**Тематическая встреча с родителями "Чистота и здоровье"**

**Цель:** формировать осознанное отношение у родителей к выполнению основных гигиенических навыков (общее умывание и мытье рук) с детьми раннего возраста в домашних условиях. Пропаганда и формирование здорового образа жизни семей детского сада. Знакомить родителей с играми которые могут использовать в семье для досуга.

**Ход:**

**Ведущий.**

-Здравствуйте, уважаемые мамы, папы! Сегодня первая наша встреча и поговорим мы о здоровье? А именно о гигиенических навыках.

-Какие правила гигиены вы знаете? Кто выполняет их вместе со своими детьми? Для чего это нужно? (ответы родителей)

Для начало разделимся на команды. Каждой команде нужно придумать название, девиз (родители совещаются) и представляют свою "команду".

**Ведущий.**

**1. "Загадки"**

У нас появился волшебный сундучок. В этом сундучке, лежат вещи, которые встречают нас каждое утро. Чтобы их узнать каждой команде нужно отгадать загадки и сундучок покажет их нам. А мы изобразим как ими пользуются.

*Костяная спинка,*

*На брюшке – щетинка,*

*По частоколу прыгала,*

*Всю грязь повымывала.*

*(зубная щётка)*

*Зубаста, а не кусается.*

*Как она называется?*

*(расчёска)*

*Он всегда лежит в кармане*

*И у Ани, и у Вани.*

*Если ты испачкал нос,*

*Ототрёт его без слёз.*

*(носовой платок)*

*Гладко, душисто, моет чисто,*

*Нужно, чтобы у каждого было.*

*Что это такое?*

*(мыло)*

**2. Задание от Неболейки.**

- Какие неприятности могут случиться, ели придя домой вы не помойте руки (показ иллюстраций). Каждая команда должна найти нужную.

* Наши немытые руки и грязная одежда могут выпачкать мебель в комнате.
* За едой мы можем случайно положить грязные пальцы в рот, а от этого легко заболеть.
* На грязной коже находится множество микробов, которые так и норовят заползти в какую-нибудь маленькую трещинку на коже, чтобы там началось воспаление.
* Если ты случайно потрешь глаза грязными руками, ты можешь занести туда инфекцию и глаза воспаляться.
* Наконец, просто неприятно смотреть на человека, который садиться за стол или ложится в постель грязным.

**Ведущий.**

-Ну что, необходимо мыть руки? А как правильно это делать? (ответы)

Ведущий предлагает просмотреть презентацию, где родители могут увидеть своего ребенка в режимных моментах.

**3.Презентация. "Моем руки, чисто, чисто"**

**4. Эстафета. "Предметы гигиены"**

-Какие предметы нужно для того, чтобы соблюдать правила гигиены?

Сейчас каждая команда выберет из своего набора необходимые предметы гигиены и перенесете их на свой столик. Победит та команда, которая сделает быстрее.

**Ведущий.**

**5. Игра"Доскажи словечко"**

*Чтоб здоровым, чистым быть*

*Надо руки (с мылом мыть).*

*Здоровье в порядке*

*Спасибо (зарядке).*

*Ежедневно закаляйся,*

*Водой холодной (обливайся).*

*Не болеет только тот,*

*Кто здоров и любит (спорт).*

*Защититься от ангины*

*Нам помогут (витамины).*

**6. Игровое задание: обстриги ногти.**

(Родители получают ножницы и нарисованные кисти рук с выделенными черным цветом ногтями. Они должны аккуратнообрезать ногти, не задев пальцы.)

**6. Домашнее задание:**

-Вспомнить правила гигиены которые вы соблюдаете в семье; сделать коллаж.

**Ведущий.**

Встреча наша подошла к концу. До новой встречи!

*Примечание:*

Памятка для родителей «Режим дня», "Движение жизненная потребность ребенка"

Подвижная игра из цикла "Играем с малышом"

**Тематическая встреча с родителями "Здоровые зубы"**

**Цель:** формировать осознанное желание у родителей к выполнению основных гигиенических навыков (уход за зубами и полостью рта) с детьми раннего возраста в домашних условиях. Пропаганда и формирование здорового образа жизни семей детского сада. Знакомить родителей с играми которые могут использовать в семье для досуга.

