Тематическое родительское собрание по Н.М. Метеновой «О здоровье всерьез»

Предварительная работа:

1. Анкетирование родителей
2. Изготовление памяток для родителей

Ход собрания

Ведущий читает стихотворение В. Крестова «Тепличное созда­ние»:

Болеет без конца ребенок.

Мать в панике, в слезах: и страх и грусть.

- Ведь я его с пеленок

 Всегда в тепле держать стремлюсь.

В квартире окна даже летом

Открыть боится - вдруг сквозняк,

С ним то в больницу, то в аптеку,

Лекарств и перечесть нельзя.

Не мальчик, словом, а страданье.

Вот так, порой, мы из детей

Растим тепличное созданье,

 А не бойцов - богатырей.

Ведущий: Как укрепить здоровье детей, избежать болезней? Эти вопросы волнуют и вас, родителей, и нас, педагогов, так как все мы хотим, чтобы наши дети год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь не только знающими и об­разованными, но и закаленными и здоровыми. Есть ли ключи к решению этой задачи? Медицина давно пришла к выводу: нужна профилактика для здоровых людей. Что это такое?

В начале нашей встречи разговор пойдет о закаливании и профилактике заболеваний. Результаты анкеты показывают, что родителями в основном не проводятся закаливания с детьми. Те, кто проводят - описывают такие способы как умывание холодной водой, прогулки в любую погоду, легкая одежда. Для профилактики заболеваний используются проветривание, применение мед препаратов, обработка помещений хлоргексидином, применение лука и чеснока, оксолиновая мазь, чай с медом и лимоном. Родителям предлагается поделиться опытом по проведению закаливающих процедур, профилактических мер по предупреждению болезней.

Выступающий вносит свои предложения по улучшению работы, сообщает, как одеты де­ти, есть ли в шкафах детей сменное белье.

Вопросы, дополнения, предложения родителей, их просьбы, пожелания.

Обобщение ведущей. Вывод ясен: если вы хотите видеть своего ребенка здоровым - надо постоянно, каждодневно уделять время для закаливающих процедур. В «минимум» закаливания входит обязательное использование не перегревающей одежды, воздушные и водные процедуры.

Ежедневные прогулки детей дошкольного возраста могут и должны быть эффективным методом закаливания ребенка, так как потребность растущего организма в кислороде более чем в два раза превышает таковую у взрослых. Под влиянием воздушных ванн не только повышается тонус нервной, дыхательной и пищеваритель­ной систем, но и в крови возрастает количество эритроцитов и ге­моглобина. Хорошо сочетать прогулки со спортивными и подвиж­ными играми. Дети должны гулять не менее 2-х раз в день по 1-2 часов, летом неограниченно. Результаты анкет показывают, что дети гуляют достаточно.

Ведущая: травма, несчастный случай - страшные слова, страшные последствия порою непредвиденных случаев. Однако они есть и не говорить о них мы не можем.

Что же является непреложным в профилактике детского трав­матизма? Познакомьтесь, пожалуйста, с содержанием памятки «Предупредить несчастный случай».

Все ли в ваших семьях сделано для того, чтобы уберечь ребен­ка от травм? Какие дополнения будут у вас, советы, вынесенные из жизненного опыта?

Обобщения: Дети стараются подражать родителям и старшим детям. Они включают утюг, электробритву, стараются шить на швейной машине, забивают гвозди. Родителям следует постоянно контролировать действия ребенка, объяснять, что и где опасно.

Многие дети любят играть мелкими предметами, особенно блестящими, яркими (кольца, пуговицы, броши, булавки, сережки). Иногда их сосут, засовывают в нос, в ухо, проглатывают. В таких случаях малыша приходится подвергать обследованиям, оператив­ному вмешательству. Нередко инородные тела попадают в дыха­тельные пути (семечки, скорлупа, орехи), что вызывает угрозу для жизни и даже после излечения чревато воспалительными процесса­ми в легких. Родителям не следует оставлять на виду бусы, перстни, заколки, косметические принадлежности, а следует отучать ребенка брать в рот монеты, шарики, пуговицы, сосать пальцы. Надо иметь в виду, что привычка сосать пальцы сохраняется у ребенка долго, если ему не уделяется достаточно внимания. Оставленные на виду таблетки дети берут, принимая их за конфеты, витамины - так происходят отравления лекарствами.

В лечебные учреждения часто поступают дети с отравлениями химикатами, уксусом, даже керосином. Тяжелые ожоги пищевода кислотами и щелочами приводят к тому, что дети страдают всю жизнь от Рубцовых сужений пищевода, не могут нормально пи­таться. Химические вещества, моющие средства, лекарства нужно хранить в недоступном для ребенка месте. Созданы условия и соблюдаются меры по предупреждению детского травматизма в группе и на участке детского сада(чистящие и моющие ср-ва хранятся в недоступном месте, весь инвентарь проверен, ).

Много тревог и волнений вызывает болезнь ребенка. Есть таблетки и лекарство, которые, обычно, назначает врач и есть на­родные средства лечения.

Какие из средств помогают вам вылечить ребенка от кашля, насморка?

Итак, наши рецепты в копилку полезных советов (зачитываются ответы из анкет). Обмен опытом.

Вопрос родителям: какие из ответов, предложенных в альбоме «Лечение народными средствами» вы уже применяли на практике, каковы результаты, какие дополнения, какой из советов вы опро­вергаете?

«Острое блюдо»: ведущая раздает на подносе шарики, игруш­ки. Если родитель ответа не знает, сомневается, то передает вопрос другому.

1. Чем запивать лекарства? Что значит принимать его до еды, после еды? Ответ: принимать лекарство до еды - это значит на пус­той желудок, то есть не раньше, чем спустя 2-3 часа после еды, не позже, чем за 15-20 минут до завтрака, обеда, ужина. Если лекарст­во рекомендуется принимать после еды, выпивать его сразу же в течение 30 минут после еды, но не позже.
2. Как предупредить кариес зубов? Нельзя давать перед сном конфет, печенье. Употреление твердой пищи, чистка зубов 2 раза в день.
3. Какую одежду лучше использовать с учетом гигиенических и оздоровительных средств? Детскую одежду обычно шьют из гиг­роскопичных, то есть хорошо впитывающих и испаряющих влагу тканей. Такими являются хлопчатобумажные ткани. Шерстяные ткани из-за большой пористости немного теплее льняных, из них можно шить праздничную одежду, в которой ребенок может нахо­диться непродолжительное время. Главное - одевать детей по сезо­ну, не перегревая.
4. Какие существуют меры по профилактике близорукости? Постоянно следить за посадкой, не разрешать подолгу смотреть телевизор, не должно быть у детей длинных челок, желательно дос­таточное количество витаминов, зарядка для глаз.
5. Возможна ли радиация, исходящая от телевизора? Все теле­аппараты могут испускать рентгеновские лучи, излучение происхо­дит на расстоянии 10 см от телевизора и то незначительное. Не ре­комендуется смотреть детям телепередачи, сидя на полу, так как излучение направлено вниз, а при неисправном телевизоре может вызвать серьезные повреждения глаз.
6. Что необходимо для сохранения слуха ребенка? Беречь его уши от холода, содержать их в чистоте, предупреждая тем самым воспаления и нарывы в ухе, из-за которых может понизиться или вовсе пропасть слух. Не допускать проникновения в уши воды, ох­ранять слух ребенка от сильных и резких звуков.