

# Правила Гигиены!



МДОУ «Детский сад №54  
«Семицветик»

это будет вызывать у малыша неприятные ощущения и даже боль. На пальцах рук ногти стригутся с закруглением, чтобы острые углы не царапались. Остригать ногти нужно 1-2 раза в неделю. Ногти на ногах удобнее всего стричь после купания, когда они размягчаются. Ногти на ногах нужно стричь ровно, чтобы избежать в дальнейшем их врастания.



При необходимости края ногтей можно обработать пилкой.

Вот те немногие правила гигиены для детей, которые должны войти в привычку и остаться на всю жизнь. Еще несколько слов о предметах личной гигиены малыша: зубная щетка,

мыло, расческа, полотенце – все это у ребенка должно быть индивидуальным и храниться отдельно от личных принадлежностей взрослых.

Хорошо здоровым быть!  
Соков надо больше пить!  
Гамбургер забросить в урну,  
И купаться в речке бурной!!!  
Закаляться, обливаться,  
Спортом разным заниматься!  
И болезней не боясь,  
В тёплом доме не таясь,  
По Земле гулять свободно,

Красоте дивясь  
природной!!!  
Вот тогда  
начнёте жить!  
Здорово здоровым  
быть!!!



воспитатель: Сысюк С.А.

## Правила личной гигиены дошкольника

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

Имейте в виду: то, что мы заложим в малыша сейчас, останется с ним на всю жизнь.

Давайте обсудим самые элементарные и в то же время самые необходимые навыки – **правила гигиены для детей.**



### 1. Чистим зубы.

С 2-летнего возраста приучайте малыша чистить зубы. Научите ребенка

ухаживать за зубной щеткой. Щетку ребенок должен тщательно вымыть (на первых порах, конечно, с помощью взрослого) и поставить в специальный стакан головкой вверх.



Не нужно хранить щетки в пластмассовых футлярах. Футляром лучше пользоваться кратковременно, например, в поездках, поскольку щетка остается влажной, а в такой среде размножаются бактерии.

**2. Умываемся.** Как я уже неоднократно говорила, навык малыша нужно формировать на собственном примере. Вы уже наверняка показали ребенку, как управляться с зубной щеткой.

Теперь покажите малышу, как вы моете руки, умываете лицо. Ведь все это также не менее важные правила гигиены для детей. 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.

### 3. Расчесываемся.

Приведение своих волос в порядок тоже относится к гигиеническим нормам для любого человека. 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.

**4. Регулярно стрижем ногти.** Ногти ребенку нужно стричь достаточно коротко для того, чтобы под них не забивалась грязь, но и не настолько коротко, что