



ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА ДЕТЕЙ

Тщательное соблюдение чистоты — это не только метод сохранения здоровья ребенка в настоящем, но и залог его чистоплотности в будущем.

Наша с вами задача по мере воспитания ребенка – привить ему полезные навыки, связанные с личной гигиеной.

Чистим зубы

С 2-летнего возраста приучайте малыша чистить зубы. Как ухаживать за зубной щеткой? Щетку ребенок должен тщательно вымыть (на первых порах, конечно, с помощью взрослого) и поставить в специальный стакан головкой вверх.



Умываемся

Пусть ребенок вместе с вами помоеет руки и лицо. Можно взять ароматное туалетное мыло и насладиться вместе с ребенком его ароматом. Ведь эстетическая сторона дела имеет очень большую воспитательную значимость.



Расчесываемся

Расчешитесь сами, продемонстрируйте малышу, как это нужно делать. Конечно, сразу толком ничего не получится, но это вопрос времени. Главное для нас - сформировать полезную привычку расчесываться по утрам, а не ходить с неопрятной головой полдня.



Регулярно стрижем ногти.

Ногти ребенку нужно стричь достаточно коротко для того, чтобы под них не забивалась грязь, но и не настолько коротко, что это будет вызывать у малыша неприятные ощущения и даже боль.



Гигиена половых органов

Приучайте малыша подмываться 1-2 раза в день теплой водой с мылом. Для целей интимной личной гигиены у ребенка должно быть отдельное полотенце.



Гигиена питания

Не менее важным навыком личной гигиены у детей является умение соблюдать режим питания. Распорядок дня должен быть организован таким образом, чтобы в нем было место завтраку, обеду, полднику и ужину. Непременным элементом в уходе за дошкольником является закаливание, способствующее

формированию у детей силы воли, выносливости и предупреждающее различные заболевания.

Гигиена одежды

Обязательно прививайте ребенку аккуратное отношение к одежде. Он должен знать, что менять нижнее белье и носки необходимо ежедневно, а остальные вещи – по мере загрязнения. Покажите, как правильно складывать одежду в шкафу, научите стирать белье вручную – это научит его ценить чистоту и ваш труд.



Сканируя код или переходя по ссылке, закрепите знания с детьми, играя!!!!!!



https://youtube.com/watch?v=qBHZn_tS654&feature=share



<https://youtube.com/watch?v=JvydFeO34gQ&feature=share>