**« Чистые небо, земля и вода самыми ценными будут всегда.»**



**Экологическая газета для родителей**

**В номере:**

* **Экология и здоровье**
* **Ребенок и природа**
* **Играем вместе**

**№2**

**Всё – от старой сосны у забора**

**До большого тёмного бора**

**И от озера до пруда –**

**Окружающая среда.**

**А ещё и медведь, и лось,**

**И котёнок Васька, небось?**

**Даже муха – вот это да! –**

**Окружающая среда.**

**Я люблю на озере тишь,**

**И в пруду отраженья крыш,**

**Рвать чернику люблю в лесу,**

**Барсука люблю и лису...**

**Я люблю тебя навсегда,**

**Окружающая среда!**

**(Л. Фадеева)**

 

**Орган издания:**

**творческая группа «Будь здоров, малыш»**



|  |  |
| --- | --- |
| https://previews.123rf.com/images/klibbor/klibbor1103/klibbor110300005/8994511-Cartoon-Earth-having-a-cough--Stock-Vector-global-earth-warming.jpg | **Какое влияние оказывает экология на здоровье детей*****Дети наиболее чувствительны к воздействию окружающей среды.*** **С помощью современных методов экологической эпидемиологии удалось доказать прямую связь между здоровьем детей и различными факторами экологии.** **Большинство из нас всегда стремится к природе – в горы, в лес, к берегу моря, озера или реки. Здесь и взрослые, и дети чувствуют прилив сил. Оказывается, окружающий ландшафт способен оказывать на эмоциональное состояние ребенка различное влияние.****Пребывание на свежем воздухе и созерцание красот природы успокаивает нервную систему и стимулирует жизненный тонус. Не зря экологи твердят, что, пребывая в городе, человек не должен быть оторван от природы – он должен в ней растворяться. Именно по этой причине общая площадь зеленых насаждений должна занимать не менее половины территории города.****Не менее серьезное влияние на самочувствие детей и взрослых оказывают погодные условия. Всем хорошо известно, что воздух около текущей воды бодрит и освежает. Объясняется это тем, что в нем содержится большое количество отрицательных ионов, положительно влияющих на здоровье. Именно по этой причине свежим и чистым для нас представляется воздух после грозы.** |

**Как плохая экология влияет на здоровье**

**На организм ребенка, его физическое и умственное развитие оказывают большое влияние множественные факторы окружающей среды. Эти факторы, напрямую воздействуя на многие физиологические функции, оказывают влияние на дыхание, обмен веществ, кровообращение, процесс пищеварения и множество других. Качественные и количественные изменения в обмене веществ, спровоцированные изменениями в экологии, могут вызывать и нарушения в росте и строении организма.**

**Специалисты уверены, что основное влияние на изменение данных показателей оказывает загрязнение биосферы. Особенно ярко это выражено в областях с цементной и металлургической промышленностью, в которых наблюдается очень высокая концентрация солей тяжелых металлов.**

**Кроме того, плохое экологическое состояние провоцирует развитие гиперактивности у маленьких детей. А объясняется это попаданием алюминия и свинца в растущий организм. В физическом понимании гиперактивность не грозит здоровью, но может послужить причиной психологического расстройства, ведь в данном ключе чаще своих сверстников страдают именно гиперактивные дети.**



**Вода**

**Купание в загрязненных водоемах, в особенности, если это пруд со стоячей водой, способно привести к заражению контагиозным моллюском или вшами. Разумеется, этого можно избежать, выбрав для отдыха другие, более безопасные места.**

**Намного более трудно обходиться без водопроводной воды, имеющей повышенную жесткость из-за чрезмерного содержания солей, что оказывает пагубное влияние на здоровье органов мочевыделительной системы. Помимо этого, следует помнить, что такая вода обеззараживается хлорированием. С целью минимизировать негативное воздействие данных компонентов, старайтесь все время использовать дома фильтры для очистки воды.**

**Вода — это жизнь, ведь без нее не может существовать ни одно живое существо. Нужно с рождения приучать ребенка к употреблению необходимого количества жидкости для здоровья и хорошего самочувствия.**