**Ход:**

**Ведущий.**

-Здравствуйте, уважаемые мамы, папы, рады приветствовать на нашей встречи. Сегодня мы говорим об еще важном правиле гигиены:

*"Зубы чтоб всегда блестели,*

*Никогда чтоб не болели,*

*Будет пусть тебе не лень*

*Чистить их два раза в день!"*

**Ведущий.**

**1. Проверка "домашнего задания"**. Каждая семья покажет как она выполнила "домашнее задание" и представить нам сделанный коллаж.

**2. Важное правило от детей подготовительной группы.**

-Мы хотим вам рассказать еще об одном правиле - о необходимости чистить зубы (дети поочередно показывают рисунки, которые они нарисовали, где изображено данное правило).

* На зубах скапливается очень много бактерий, которые питаясь остатками пищи, размножаются и разрушают зубы, появляются дырочки в эмали - покрытии зуба, зубы начинают болеть, а иногда выпадают.
* Чистить зубы нужно 2 раза в день - после завтрака и ужина, специальной детской зубной пастой. Зубную щетку нужно хранить в специальном стаканчике, ее нужно хорошо промывать.
* Для зубов и десен полезны твердые овощи и фрукты. Полезное молоко в нем много кальция, который укрепляет зубы. А вот много сладкого для зубов вредно. Вредно грызть зубами очень твердые продукты, например, орехи. Вредна как очень холодная, так и очень горячая пища.

**3. В гостях у Мойдодыра"** (взрослый играет роль)

*"Вдруг из маминой из спальни*

*Кривоногий и хромой*

*Выбегает умывальник*

*И качает головой…"*

**Мойдодыр**. А кто знает, почему его так зовут? Верно, в старину на Руси говорили, что вымыть чисто – значит оттереть до дыр всю грязь так, что человек светился. Значит Мойдодыр, т.е. я очень любит чистоту и следит за тем, чтобы все дети и родители соблюдали правила личной гигиены. А зачем это нужно делать?

-Предлагаю, отгадав загадки, вспомнить моих друзей и подружиться с ними.

*1. Хожу – брожу не по лесам,*

*А по усам и волосам.*

*И зубы у меня длинней*

*Чем у волков и медведей. (Расческа)*

*2. Лег в карман и караулит*

*Реву, плаксу и грязнулю.*

*Им утрет потоки слез,*

*Не забудет и про нос. (Носовой платок)*

*3. Два конца, два кольца –*

*Посередине гвоздик. (Ножницы)*

*4. Ускользает, как живое,*

*Но не выпущу его я.*

*Белой пеной пенится,*

*Руки мыть не ленится. (Мыло)*

*5. Волосистою головкой*

*В рот оно влезает ловко*

*И считает зубы нам*

*По утрам и вечерам. (Зубная щетка)*

**4. Игра "Оживи предмет".**

Родители выбирают предмет гигиены (зубная щетка), лежащий у меня в коробочке, и расскажет, чем она полезна и необходима для ребенка. Правила: не повторять сказанное предыдущими участниками.

**5. Из истории вещей.**

**Ведущий.**

*Зубная щетка.*

Ее придумал еще первобытный человек. Обыкновенная палочка с разжеванным концом – вот и все изобретение. Но и в наше время на базарах Индии продают палочки определенного дерева.

Для чистки зубов достаточно зачистить палочку от коры и пожевать. Размочаленные волокна с успехом очищают зубы, а выделившийся сок, приятный на вкус, дезинфицирует полость рта, укрепляет зубы и десна. На Руси во времена Ивана Грозного после трапезы пускали в ход так называемую зубную метлу или веник – галочку с пучком щетины на конце. Петр Первый в обязательном порядке предписывал боярам чистить зубы влажной тряпочкой с толченым мелом перед важными встречами с иностранцами.

**Ведущий.**

-Как правильно чистить зубы, расскажет медсестра ДОУ.

**6. Медсестра:**

1. Зубная щетка располагается вдоль линии десен. Движения зубной щетки – сверху вниз. Тщательно чистить каждый зуб.

2. Очистить внутреннюю поверхность каждого зуба. Движения зубной щетки – снизу вверх.

3. Почистить жевательную поверхность каждого зуба. Движения щетки – вперед назад.

4. Кончиком четки почистить внутреннюю сторону передних зубов круговыми движениями.

5. Не забудьте почистить язык.

