма, вызывают хронические заболевания, ухудшают самочувствие ребенка, тормозят процессы физического и умственного развития. Аллергические реакции, бронхиальная астма, авитаминоз, опухоли, врожденные пороки, хроническая усталость и гиперактивность – эти и многие другие нарушения здоровья возникают вследствие катастрофического загрязнения окружающей среды. Родители не в силах повлиять на такие факторы, как загрязнение атмосферы вредными выбросами промышленных предприятий и выхлопными газами автомобилей. Но снизить воздействие вредных факторов экологии на здоровье детей – ответственность родителей.



Формируя гуманное отношение к природе, необходимо исходить из следующего: главное, чтобы ребенок понял, что человек и природа взаимосвязаны, поэтому забота о природе есть забота, о человеке, его будущем, а то, что наносит вред природе, наносит вред человеку, следовательно, действия, в результате которых разрушается общий для всех нас Дом, безнравственны.

Чувства сострадания, сопереживания определяют действенное отношение детей к природе, выражающееся в готовности проявить заботу о тех, кто в этом нуждается, защитить тех, кого обижают, помочь попавшим в беду (разумеется, речь идет о животных, растениях и т.д.). А активная позиция, как правило, способствует овладению умениями и навыками по уходу за комнатными растениями, домашними животными, зимующими птицами и т.д. кроме того, умение сопереживать, сочувствовать постепенно вырабатывает эмоциональное табу на действия, причиняющие страдание и боль всему живому.

Очень важно показать детям, что по отношению к природе они занимают позиции более сильной стороны и поэтому должны ей покровительствовать, должны ее беречь и заботиться о ней, а также уметь замечать действия других людей, сверстников и взрослых, давать им соответствующую нравственную оценку и по мере своих сил и возможностей противостоять действиям антигуманным и безнравственным.

Необходимо помнить о том, что зачастую небрежное, а порой и жестокое отношение детей к природе объясняется отсутствием у них необходимых знаний. Вот почему воспитание сопереживания и сострадания происходит в неразрывном единстве с формированием системы доступных дошкольникам экологических знаний, которая включает:- представления о растениях и животных как уникальных и неповторимых живых существах, об их потребностях и способов удовлетворения этих потребностей;

- понимание взаимосвязи между живыми существами и средой их обитания, приспособленности растений и животных к условиям существования;

- осознание того, что все живые существа на Земле связаны друг с другом сложной системой связей (все друг другу нужны, все друг от друга зависят, исчезновение любого звена нарушает цепочку, т.е. биологическое равновесие). И в то же время каждое из них имеет свою экологическую нишу, и все они могут существовать одновременно.

Разумеется, одних знаний недостаточно для формирования у детей гуманного отношения к природе – необходимо включать их в посильную для их возраста практическую деятельность – создать условия для постоянного и полноценного общения детей с живой природой. А создание и поддержание положительного эмоционального состояния детей (радость от выполненной работы, удостоенной похвалы воспитателя или родителя расцветший цветок, выздоровевший щенок...) способствует дальнейшему развитию чувств сострадания и сопереживания.

Главное, всегда помнить: прежде чем научить детей видеть красоту и понимать суть прекрасного, как эстетической категории, надо развивать их эмоциональную сферу, ибо чувства дошкольников еще недостаточно устойчивы и глубоки, носят избирательный и субъективный характер.

Задача родителей – подвести детей к пониманию того, что все мы вместе, и каждый из нас в отдельности в ответе за Землю, и каждый может сохранять и приумножать ее красоту. потребность их организма.

Как жить с заботой об окружающей среде

Если человек живет с заботой об окружающей среде – это означает, что будущее Земли для него не пустой звук. Если мы хотим, чтобы наши потомки жили на планете с чистым воздухом и водой и любовались красотой первозданной природы, важно, чтобы каждый из нас внес свою посильную лепту в дело сохранения окружающей среды. Подумайте, как вы можете изменить свою повседневную жизнь, чтобы в ней нашлось место для заботы о чистом воздухе, сохранении пресной воды и защиты диких животных и растений, которые живут рядом с вами. Если вы видите, что окружающий мир находится под угрозой, всегда выступайте в поддержку акций, направленных на его защиту. Это необходимо для сохранения нашей планеты и всех, кто живет на ней.



Экономьте электроэнергию. Если вы хотите начать жить с заботой об окружающей среде, стоит прямо сейчас начать с экономии электроэнергии в своем собственном доме. Электричество, которое освещает наш дом, приводит в действие бытовую технику и используется в других сферах нашей жизни, вырабатывается на электростанциях, которые вносят существенный вклад в загрязнение окружающей среды. Многие электростанции работают на угле и другом природном топливе, при сгорании которого выделяется большое количество веществ, ухудшающих качество воздуха. Вот несколько способов, помогающих снизить потребление электроэнергии:

Выключайте электрические лампочки, когда в них нет необходимости.

Выключайте из сети электроприборы, когда вы ими не пользуетесь.