**Воздух**

**Загрязненный воздух сегодня остается одной из главных проблем любого крупного города. Так, учеными доказано, что проживание поблизости оживленных автострад в несколько раз повышает вероятность развития бронхиальной астмы у детей. Сажа, пыль и другие мелкие частички, содержащиеся в загрязненном воздухе, способны вызывать спазм бронхов и сильный кашель. Кроме того, они раздражают слизистую оболочку носа и могут спровоцировать появление аллергического насморка.**

**Наиболее тесно с внешней средой связана дыхательная система, поэтому состояние атмосферы не может не сказываться на ее здоровье. Имея огромную поверхность, легкие человека являются органом, который поглощает любые содержащиеся в воздухе загрязнения. А поскольку дети с бронхиальной астмой к действию загрязняющих веществ гораздо более чувствительны, их здоровье страдает в первую очередь.**

**Помимо этого, загрязненный воздух может послужить причиной раздражения глаз и появления конъюнктивита. Конечно, в большинстве случаев это далеко непросто, но при возможности непременно постарайтесь изменить место жительства, если поблизости от вас находятся предприятия, которые оказывают пагубное влияние на окружающую среду и, следовательно, ваше здоровье.**

**Защитные меры**

**Чтобы свести к минимуму вредное влияние загрязненной экологии на здоровье своего ребенка, постарайтесь следовать простым советам, приведенным ниже.**

**- проводите больше времени со своим малышом на свежем воздухе – за городом, в лесу.**

**- установите дома специальный очиститель воздуха, который собирает из него разные неблагоприятные примеси и пыль;**

**- регулярно проводите дома влажную уборку, спрячьте все книги за стекло на полку, избавьтесь от ковров, собирающих пыль;**

**- для питья лучше всего использовать только бутилированную воду. Готовить старайтесь на воде, очищенной с помощью фильтра;**

**- ограничьте употребление продуктов, в которых содержатся стабилизаторы, консерванты и прочие добавки,**

**- ограничьте время пребывания детей перед телевизором, компьютером с целью защиты их от электромагнитных излучении.**

**Итог**

***Подводя итоги, можно сказать, что для сокращения негативного влияния экологии на детей мы должны сами заботиться об окружающей среде, прилагая как можно больше усилий для поддержки того природного баланса, в котором человечество способно существовать нормально. Хоть люди во всем мире и начинают задумываться об уменьшении загрязнения окружающей среды, большинство из нас пока не понимает важности проблемы, стоящей перед нами относительно защиты экологии.***

***Для того чтобы максимально обезопасить своего ребенка от неблагоприятных природных факторов достаточно лишь с большей ответственностью отнестись к данному вопросу и стараться всегда придерживаться основных рекомендаций относительно образа жизни малыша.***

<http://rebenokzdorov.com/zdorovye/vliyanie-ekologii-na-detey.html>



1**. Все чаще звучит в природе «SOS”
- Остановись! Одумайся! – шепчут человеку леса.
- Не оголяй землю. Не превращай ее в пустыню.
- Пощади!- вторит земля. Ты вырубаешь деревья. Это лишает меня влаги. Я иссыхаю, старею. Скоро я ничего не смогу родить: ни злака, ни цветка.
- Я знаю, ты научился летать к звездам. Это прекрасно. Но я тебе нужна и в полете. Я всегда буду с тобой. Ты не сможешь жить без моего хлеба, без моих цветов»
Вот так Земля взывает нас о помощи, и мы с вами должны защитить ее, сберечь. Кроме этого мы должны научить ребенка делать тоже самое, ибо ему на ней жить дальше.
Наша задача – подвести детей к пониманию того, что все мы вместе и каждый в отдельности в ответе за Землю.**

 

