Родительское собрание по теме: «Здоровье ребёнка в наших руках»

Презентацию
подготовила воспитатель
высшей категории
МБДОУ №295 Семёнова
Елена Ивановна

Анализ заболеваемости детей, посещаемость.

Месяц	Пропущено	По болезни
сентябрь	164	50
октябрь	193	104
ноябрь	120	71
декабрь	142	61
январь	87	21
февраль	153	55
март	101	21
Итого:	960	383

Природные факторы окружающей среды:

- Чистая вода
- Ультрафиолетовые лучи солнечного света
- Чистый воздух

Доброжелательный психологический климат.

Перебранки в присутствии ребенка способствуют возникновению у него невроза или усугубляют уже имеющиеся нарушения нервной системы. Здесь важно умение правильно и рационально относиться к тому, что мы видим, воспринимаем, слышим. Так давайте же больше улыбаться и дарить радость друг другу.

Правильно организованный режим дня.

- Режим дня – это оптимальное сочетаемые периоды бодрствования и сна детей в течение суток. Он удовлетворяет их потребности в пище, в деятельности, отдыхе, двигательной активности и др. Режим дисциплинирует детей, способствует формированию многих полезных навыков, приучает их к определенному ритму.
- Прогулка – один из существенных компонентов режима дня. Этот вид отдыха хорошо восстанавливает работоспособность организма. Также пребывание на воздухе способствует повышению сопротивляемости организма и закаляет его.

- **Сон** - важная составляющая часть режима дня. Важно, чтобы ребенок спал ежедневно (и днем, и ночью) засыпал в одно и тоже время.

Полноценное питание.

- Полноценное питание- включение в рацион продуктов, богатых витаминами А,В,С и Д, минеральными солями (кальцием, железом, магнием, медью, фосфором),а также белком. Немаловажное значение имеет и режим питания.

Ходьба, бег.

- Ходьба и бег предохраняют организм человека от возникновения болезней. В результате закаливания организм приспосабливается к меняющимся условиям окружающей среды.

Формирование интереса к оздоровлению собственного организма.

- Чем раньше ребенок получит представление о строении тела человека, узнает о важности закаливания, движения, правильного питания, сна, тем раньше он будет приобщен к ЗОЖ.
- Следует помнить , что «раннее обучение» приводит к перегрузкам, отрицательно сказывается на здоровье, в результате снижается интерес к учебе.
- Подготовка к школе в детском саду осуществляется не только на занятиях по ФЭМП, Развитию речи, но и на физкультурных занятиях,формируются внимание, память, мышление, координация движений, мелкая моторика рук.
- Игра – ведущий вид деятельности.

Закаливание.

- Закаливание, как отмечал известный врач и педагог Ефим Аронович Аркин, для ослабленного ребенка имеет большое значение, чем здорового. Существуют традиционные и нетрадиционные методы закаливания(хождение босиком, контрастное воздушное закаливание, контрастный душ, полоскание горла прохладной водой).

Прием витаминов.

- Слово «витамин» происходит от латинского «вита» – жизнь. Витамины участвуют в обмене веществ и регулируют отдельные биохимические и физиологические процессы.

Вредные наклонности родителей.

- Удар по здоровью ребенка наносят вредные наклонности родителей. Не секрет, что дети курящих отцов и матерей болеют бронхолегочными заболеваниями чаще, чем дети некурящих.

Заполните анкеты

- Укажите группу здоровья Вашего ребенка. (Первая, вторая, третья, четвертая, не знаю.)
- Каково физическое развитие Вашего ребенка? (Нормальное физическое развитие, дефицит массы тела, избыток массы, низкий рост.)
- Каково состояние опорно-двигательного аппарата Вашего ребенка? (Нормальная осанка, нормальная стопа, в осанке незначительное отклонение от нормы, значительные нарушения осанки, плоскостопие.)
- Какова острота зрения Вашего ребенка? (Зрение нормальное, острота зрения понижена, нарушение бинокулярного зрения.)
- Каково состояние сердечно – сосудистой системы? (В норме, есть изменения.)
- Каково состояние органов слуха? (Нормальная острота слуха, пониженная острота слуха.)
- Есть ли отклонения со стороны нервной системы? (Да, нет.)
- По поводу, каких заболеваний Вы чаще всего обращаетесь к врачу? (Респираторно – вирусные инфекции, аллергия, лор – заболевания, заболевания желудочно-кишечного тракта, эндокринной системы, сердечно – сосудистой системы, почек, опорно-двигательного аппарата, глаз.)

Травмы и несчастные случаи.

- Тяжелые последствия для здоровья ребенка имеют травмы и несчастные случаи.

Помните: здоровье ребенка в ваших руках!

- Материалы для создания презентации использованы из книги С.В.Чирковой «Родительские собрания в детском саду» (старшая группа), фотографии детей старшей группы (05).

Спасибо за внимание!