**Управление образования города Ростова-на-Дону**

 **Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

 **Города Ростова-на-Дону «Детский сад № 86»**

**Ул. Ткачёва, 44 тел./ факс:(863)210-09-84**

**E-mail;** **mbdou87.2019@yandex.ru**

**ОКПО 42029294 ОГРН 1196196045000**

**ИНН/КПП 6168109231/616801001**

 **Консультация для родителей**

 **«Берегите нервную систему ребёнка»**

 Выполнил(ла):

 Воспитатель Серенко Т. И.

     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.