Используйте энергосберегающие лампы и электроприборы с пониженным энергопотреблением.

Старайтесь реже включать электрообогреватель зимой и кондиционер летом. Если вы позаботитесь о хорошей теплоизоляции собственного жилища, это позволит существенно снизить затраты энергии на обогрев и охлаждение помещения.

Старайтесь меньше пользоваться автомобилем. Автомобили вносят существенный вклад



в загрязнение воздуха. Кроме того, значительное количество загрязняющих веществ выделяется в процессе производства автомобилей и автомобильного топлива, а

также при строительстве автомобильных дорог. Самое лучшее, что вы можете сделать - это как можно меньше использовать автомобили в качестве основного средства передвижения. Вот несколько вещей, которые вы можете воплотить в жизнь:

Передвигайтесь общественным транспортом. Если вам нужно добраться куда-либо, постарайтесь доехать туда на автобусе, метро или электричке, вместо того чтобы ехать на автомобиле.

Передвигайтесь на велосипеде. Во многих городах проложены специальные велосипедные дорожки, которые помогают сделать езду на велосипеде удобной и безопасной.

Старайтесь, по возможности, ходить пешком. Такой способ передвижения занимает больше времени, тем не менее, именно он наносит наименьший вред окружающей природе. До любого пункта, куда вы доезжаете на автомобиле или велосипеде за пять-десять минут, вы вполне можете добраться и пешком.

Объединяйтесь с друзьями или коллегами, чтобы добираться до места работы или учебы на одном автомобиле.

Делайте выбор в пользу продуктов, выращенных в вашей местности. Продукты часто перевозят на большие расстояния, прежде чем они попадают на полки вашего магазина. Еда нередко путешествует на самолетах, кораблях, в большегрузных грузовиках, не говоря уже об



автомобилях, прежде чем она окажется у вас на тарелке. Если вы будете покупать продукты, произведенные в вашей местности, это поможет снизить затраты энергии и выбросы загрязняющих веществ, которые связаны с обеспечением вас и вашей семьи.

Если вы по-настоящему заботитесь об окружающей среде, постарайтесь покупать продукты на фермерских рынках в вашей местности. Чаще всего, фермеры без возражения расскажут вам, насколько далеко от вашего дома были выращены те или иные продукты.

Почему бы вам не выращивать овощи и фрукты самому? Узнайте больше о садоводческих товариществах в вашей местности, и подумайте, не хотите ли вы начать выращивать овощи на собственном участке земли.



Экономно расходуйте воду. Вода - это необходимый жизненный ресурс, который мы часто воспринимаем как должное. Вода, которая бежит из нашего крана, проходит долгий путь. Ее нужно закачать из источника водоснабжения, отфильтровать и обработать химическими реагентами и доставить в наш дом по водопроводу. Для осуществления этого процесса необходимо большое количество энергии. Если вы экономно расходуете воду, то вносите свой посильный

вклад в снижение нагрузки на ваш местный источник водоснабжения. Это особенно важно, если вы живете на территории, где существует угроза засухи. Для экономии воды вы можете сделать следующее:

Не оставляйте кран открытым во время мытья посуды. Когда вы моете посуду, старайтесь расходовать меньше воды.

Старайтесь быстро принимать душ, а не мыться в ванне. Это помогает существенно снизить расход воды.

Ремонтируйте текущие краны, тем самым снижая потери воды.

Старайтесь не использовать водопроводную воду для поливки газона. Хорошо, если ваш газон получает достаточно полива во время дождей. Кроме того, для поливки газона можно использовать воду непитьевого качества (например, оставшуюся после приема ванны).

Таким образом окружающий нас мир и наш организм, это единое целое, и все выбросы и загрязнения поступающие в атмосферу это урон нашему здоровью.

Если же мы будем стараться как можно больше положительного сделать для окружающей среды этим мы продлеваем свою жизнь и оздоравливаем свой организм.

И нельзя не согласиться со словами что все в этом мире взаимосвязано, ничто не исчезает и ничто не появляется ниоткуда.

Наш окружающий мир-это наш организм, оберегая окружающую среду мы оберегаем свое здоровье.

Здоровье-это не только отсутствие болезней, но и физическое, психологическое и социальное благополучие человека.

Здоровье-это капитал, данный нам не только природой от рождения, но и теми условиями, в которых мы живем и создаем.

Хорошее Настроение - Детям о Здоровье

радость, мастер-класс, детям о здоровье, развивашка, мистер макс, три ангела, развивающий мультфильм, мультфильм для малышей, детский ютуб проект, детский теле проект, Веселая Школа Здоровья, Сергей Гладков.

https://youtu.be/sAjXsJ7A_LQ

Экологический мультфильм для детей "Мальчик и Земля"

Экологический мультфильм для детей "Мальчик и Земля" предназначен для просмотра детям всех возрастов. Сегодня, когда мы живем в мире с ухудшающейся экологической ситуацией, мы обязаны заложить в...

https://youtu.be/49x9qCDcF_s