

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 размягчатся. 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!!!



Правила гигиены



МДОУ №7 «Огонек»



Учитель-логопед: Лысцева О.Н.

Воспитатель: Жигалова Т.В.

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-хлетнего возраста приучайте малыша чистить зубы. Научите ребенка ухаживать за зубной щеткой. Щетку ребенок должен тщательно вымыть (на первых порах, конечно, с помощью взрослого) и поста-



вить 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 можете 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 туа-



летное 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 это будет вызывать у малыша неприятные ощущения и даже боль.