**Родительское собрание**

**«Вредные привычки дошкольного возраста»**

Ход собрания:

1. Понятие. Актуальность. Классификация.
2. Результаты анкетирования родителей. Механизм появления вредной привычки.
3. Работа в группах: «отсутствие регулирования процесса опорожнения – подгузники, мокрые штаны на улице», «однообразные навязчивые действия - сосание соски, груди, покачивание туловищем», «совместный сон с родителями».

Цель – найти способы устранения привычки (по готовому алгоритму). Педагогические подсказки.

1. Рефлексия.

**«Здравствуйте, уважаемые родители!**

Тема нашей встречи «Вредные привычки».

 Что же такое привычка? *(Ответы родителей)*

*Привычка - потребность, стремление выполнять определенные действия.*

Детские вредные привычки причиняют вред здоровью и развитию ребенка. Многие вредные привычки - особенно устойчивые - негативно сказываются на состоянии внутренних органов ребенка; другие вредные привычки оказывают неблагоприятное влияние на нервную систему, органы зрения и слуха; третьи вредные привычки - на состояние опорно-двигательного аппарата, осанку; четвертые вредные привычки создают благоприятные условия для развития той или иной инфекции в организме; пятые вредные привычки становятся причиной возникновения опасных паразитарных заболеваний; иные вредные привычки оказывают негативное влияние на формирования характера ребенка.

Многие вредные привычки возникают в связи с неправильно закрепленным или плохо усвоенным навыком. Например, так создается привычка неправильно держать ложку или вилку у ребенка, которого не научили ими пользоваться.

Порой вредные привычки лишь вуаль, скрывающая переживания ребёнка. Они - лишь макияж высокого нервно-эмоционального напряжения ребёнка. И эти привычки, как правило, «создают» сами родители.

Привычки есть у каждого. Знаете ли вы, что привычка бывает еще и полезной?

Привычки могут быть полезными, способствующими возникновению положительных черт характера, могут быть и вредными для формирования личности ребенка.. Если ребенок научился бегло и правильно читать, он может приобрести полезную привычку регулярно читать книги, а в старшем возрасте следить за новинками художественной литературы. Научившись владеть иглой, утюгом, ребенок легче выработает в себе привычку следить за своей одеждой, быть всегда аккуратным и чистым. Так формируются полезные привычки».

**Игра-знакомство «Давайте знакомиться»**

Ход: участники называют себя и свою привычку, передавая по кругу мячик. Игру начинает ведущий.

«Кто-то из вас назвал вредную привычку, а кто-то полезную. Хорошо, что вы их в себе знаете. Привычки есть и у ваших детей.

Давайте, вместе с вами разделим их на две группы.

Ведущий вразброс перечисляет привычки, а родители называют, «вредные» они, или «полезные» (см. Таблица 1).

Таблица 1

Многообразие привычек

|  |  |
| --- | --- |
| «Вредные» привычки | «Полезные» привычки |
| * сосание пальца (соски)
* грызет ногти
* ковыряние пальцем в носу
* навязчивые движения
* покачивание туловищем
* употребление слов-паразитов («ну», «вот», «значит», «короче»)
* теребит волосы или мочку уха
* совместный сон с родителями
* подгузник
 | * мытье рук перед едой
* уборка игрушек на место
* засыпание в одно и то же время
* правильное питание
* личная гигиена
* занятия по интересам
* пользование носовым платком
* выбрасывание мусора в мусорное ведро
 |

«Мы разделили все привычки на 2 группы. Далее мы узнаем, как же формируются привычки. Изучив механизм, можно в будущем не допускать их появление, развитие».

Для этого накануне встречи было проведено **анкетирование** (см. Приложение 1), которое определило ряд основных вредных привычек детей раннего возраста:

1 место – совместный сон с родителями,

2 место – теребит волосы, мочку уха, ковыряет пальцем в носу,

3 место – навязчивые движения (вытирает нос, шмыгает, ковыряет носком обуви землю).

Один из вопросов анкеты «Почему появляются вредные привычки у детей?» был направлен на осознание механизма формирования привычки.

Были получены следующие ответы:

1. Усваивают «плохое» от окружающих, перенимает особенности поведения от окружающих.
2. Из-за неуверенности в себе, недостатка родительского внимания, любви.
3. Из-за избалованности, отсутствия родительской требовательности.
4. Нет своевременной коррекции, работой над избавлением от привычки.

Исходя из следующего вопроса анкеты «Пытались ли вы бороться с привычкой? Как?» многие ответили, что для борьбы с привычкой, оказалось недостаточно лишь объяснить, что так делать не стоит. Так же родители считают, что уговоры, просьбы и запреты не действуют.

Привычка воспитывается не столько словами, сколько делами и поступками. Если работа над привычкой начинается, только в момент ее проявления – это бесполезная и порой очень эмоционально затратная деятельность, как для родителей, так и для детей. **На устранение вредной привычки требуется столько же времени, сколько она закреплялась!**

Привычка, вредная или полезная, формируется не ежеминутно, а последовательно.

