

ПРОБЛЕМА ЗДОРОВЬЯ В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ**Юнусов Мирзакарим Мирзахалилович.****Сабирова Гулрух Хасановна****Хабибуллаев Файзулла Набибуллаевич**

Ферганский государственный университет

<https://doi.org/10.5281/zenodo.6660609>

Аннотация. В данной статье собрана информация о заболеваниях, встречающихся у детей.

Ключевые слова: дети, болезни, педиатрия, инфекционные, здоровье

HEALTH PROBLEM IN EDUCATION OF CHILDREN

Abstract. This article contains information about diseases that occur in children.

Key words: children, diseases, pediatrics, infectious diseases, health

ВВЕДЕНИЕ

Одним из важнейших аспектов воспитания является закрепление гигиенических навыков и гигиенических привычек ребенка с раннего возраста.

Даже рука, которая кажется нам чистой, содержит микробы, вызывающие болезни. Они вызывают развитие различных инфекционных заболеваний желудка и кишечника. Поэтому, безусловно, важно выработать у детей привычку мыть руки с мылом после посещения туалета и перед едой. Большую часть времени слегка моют поверхность пальцев и область вокруг ногтей. Плохо вымытые руки не гарантируют крепкого здоровья. Навыки мытья рук доступны детям уже в возрасте 2 лет. Руки растирают для мытья рук, если есть украшения, их вскрывают, руки намывают, руки трутся друг о друга, растираются пальцы и ногти, мыло ополаскивается до тех пор, пока оно не исчезнет, и личная полотенце добавлено.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Приучите ребенка мыть руки медленно и без брызг. Используйте специальные шайбы, чтобы облегчить стирку.

Здоровье зубов – здоровье организма. Все молочные зубы у ребенка появляются в возрасте 2, 5-3 лет. С раннего возраста детям важно иметь навыки чистки зубов. В противном случае под воздействием остатков пищи и микроорганизмов во рту зубы начинают разрушаться и разрушаться. На медицинском языке это называется кариесом.

Кариес является источником инфекции, а также приводит к разрушению зубов. Перфорированные, разрушенные зубы содержат множество микробов, которые могут вызывать у детей различные простудные заболевания. Эти микробы могут проникать через кровоток в органы тела, включая почки, и вызывать воспаление.

Немытые фрукты и овощи и некипяченая вода являются источниками инфекционных заболеваний. Поэтому с раннего возраста приучайте ребенка мыть и есть фрукты и овощи и пить только кипяченую воду.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Чем младше ребенок, тем больше нужно показывать, что каждое действие выполняется. Замедлять.

Следите за каждым движением вашего ребенка. Чтобы укрепить нужный навык, необходимо практиковать его снова и снова. При обучении ребенка движению учитывайте его возраст и уровень развития. Выдвижение требований к ребенку, с которыми он или она не может справиться, может привести к чувству незащищенности.

ОБСУЖДЕНИЕ

Чтобы навык стал привычкой, его нужно регулярно повторять при определенных условиях. Родители должны не забывать подавать пример своим детям. В формировании привычек поведение родителей оказывает большее влияние, чем их представления. Если родитель обучает гигиеническим навыкам, но не следует им, у ребенка эти гигиенические навыки не выработаются как привычка.

ВЫВОДЫ

Близость родителей очень важна в формировании гигиенических привычек. Если отец отрицает требования матери или наоборот, это приводит к тому, что у ребенка не вырабатывается гигиеническая привычка. Будьте терпеливы в развитии у ребенка гигиенических навыков и привычек. Плоды своего труда вы увидите в здоровье вашего ребенка и в его достижениях.

Использованная литература

1. Арзикулов Р.У. Основы здорового образа жизни. Т. ; 1 год. 2005-256, стр. 245.
2. Парпиева О. «Здоровье человека и вредные привычки». Фергана-2014. Страница 60
3. Брехман П Валеология-наука о здоровье. М.: Физическая культура и спорт, 1988.- С. 108.
4. Weiner EN Валеология. - Учебник для вузов. М. Флинт: Наука, 2002. - 416 с.