**РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ**

**Тема: Формирование культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста.**

**Время проведения**: февраль.

**Форма проведения:** встреча.

**Цель:** формирование у детей и родителей культуры здоровья.

**Задачи**: формировать у родителей представления о воспитании культурно-гигиенических навыков у детей младшего дошкольного возраста; повысить интерес родителей к вопросам укрепления здоровья детей.

**Участники:** воспитатели, родители; вторая часть собрания проходит с участием детей.

**Место проведения**: музыкальный зал.

**План проведения**

1. Вступительный этап.

2. Основная часть:

• обмен опытом семейного воспитания;

• блиц опрос родителей.

3. Игровая мини-программа.

4. Подведение итогов собрания.

**Ход мероприятия**

**I. Подготовительный этап**

1. Родители выполняют домашнее задание *(приложение №1).* Они должны понаблюдать за своими детьми и оценить, как сформированы их культурно-гигиенические навык.
2. Подготовка к конкурсу «Детская прическа».
3. Оформление альбома стихов, загадок, подбор песенок, игр по теме собрания.
4. Оформление тематической выставки в группе.
5. Приглашение родителей.
6. Разучивание с детьми песен, игр, заучивание стихотворений по теме собрания.

7.Подготовка и оформление цитат, поговорок и крыла­тых фраз.

* «Если возможна гигиена тела, то возможна также гигиена ума и характера» ***(Д. Писарев).***
* «Чистота — залог здоровья».
* «Чистота — та же красота».
* «Красота — это обещание счастья».
* «Хорошая прическа важнее дорогого наряда».
* «Здоровые волосы — красота человека».
* «На то два уха, чтоб больше слушать».
* «Ухо — это орган слуха, есть у каждого два уха».
* «Сон — лучшее лекарство».

8.Проведение репетиции.

1. **Организационный этап**
2. Красочное оформление музыкального зала.
3. Подготовка необходимого оборудования, материалов, ко­стюмов, символов.
4. Оформление выставки детских гигиенических принадлеж­ностей.
5. Подготовка чаепития.
6. **Вступительный этап**

Уважаемые гости! Сегодня наше родительское собрание будет состоять из двух частей. В первой части мы поговорим о форми­ровании у детей культуры здоровья. Во второй части мы прове­дем конкурс детских причесок. Итак, мы начинаем!

Сегодня наш разговор о формировании культурно-гигиени­ческих навыков у детей.

— Как вы думаете, что такое культура здоровья? (Рассуждения родителей.)

Под культурой здоровья ребенка понимается совокупность трех компонентов.

(Воспитатель использует зрительный ряд.)

* Осознанное отношение к своему здоровью и жизни.
* Знания о здоровье и умения оберегать, поддерживать и со­хранять его.
* Валеологическая компетентность, которая позволяет до­школьнику самостоятельно решать задачи здорового об­раза жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи.

Основой здорового образа жизни ребенка является режим дня. Но если распорядок дня во многом зависит от индивидуальных особенностей человека, то правила личной гигиены, напротив, универсальны.

**IV. Основная часть**

**Обмен опытом семейного воспитания**

Всем нам хочется, чтобы ребенок вырос крепким, красивым, здоровым. Поэтому с раннего детства и на протяжении всей жиз­ни человек должен тщательно ухаживать за своим телом, кожей, волосами, ногтями, зубами и т. д. Соблюдение правил личной гигиены — непременное условие здорового образа жизни.

Среди правил личной гигиены первостепенное значение име­ют правила ухода за кожей.

Своим семейным опытом по данному вопросу с нами поде­лится мама Ляпустина Ирина Викторовна.

(Рассказ об опыте ухода за кожей ребенка включает информа­цию о том, каких правил ухода за кожей придерживаются в семье, как родители обучают гигиеническим навыкам своего ребенка.Обмен опытом между родителями.)

Почему они серые?

Мама тесто замесила

Из пшеничной из муки,

Я кусочек попросила,

Стала делать пирожки.

Я леплю, я делаю,

Только не пойму:

У мамы — то белые,

А у меня-то серые —

Не знаю почему.

***Е. Благинина***

**Родители.** Кожа не только защищает наш организм от жары, холода и инфекций. Она помогает человеку дышать и избавлятьсяот шлаков. Лучший способ ухода за кожей — это еженедельная баня.

**Воспитатель.** В правилах личной гигиены важное место отводится мерам по уходу за ногами. Пожалуйста, Орехова Оксана Гафиятовна, расскажите, как вы это осуществляете в своей семье.

(Обмен опытом по уходу за ногами ребенка между родителями.)

**Родители.** Ноги необходимо мыть ежедневно теплой водой с мылом перед сном. После мытья их надо досуха вытереть чистым полотенцем. Во избежание заболевания ног следует чаще менять носки и не ходить в тесной обуви.