*Как поел, почисти зубки.*

*Делай это два раза в сутки.*

*Предпочти конфетам фрукты,*

*Очень важные продукты!*

*Помни правило такое:*

*К стоматологу идем*

*В год два раза на прием.*

*И тогда улыбки свет*

*Сохранишь на много лет.*

**7. Игра " Береги зубы"** (Неверное утверждение – хлопок.)

* Нельзя грызть зубами грецкие орехи.
* Не следует полоскать зубы после еды.
* Нельзя есть сырые овощи и фрукты
* Следует чистить зубы утром и вечером и после сладкого.
* Посещай зубного врача только когда заболит зуб.
* Щетка с искусственной щетиной лучше, чем с натуральной.
* Не позволяй никому пользоваться своей зубной щеткой.
* Меняй зубную щетку раз в пять лет.
* Не ешь одновременно горячую и холодную пищу.
* Храни щетку щетиной вверх.
* Чаще ешь сладости, пей газированные напитки.

**Домашнее задание:**

-Совместно с ребенком сделать стаканчик для зубной щетки.

До новой встречи!

*Примечание:*

Памятка для родителей «Щетка - добрая подружка», «Как сохранить здоровые зубы?», «Приучение ребенка к зубной щетке».

Подвижная игра из цикла "Играем с малышом"

**Тематическая встреча с родителями "Физкультура и здоровье"**

**Цель:** формировать осознанное желание у родителей заниматься разнообразной двигательной деятельность (утренняя зарядка, подвижные игры, прогулки) с детьми раннего возраста в домашних условиях. Пропаганда и формирование здорового образа жизни семей детского сада. Знакомить родителей с играми которые могут использовать в семье для досуга.

**Ход:**

**Ведущий.**

-Здравствуйте, уважаемые мамы, папы, рады приветствовать вас на нашей встречи. Начнем нашу встречу с проверки домашнего задания.

**1. Проверка "домашнего задания"**.

Каждая семья представляет сделанную поделку "Стаканчик для зубной щетки"

**Ведущий.**

-Здоровым человек не может быть не занимаясь физкультурой и спортом. К этому нас призывает наш инструктор по Ф/К.

*Со здоровьем дружен спорт.*

*Стадион, бассейны, корт,*

*Зал, каток – везде вам рады!*

*За старание в награду будут кубки и рекорды,*

*Станут мышцы ваши тверды!*

*Только помните: спортсмены*

*Каждый день свой непременно начинают с физзарядки!*

*Не играйте с дремой в прятки.*

*Быстро сбросьте одеяло,*

*Встали – сна как не бывало!*

**2. "Физминутка".**

Родители из спортивного комитета предлагают вам выучить несколько упражнений из дыхательной гимнастики, которые вы сможете включить в утреннюю гимнастику. Эти упражнения очень полезны для профилактики простудных заболеваний. (По желанию родителей инструктор по Ф/К показывает игровые упражнения, подвижные игры, которые родители могут делать с детьми в домашних условиях).

* "Помаши крыльями, как петух ". Вдох – поднять руки в стороны. На выдохе похлопать руками по бедрам и произнести "ку-ка-ре-ку".
* "Трубач ". Кисти рук собраны в трубочку, подняты вверх – глубокий вдох. На выдохе произнести "ту-ту-ту-ту".
* "Часики". Размахивая прямыми руками взад-вперед произнести "тик-так-тик-так."
* "Каша кипит". Сидя, правая рука на груди, левая на животе. Втянуть живот и набрать воздух в грудь. Выдыхаем воздух произносим "пф-пф-пф-пф".

**Ведущий.**

Ведущий предлагает просмотреть презентацию, где родители могут увидеть своего ребенка в двигательной деятельности.

**3. Презентация "Как мы дружим с физкультурой"**

**Домашнее задание:**

-Подобрать семейные фотографии, где вы на прогулке со свои ребенком; оформить в альбом.

*Примечание:*

Памятка для родителей «Утренняя гимнастика для самых маленьких»,«Детская утренняя гимнастика для самых маленьких»

Подвижная игра из цикла "Играем с малышом"

**Тематическая встреча с родителями "Соблюдай режим дня"**

**Цель:** формировать осознанное желание у родителей к соблюдению режима дня с детьми раннего возраста в домашних условиях. Пропаганда и формирование здорового образа жизни семей детского сада. Знакомить родителей с играми которые могут использовать в семье для досуга.

**Ход:**

**Ведущий.**

-Здравствуйте, уважаемые мамы, папы, рады приветствовать вас на нашей встречи. По традиции нашу встречу начнем с проверки домашнего задания.

**1. Проверка "домашнего задания"**.

Каждая семья представляет фотоальбом.

**Ведущий.**

- Сегодня мы поговорим о режиме дня вашего ребенка. Скажите, почему важно соблюдать режим дня?