Прежде всего, необходимо разобраться в причинах ее появления (см. Таблица 2).

Таблица 2

Причины появления привычек

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| причиныустранение | Недостаток вниманияродителей | Снижение психоэмоцион. напряжения | Копирование взрослого | Физический дискомфорт |
| привычки | * разрушающие действия
* причинение себе (близким) вреда
 | * грызение ногтей
* сосание соски, волос
 | * повторение нецензурных слов
* принятие пищи в комнате
 | * ковыряние в носу
* онанизм
 |
| принцип борьбы | ***Больше ласки и нежности*** | ***Снижение требовательности родителей*** | ***Контроль за своим поведением*** | ***Воспитание личной гигиены*** |
| меры борьбы | * Давать выплеск агрессии
* Меньше требований
 | * замена полезной привычкой, приносящей удовольствие
* снятие беспокойства
* разнообразить впечатления ребенка через игровое взаимодействие
 | * пример правильного поведения
* «взгляд со стороны» (зеркало)
 | * режим дня, последовательность действий
* использование средств личной гигиены
 |

«Важно, чтобы работа велась постоянно. В период борьбы с привычкой ребенок должен быть насыщен новыми впечатлениями, знакомился с новыми играми вместе с родителями, имел обширный круг общения.

В большинстве случаев вредную привычку просто достаточно заменить полезной. Конечно, для этого необходимо хотеть получить положительный результат».

**Работа в группах.**

**Вопрос** к участникам собрания: Хотите ли вы помочь своему ребенку устранить вредную привычку? (*Ответы*).

«Предлагаю разделиться на группы». Родители рассаживаются за столы, обозначенные табличками. Получают алгоритм.

1 группа - «отсутствие регулирования процесса опорожнения – подгузники, мокрые штаны на улице»

2 группа - «однообразные навязчивые действия - сосание соски, груди, покачивание туловищем»

3 группа - «совместный сон с родителями».

***Инструкция:*** «Согласно только что рассмотренному алгоритму, составьте план избавления от привычки. Пусть все будет так, как сделали бы это вы. Только учтите информацию, полученную в начале собрания. Для работы вам дается 15 минут».

Далее обсуждается работа каждой группы. Участники групп оценивают целесообразность каждого плана, дополняют. Ведущий расширяет перечень возможных приемов.

«Появление вредных привычек оказывает негативное влияние на здоровье ребенка. Многие вредные привычки на первый взгляд кажутся интересными и забавными. Но не стоит запускать вредные привычки. Необходимо бороться с ними. Будьте внимательны к своему ребенку, тогда возможно избавиться от вредных привычек в ранней стадии развития.

**«7 шагов» к победе над вредной привычкой**

1. Попытаться понять своего ребенка.
2. Используйте **Три «НЕ»**: не сердиться, не ругать, не наказывать ребенка.
3. Поддержать уверенность ребенка.
4. Хвалить ребенка за успехи и отвлекать от всех мрачных мыслей.
5. Разнообразить игрушки, чаще играть с ним, обыгрывая привычку в положительном свете.
6. Наладить детские контакты.
7. Исключить на время возбуждающие мероприятия, вплоть до просмотра захватывающих фильмов и чтения страшных сказок.

Успехов вам в борьбе с вредными привычками!

Для Вас, родители!

*Уважаемые родители! В детском саду начала свою работу психологическая служба. Для близкого знакомства предлагаем Вам*

*заполнить следующую анкету.*

**«Вредные привычки моего ребенка»**

1.Как Вы думаете, почему появляются вредные привычки у детей?

2. Есть ли у Вашего ребенка вредные привычки? *(подчеркните)* да / нет

3.Если «да», то какие (подчеркните)

* сосание пальца, соски
* грызет ногти
* ковыряет пальцем в носу
* навязчивые движения, покачивание туловищем
* употребление слов-паразитов («ну», «вот», «значит»,…)
* теребит волосы, мочку уха
* совместный сон с родителям
* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4.Пытались ли Вы с ними бороться? Как?

5. Есть ли в Вашей семье полезные привычки? *(перечислите)*

Спасибо за участие!

Для Вас, родители!

*Уважаемые родители! В детском саду начала свою работу психологическая служба. Для близкого знакомства предлагаем Вам*

*заполнить следующую анкету.*

**«Вредные привычки моего ребенка»**

1.Как Вы думаете, почему появляются вредные привычки у детей?

2. Есть ли у Вашего ребенка вредные привычки? *(подчеркните)* да / нет

3.Если «да», то какие (подчеркните)

* сосание пальца, соски
* грызет ногти
* ковыряет пальцем в носу
* навязчивые движения, покачивание туловищем
* употребление слов-паразитов («ну», «вот», «значит»,…)
* теребит волосы, мочку уха
* совместный сон с родителям
* \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4.Пытались ли Вы с ними бороться? Как?

5. Есть ли в Вашей семье полезные привычки? *(перечислите)*

Спасибо за участие!