**Воспитатель.** Очень важно научить ребенка правиль­но ухаживать за зубами и полостью рта. Об этом нам расскажет мама ШайкеноваЖанараБатырхановна.

(Обмен опытом по уходу за полостью рта между родителями.)

**Родители.** Гигиена полости рта — это тщательная чистка зубов. Зубы необходимо чистить ежедневно утром и вечером. Зуб­ная щетка должна быть яркой, привлекательной для детей. Она двигается вертикально от десны к зубам.

Как поел, почисти зубки.

Делай так два раза в сутки.

Надо чистить каждый зуб,

Верхний зуб и нижний зуб,

Даже самый дальний зуб,

Очень важный зуб.

Изнутри, снаружи три,

Три снаружи, изнутри...

Мы чистим, чистим зубы

И весело живем,

А тем, кто их не чистит,

Мы песенку споем:

Эй, давай, не зевай,

О зубах не забывай,

Снизу вверх, сверху вниз,

Чистить зубы не ленись.

**Воспитатель.** Тщательного ухода требуют лицо, шея и уши. У детей эти части тела загрязняются особенно сильно, поэтому их надо мыть не реже двух раз в день — утром и перед сном.

(Обмен опытом по уходу за лицом, шеей и ушами между родителями.

**Педагогический всеобуч «Воспитание у детей культурно-гигиенических навыков»*.***«Ну что за неряха!» — в сердцах восклицает иной родитель, будто и не причастен к тому, что ребенок таков. А ведь опрятность и аккуратность не врожденные качества. В основе их — гигиени­ческие навыки и привычки, которые формируются с раннего воз­раста: уход за своим телом, культура еды, бережное отношение к личным вещам, предметам и игрушкам, поддержание порядка в окружающей обстановке.

Взрослый приучает ребенка радоваться чистой красивой одежде, аккуратной прическе и в то же время испытывать брезгливость от неухоженной обуви, грязных рук, непричесанных волос, пятен на одеж­де; обращаться с просьбой помочь устранить эти недостатки.

Формирование навыков гигиены можно начать с показа кар­тинок, где изображены процессы умывания, кормления, приче­сывания, и не только людей, но и животных, птиц. Чтобы ребенок дружил с мылом и водой, надо исключить возможность неприят­ных ощущений, например закатывать рукава во время умывания, постепенно приучать к закаливающим процедурам во избежание резкого контраста между теплой и холодной водой.

При этом гигиенические процедуры сопровождаются чтением любимых потешек при умывании, купании, кормлении, расчесы­вании, укладывании спать.

Приобретенные навыки гигиенической культуры можно за­крепить в процессе чтения художественной литературы (К. Чуков­ский «Мойдодыр», «Федорино горе», «Муха-цокотуха»; Е. Благи­нина «Аленушка», «Научу обувать я братца...»; 3.Александрова «Утром», «Купание»; В. Орлов «Хрюша обижается»; А. Барто «Девочка чумазая», «Девочка-ревушка»; И. Токмаковой «Тили-тили-тили-тили?»; М. Яснов «Я мою руки»; А. Усачев «Хочешь, Феденька, кефир»; О. Дриз «Про веселый пирожок»; Я. Аким «Мыть посуду я люблю», «Про неумейку»; В. Зайцев «Я одеться сам могу»; Э. Мошковская «Уши»;С. Капутикян «Хлоп-хлоп»; Ю. Тувим «Письмо ко всем детям по одному очень важному делу»; А. Воронкова «Маша-растеряша»; Н. Сынгаевский «Помощница» и другие произведения).

Процессы умывания, кормления, причесывания важно не только демонстрировать личным примером, но и сопро­вождать показ объяснением — заинтересовать ребенка, вызвать желание быть самостоятельным, одобрять даже небольшие его успехи.

Родителям выдаются памятки: «Требования к сформированности культурно-гигиенических навыков детей 3—4 лет» *(приложение 4)* и полезные советы для родителей *(приложение 5).)*

**Блицопрос родителей**

(Используется зрительный ряд — символы, обозначающие каждый этап блицопроса.Новый этап опроса обозначается по­явлением нового символа.)

***Гигиена рук***

* Как часто необходимо ребенку мыть руки?
* Почему необходимо в мороз надевать на руки перчатки (ва­режки)?
* Сколько раз в неделю необходимо подстригать ногти на руках?
* В каких ситуациях ребенок может поранить кожу?
* Что нужно делать, если ребенок поранил руку?
* Что должен сделать ребенок дома после возвращения с про­гулки?
* Перечислите названия пальцев на руке.
* Вспомните народную потешку, песенку, которую можно использовать во время пальчиковой гимнастики с ребенком.