-Вот сейчас мы совершим небольшое путешествие по режиму дня и посмотрим, все ли соблюдают его.

- На карте - путеводители мы будем записывать каждый пункт режима по порядку.

**2. Путешествие по режиму дня.**

- Итак, с чего начинается наш день и чем заканчивается. (Каждая семья на листках бумаги, с помощью карандашей, красок и творчества изображает режим дня своего ребенка).

**3. Презентация "Режим дня в нашем ДОУ"**

Сравниваем режим дня в семье с режимом дня в ДОУ.

*Выводы.*

- Почему надо соблюдать режим дня, особенно детям?

**3. Сказка о микробах.**

Жили-были микробы – разносчики разных болезней. Больше всего на свете они любили грязь. Чем грязнее, тем им приятнее и тем больше их становилось.

Вот на столе кто-то оставил немытые тарелки, крошки, кусочки хлеба. Тут как тут муха. А на ее лапках сотни микробов, особенно если она прилетела с помойки. Муха улетела, а микробы остались лежать на столе – на тарелках, на хлебе и думают: «как хорошо, что на свете есть грызнули и мухи». И стало микробам раздолье. И на руки можно попасть, и в рот к человеку, А там и до болезни рукой подать!

- Подумайте, что в сказке, правда, а что вымысел?

- Что поможет нам победить микробов?

**Домашнее задание:**

- Оформить плакат "Здоровый Образ Жизни моей семьи" (рисование или аппликация)

*Примечание:*

Памятка для родителей «Утренняя гимнастика для самых маленьких»,«Гимнастика для самых маленьких»

Подвижная игра из цикла "Играем с малышом"

**Тематическая встреча с родителями (итоговое) "Расти здоровым малыш"**

**Цель:** актуализировать и закрепить полученные знания, умения, навыки, подведение итогов работы над реализацией проекта, его эффективность.

**Ход:**

**Ведущий.**

-Здравствуйте, уважаемые мамы, папы, рады приветствовать вас на нашей итоговой встречи. По традиции нашу встречу начнем с проверки домашнего задания.

**1. Проверка "домашнего задания"**.

Каждая семья представляет плакат "Здоровый Образ Жизни моей семьи".

**Ведущий.** Подводим итоги наших встреч, а значит проверяем какие вы знания получили.

Ответьте на вопросы данного блицопроса, выделив одни из представленных вариантов ответов. По окончании ведущий сообщает правильный ответ (верный ответ выделен).

**2. Блицопрос.**

1. Как часто надо менять зубную щетку?

* раза два в год;
* **каждые 3-6 месяцев;**
* как только она обретает потрепанный вид.

1. Что меньше всего защищает вас от простуды и гриппа?

* частое мытье рук;
* противогриппозная вакцина;
* **отказ от прогулок в холодную погоду.**

1. Как часто надо давать отдых глазам, если вы читаете или занимаетесь делами, требующие зрительного внимания?

* каждый час;
* **каждые полчаса;**
* каждые 10мин.

1. Как правильно дышать?

* ртом;
* **носом;**
* ни один из вариантов не хуже и не лучше другого.

**3. Кроссворд "Как стать Небольйкой"**

1. Раздел медицины, изучающий условия сохранения здоровья, а также система действий, мероприятий, направленных на поддержание чистоты, здоровья (гигиена).
2. Невосприимчивость организма по отношению к возбудителям болезней (иммунитет)
3. Состояние человека, полное сил, энергии (бодрость)
4. Совокупность предупредительных мероприятий против чего-либо (профилактика)
5. Комплекс мероприятий по повышению устойчивости организма к воздействию внешних неблагоприятных условий (закаливание).
6. Устройство, позволяющее овладеть сложным комплексом упражнений, способствующих развитию силы, скоростно - силовой качеств, а также выносливости (тренажор)
7. Лечебная смесь, насыщенная кислородом (коктейль)
8. Комплекс упражнений, способствующий укреплению здоровья и общему физическому развитию (гимнастика).
9. Органические вещества, необходимые для нормальной жизнедеятельности организма (витамины).

**Ведущий.**

**5. Обратная связь.**

* Родители высказывают свои впечатления от встреч.
* Хотят ли продолжать проводить совместно с педагогами встречи родительского клуба?
* Предлагается придумать название? (Совместно решаем назвать клуб "Расти здоровым малыш").

**Ведущий.**

Наши встреча подходит к концу сегодня вы остаетесь без домашнее задания. Но мы приготовили подборку игр, стихотворений для использования их в режимных моментах для вашей семьи.