**3. Необходимо как можно чаще бывать с детьми на природе. Ходите с ними в лес, парк. Детей надо учить видеть красоту природы, понимать ее, наслаждаться ею, передавать свои впечатления в слове, рисунке. Внимание детей к различным объектам природы следует привлекать с помощью вопросов, жестов, эмоциональной речи, игр, обращение к поэтическим образам. Многогранный мир природы пробуждает у детей любознательность и интерес. Побуждает к размышлению и сомнению. Впечатления, полученные в детстве от общения с природой, необыкновенно остры, они оставляют след на всю жизнь. Погружаясь в этот мир, впитывая его звуки, запахи, наслаждаясь его гармонией, ребенок совершенствуется как личность. В нем развивается и крепнет бесценное свойство человеческой личности – наблюдательность. Все увиденное не оставляет его равнодушным, вызывает массу вопросов – «что?», «как?», «почему?».**

**2**. **Как же сформировать у ребенка гуманное отношение к природе?
Прежде всего, через сострадания, заботу о тех, кто в ней нуждается, помощь попавшим в беду (животным, растениям).
Но начинать надо с себя, ибо ребенок многое усваивает благодаря подражанию взрослым и прежде всего своим родителям. Поэтому всегда помните, что Вы вежливый и воспитанный человек, а….
-- Человек вежливый и воспитанный не позволит весной резать, уродовать ствол березы, чтобы попробовать березовый сок.  - Воспитанный человек не ломает ветки деревьев и кустов, не рвет охапки лесных цветов.**

**- Мы не должны сбивать ногами незнакомые нам или даже известные ядовитые грибы. Многие из них – лекарство для лесных обитателей.**

**- Не следует ловить и нести в дом лесных зверушек и птиц.**

**- Вежливый человек не оставит после себя свалки.**

**4. Но очень часто родители, чувствуя свою некомпетентность в том или ином вопросе, раздражаются, отмахиваются от «надоевших» вопросов ребенка и результат такого отношения не замедлит сказаться: не успев окрепнуть и развиться, интерес ребенка к природе угаснет. Задумайтесь! Не губите ростки доброты в детской душе. Постарайтесь пополнить свои знания о природе и вместе с ребенком найдите ответы на возникшие вопросы.
5. Не отстраняйте детей от ухода за животными, растениями. Наоборот необходимо включить детей в посильную для их возраста практическую деятельность. В процессе труда в природе совершенствуются трудовые навыки и умения природоохранного характера.
Итак, роль семьи в защите природы огромна. Именно она может привить ребенку любовь к природе, изменить отношение к ней.**

<http://mdoy53.caduk.ru/p103aa1.html>



**Человек и природа.… Эта тема очень актуальна в наше время, так как деятельность людей порой губительно влияет на окружающую среду, животный и растительный мир, к сожалению уже нередки ситуации, граничащие с экологическими катастрофами.**

**Учитывая возрастные особенности дошкольников, экологическое воспитание детей в детском саду строится на игровой основе, с большим включением разных видов игр.**

**Разнообразные игры с экологическим содержанием не только знакомят ребенка с окружающим вокруг миром, но и помогают сформировать систему социальных ценностей, ориентированных на бережное отношение к природе.**

**Игры способствуют развитию у детей наблюдательности и любознательности, пытливости, вызывают у них интерес к объектам природы. В дидактических играх развиваются интеллектуальные умения: планировать действия, распределять их по времени и между участниками игры, оценивать результаты.      Сегодня мы познакомимся с различными экологическими играми. Играйте в них со своими детьми – дома, на прогулках, в лесу, на отдыхе, это поможет Вам воспитать у ребенка бережное отношение к природе.**

**Игра «Земля, вода, воздух». Родитель бросает мяч ребёнку и называет объект природы, например, «сорока». Ребёнок должен ответить «воздух» и бросить мяч обратно. В ответ на слово «дельфин» - ребёнок отвечает «вода», на слово «волк» - «земля» и т.д. Возможен и другой вариант игры: родитель называет слово «воздух». Ребёнок, поймавший мяч, должен назвать птицу. В ответ на слово «земля» - животное, обитающее на земле: на слово «вода» - обитателя рек, морей, озёр и океанов.**

 

<http://d11147.edu35.ru/sovet/489-konsultatsiya-dlya-poditelej-igry-ekologicheskogo-soderzhaniya>