***Гигиена волос***

* Как часто нужно мыть ребенку волосы?
* Чем можно мыть волосы?
* Что нужно ребенку для мытья в ванне?
* Как нужно правильно расчесывать длинные волосы?
* Какую красивую прическу (стрижку) лучше сделать ребенку
* Почему нельзя укладывать ребенка спать с мокрыми волосами?
* Почему ребенку нельзя выходить на улицу с мокрыми во­лосами?
* Что поможет вам просушить волосы ребенку после мытья?
* Что можно вплетать в волосы?
* Почему, когда укладываете ребенка спать, необходимо из волос вытащить все украшения?

***Гигиена глаз***

* О чем нужно помнить родителям, когда ребенок садится рассматривать книгу?
* Сколько времени ребенку можно смотреть телевизор?
* О чем нужно помнить во время работы ребенка с ножница­ми, клеем?
* Почему нельзя протирать глаза руками, варежкой, грязным носовым платком?
* Что нужно делать, если ребенку в глаз попала соринка?
* У ребенка слезятся глаза. Что вы предпримете?
* Если ребенок получил травму (кожи, глаза), что он должен сделать в первую очередь?

**Гигиена полости рта**

* Когда ваш ребенок чистит зубы?
* Что нужно ребенку, чтобы почистить зубы?
* Как называется заболевание зубов?
* Когда ваш ребенок научился чистить зубы?
* Что нужно делать после каждого приема пищи?
* Кто должен следить за сохранностью зубов ребенка?
* Сколько раз в год необходимо показывать ребенка стоматологу?

**Гигиена слуха**

* Отчего у ребенка могут заболеть уши?
* Что нужно сделать, когда в уши попала вода?
* К какому врачу вести ребенка при заболевании ушей?

**Гигиена сна**

* Какие звуки ребенку приятно послушать перед сном?
* Какие гигиенические процедуры ребенок выполняет перед сном?
* В чем вы укладываете ребенка в кровать?
* Что нужно сделать в спальной комнате перед сном?
* Что можно пожелать ребенку, когда укладываете его спать?

**Гигиена одежды**

* Перечислите необходимую для ребенка зимнюю (летнюю, весеннюю, осеннюю) одежду.
* Что нужно делать, чтобы одежда ребенка во время работы с клеем, краской, почвой не испачкалась?
* Что нужно для стирки детского белья?
* Какие меры предосторожности необходимо соблюдать во время стирки белья ребенком?
* Какие щетки вы знаете?

**Гигиена обуви**

* Что нужно делать с ботинками, если ребенок в них попал под дождь?
* Перечислите необходимую для ребенка зимнюю (летнюю) обувь.
* Чем вы можете помочь промокшим валенкам?
* Что нужно сделать, если у ребенка на ботинке отлетел каблук, оторвалась подошва?
* Какие требования к обуви для малышей должны соблюдаться?

**V. Игровая мини-программа**

Демонстрация детских причесок и награждение участников конкурса;

**VI. Подведение итогов собрания**

А теперь давайте все вместе споем песню. (Исполнение песни.)

Благодарим всех гостей, родителей и детей за участие и под­готовку нашей встречи. Просим всех к дегустационному столу. (Дегустация фиточая.)

**Приложения.**

**Приложение 1. Домашнее задание для родителей**

Задание: понаблюдайте и оцените, как сформированы культурно-гигиенические навыки у вашего ребенка.

**1. Мытье рук.**

* Охотно идет в ванную и сразу приступает к действию.
* Закатывает рукава.
* Правильно открывает кран — так, чтобы струя воды была небольшой, смачивает руки водой, намыливает ладони и тыльную сторону кисти.
* Смывает мыло и стряхивает воду в раковину.
* Снимает полотенце с вешалки и после вытирания рук аккуратно вешает его на место.
* Вытирает тщательно тыльную сторону кисти и между пальцами.

**2. Умывание.**

* Как ребенок пользуются водой, мылом? Не пропускает ли отдельные действия? Соблюдает ли их правильную последовательность?
* Осознает ли ребенок необходимость умывания? Чем мотивировано выполнение этого действия (ребенок действует по собственной инициативе или по указанию взрослого)?

1. **Прием пищи.**

* Как ребенок пользуется столовыми приборами (в какой руке держит ложку, умеет ли пользоваться вилкой и т. д.)?
* Аккуратно ли ест (не крошит хлеб, не проливает пищу)?
* Сохраняет ли за столом правильную осанку?
* Как заканчивает еду (задвигает ли стул, благодарит ли взрос­лых и т. д.)?

1. **Одевание и раздевание.**

* Соблюдает ли ребенок правильную последовательность действий?
* Необходима ли помощь взрослого? Когда ребенок обраща­ется за ней?
* Аккуратно ли одевается? Замечает ли непорядок в своей одежде и одежде других? Как его устраняет?
* Как складывает одежду (аккуратно, небрежно и т. д.)?
* Сформировано ли бережное отношение к предметам одеж­ды? В чем оно проявляется?

