

## **Круглый стол**

**На тему: «Укрепление и сохранение здоровья  
дошкольников»**

*Подготовительная к школе группа*



Воспитатель МБДОУ  
детский сад № 20 «Снегурочка» г. Охи  
Верещагина Татьяна Евгеньевна

Оха  
2020 г

## Круглый стол.

### На тему: «Укрепление и сохранение здоровья дошкольников»

**Цель:** ознакомить родителей воспитанников с основными факторами, способствующими укреплению здоровья дошкольников в домашних условиях детского сада.

**Задачи:** информировать родителей о состоянии здоровья воспитанников на период проведения собрания; создать условия для осознания родителями некоторых факторов, способных пагубно влиять на здоровье дошкольников; создать условия осознания родителями необходимости совместной работы детского сада и семьи для сохранения и укрепления здоровья дошкольников; разработать программу совместной работы дошкольного учреждения и семьи по сохранению и укреплению здоровья детей.

#### План:

1. Организационный этап собрания.
2. Работа в группах.
3. Анкетирование родителей и анализ результатов.
4. Анализ состояния здоровья воспитанников группы.
5. Подведение итогов собрания.

#### Ход мероприятия.

1. Родители воспитанников рассаживаются за «круглый стол».

**Воспитатель:** Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы поговорим о укреплении и сохранении здоровья дошкольников.

Сегодня у нас присутствуют гости – врач педиатр Л.В.Иванова, старшая медицинская сестра Е.Г. Спиридонова, заместитель заведующего О. В. Шумилова.

Предлагаем выбрать группу родителей, в обязанности которой будет входить ведение протокола родительского собрания.

**Татьяна Евгеньевна:** В современном обществе, предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку, к его знаниям и способностям. Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе любого дошкольного учреждения. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

**Игра «Выбери дистанцию».** Воспитатель называет какой - либо предмет, относящийся к теме «Здоровье детей», символом обсуждаемой темы встречи с родителями и ставит его в центре кабинета (мяч). Затем предлагает родителям встать на таком расстоянии от предмета, которое могло бы лучше всего продемонстрировать их близость или отдаленность по отношению к теме встречи. Каждый из родителей одной фразой объясняет выбранное им расстояние.

2: предлагаем разделить на группы по признаку «мое отношение к жизни»:

оптимисты;  
реалисты;  
пессимисты.

В группах идет обсуждение вопросов.

**Евгения Геннадьевна:** 1. Что такое здоровье?

(По данным обследований, только 5-7% детей рождаются здоровыми, 2-3% имеют 1 группу здоровья. На первый взгляд, наши дети здоровые и нет причин волноваться. По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это полное физическое, психологическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.)

2. Факторы, влияющие на состояние здоровья. (Причины или факторы, влияющие на состояние здоровья: 20% - наследственность; 20% - экология; 10% - развитие здравоохранения; 50% - образ жизни)

3. Что такое ЗОЖ?

(Здоровый образ жизни:

1. Рациональное питание.
2. Соблюдение режима.
3. Оптимальный двигательный режим.
4. Полноценный сон.
5. Здоровая гигиеническая среда.
6. Благоприятная психологическая атмосфера.
7. Закаливание)

После выступления родителей воспитатель обобщает ответы.

**Татьяна Евгеньевна:** На сегодняшний день существует общая тенденция ухудшения состояния здоровья детей. Факторы городской окружающей среды отрицательно сказываются на развитие и здоровье ребенка. Так, загрязнение окружающей среды вредными веществами приводят к заболеванию миндалин, аденоидов и лимфатических узлов у детей. А длительное пребывание в таких неблагоприятных условиях вызывает перенапряжение адаптационных возможностей организма и приводит к истощению иммунной системы. Возникают хронические заболевания бронхолегочной системы, ЛОР – органов и другие болезни.

Рост количества детских заболеваний связан не только с социально – экологической обстановкой, но и с самим образом жизни семьи ребенка, во многом зависящим от семейных традиций и характера двигательного режима. При недостаточной двигательной активности ребенка (гиподинамии) неизбежно происходит ухудшение развития двигательной функции и снижение физической работоспособности ребенка.

Так давайте же будем бороться за эти 50%, чтобы они были процентами здорового образа жизни.

Родителям предлагается анкета – опросник.

**4. Анализ состояния здоровья** воспитанников группы, выполнен старшей сестрой Евгенией Геннадьевной в виде видео презентации.

Выступление **врача - педиатра** Людмилы Васильевны. Выступление содержит информацию о наиболее современных и распространенных детских заболеваниях, методах их устранения и профилактических мероприятиях по их предупреждению. Также познакомить родителей с современными лекарственными препаратами и витаминами,