**Приложение 4. Требования к сформированности культурно-гигиенических навыков у детей 3-4 лет**

**Режимные процессы**

**Умывание:** самостоятельно и аккуратно моют руки, лицо, правильно пользуются мылом, сухо вытираются после умывания, вешают полотенце на место; моют руки по мере загрязнения, перед едой, после пользования туалетом.

**Прием пищи:** правильно пользуются ложкой, вилкой, салфеткой, не крошат хлеб, не проливают пищу, пережевывают пищу с закрытым ртом.

**Одевание и раздевание:** совершенствуется умения самостоятельно одеваться и раздеваться. Аккуратно складывают и вешают одежду, с помощью взрослого приводят ее в порядок — чистят, просушивают.

**Культура общения**

Благодарят взрослого, сверстников за оказанную помощь, внимание.

Выражают просьбу словами, излагают ее понятно. Обращаясь к сверстнику, называют его по имени, смотрят на него, внимательно слушают ответ, разговаривают друг с другом в приветливой форме. Соблюдают элементарные правила поведения: ведут себя спокойно, не кричат, не мешают окружающим.

**Приложение 5.Полезные советы для родителей**

**«Руки — это лицо человека»**

* Подстригать ногти на руках следует не реже 1 раза в 7—10 дней.
* Перед каждым приемом пищи, после прогулки следует мыть руки с мылом.
* Нужно быть внимательным во время работы с колющими и режущими предметами (нож, иголка и т. д.).
* Нужно осторожно открывать емкости с горячей водой (чай­ник, кастрюля, водопроводный кран).
* В ветреную и холодную погоду нужно обязательно ходить в перчатках или варежках.
* Следует ежедневно пользоваться кремом для рук.

**«Расти, коса, до пояса»**

* Обязательно нужно иметь собственную расческу и следить за ее чистотой.
* Мыть голову необходимо один-два раза в неделю, пользуясь шампунем.
* Промыв волосы, нужно вытереть их мягким полотенцем и расчесать.
* Нельзя заплетать мокрые волосы.
* Нельзя ложиться спать с мокрой головой.
* Длинные волосы нужно расчесывать с концов и постепенно переходить к корням.

**«Дороже алмаза свои два глаза»**

* Берегите глаза, когда стираете белье или выводите пятна.
* Нельзя тереть глаза грязным носовым платком, варежкой, концом шарфа.
* Нельзя читать, лежа на диване или в кровати.
* Нельзя читать в движущемся транспорте (в вагоне, в авто­бусе и т. д.).
* Читать нужно, сидя за столом, чтобы освещение было с ле­вой стороны.
* Нельзя носить чужие очки.
* Нужно смотреть телевизор сидя и не более 15—30 минут подряд (зависит от возраста ребенка).
* Необходимо делать гимнастику для глаз.
* Лампу нужно ставить слева.
* Необходимо надевать защитные очки при малейшей веро­ятности нанесения вреда глазам (работа в огороде, во время строительства, при домашней уборке, при опасности попа­дания пыли и т. д.). Сидеть за столом нужно прямо.
* Необходимо быть осторожным и внимательным во время работы с острыми предметами (ножницы, иголка, булавка, спицы и др.).

**«Здоровые зубы здоровью любы»**

* Необходимо правильно питаться: ежедневно ребенок дол­жен получать молоко или кисломолочные продукты, мясо, рыбу, черный хлеб, разнообразные овощи и фрукты круг­лый год. Нужно приучать детей к твердой пище: это укреп­ляет десны и зубы.
* С 2—3 лет необходимо прививать детям привычку полоскать
* рот после еды и чистить зубы утром и вечером.
* Не реже двух раз в год надо посещать с ребенком стоматолога.

**«Ухо — это орган слуха»**

* Уши надо беречь: от слишком громких звуков устаешь.
* Нельзя слушать громкую музыку. Громкие звуки мешают
* думать, мешают другим людям.
* Нельзя ковырять в ушах.
* Нужно защищать уши от сильного ветра.
* Нельзя очень сильно сморкаться.
* Нельзя допускать попадания в уши воды.

**«Если сладко спится, сон хороший снится»**

* Соблюдайте режим: больше бывайте с ребенком на свежем воздухе, занимайтесь физкультурой, закаливанием. Нельзя наедаться перед сном. Нельзя смотреть долго телевизор. Нельзя ложиться поздно. Нельзя играть в шумные игры перед сном. Перед сном необходимо проветрить комнату. Перед сном следует задернуть занавески. Перед сном нужно умыться. Перед сном следует сложить одежду. Нельзя откладывать отход ко сну, если ребенок начинает дремать. Дремота — естественный сигнал идти спать. Не от­махивайтесь от него. Откладывая отход ко сну, вы вносите разлад в организм.

