МДОУ «Детский сад № 29» города Ярославля

**ГАЗЕТА**

**ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**ЗВОНОЧЕК**

****

**Выпуск № 9,**

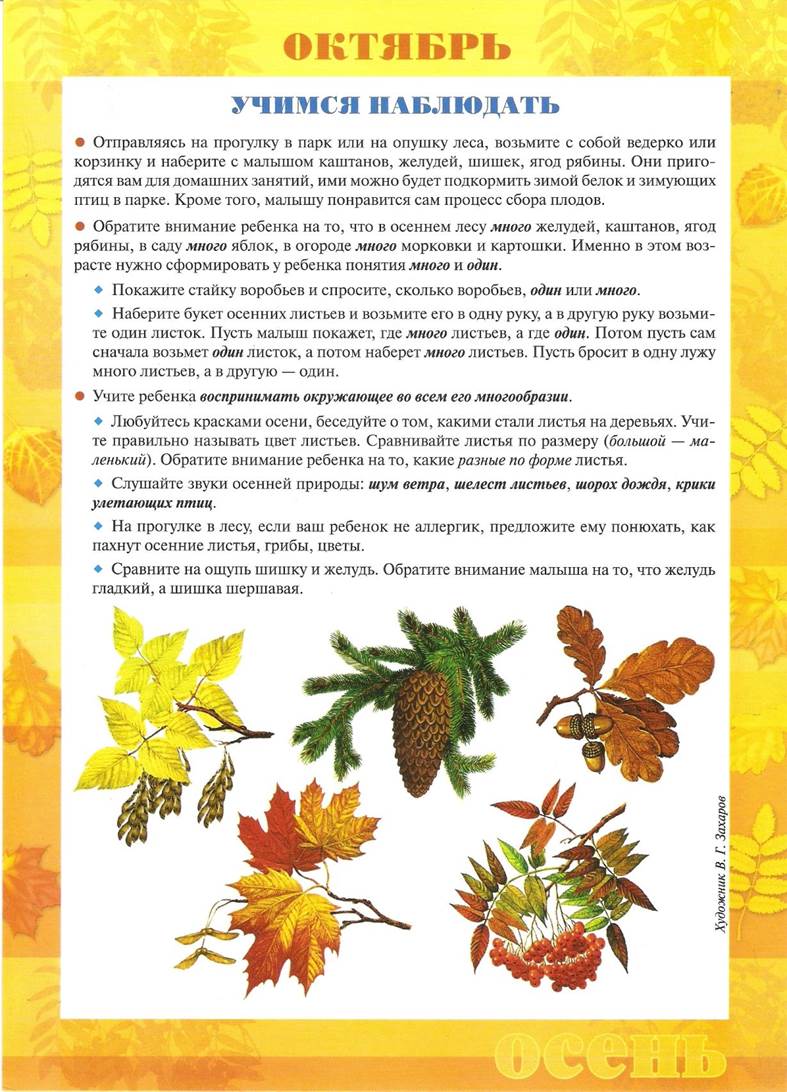
**октябрь 2024г**











**ЗНАМЕНАТЕЛЬНЫЕ ДАТЫ ОКТЯБРЯ**





















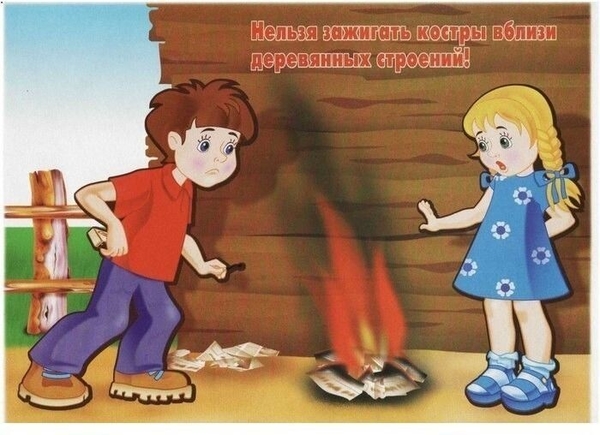









































**Консультация**

**«Залог здоровья – чистые руки»**

В детском саду, как правило, проблем с мытьём рук у детей не возникает.

Есть определенные правила, установлено время, в которое дети моют **руки — после прогулки**, перед едой и т. д.

В команде соблюдать такие правила несложно, а вот дома порой **возникают проблемы**.

Как же этого избежать и как привить ребенку эту полезную привычку?

**Первое — Выбираем мыло**

При выборе мыла обратите внимание на его состав.

Покупайте мыло без резких запахов и красителей. Кожа ребенка более нежная и чувствительная, чем у взрослого человека, поэтому состав всех средств гигиены должен быть натуральным.

В магазине можно предложить понюхать несколько кусочков мыла, чтобы он определился, какой запах ему нравится больше всего.

Малыш будет горд, что сам выбрал себе мыло и непременно захочет его опробовать. Также можно выбрать отдельную мыльницу, где будет храниться его личное мыло.

**Второе — Превращаем мытье рук в игру**

Если ребёнок не любит мыть **руки**, пусть его любимые игрушки составят ему компанию.

Включайте фантазию и расскажите, что, пока малыша не было дома, его зверюшки, куколки и другие игрушки играли, гуляли, ходили к друг другу в гости, и теперь им непременно надо мыть **руки**.

Ребенок будет рад такой забаве и постепенно привыкнет совершать это действие.

**Третье — Учимся мыть руки правильно**

Важно не просто привить ребенку привычку мыть **руки**, но и научить его делать это правильно. Мытье рук должно длиться не менее 20 секунд, для ребенка это очень долго.

Тут опять на помощь придет игра и ваша фантазия. Предложите вместе исполнить припев или куплет любимой детской песенки, или короткий стишок, может быть считалочку и т. д.

И обязательная процедура превратится в забаву. Мы посчитали, что если дважды пропеть поздравление *«С днем рождения тебя»*, то получится как раз 20 секунд.

**Четвертое — Закрепляем привычку**

Для закрепления привычки можно использовать антисептические средства для обработки рук либо антибактериальные салфетки.

После того, как вы научили ребенка мыть **руки** каждый раз перед едой, он может оказаться в замешательстве, когда у него не будет такой возможности.

Расскажите ему, что в таком случае на помощь ему придет антисептик или салфетки.

Поясните, что обрабатывать **руки** нужно не только перед едой, но и после посещения туалета и игр с домашними животными.

Выбирая антисептическое средство для ребенка, обратите внимание на его состав. Антисептик может считаться безвредным, если он не содержит спирт, химикаты, искусственные ароматизаторы. Сейчас в продаже есть специальные антисептики для детей с ароматами алоэ и клубники.

**Пятое — Контролируем прогулку**

Помните, что на прогулке ребенок касается разных поверхностей и бесконтрольно может касаться своего лица.

Придумайте игры для дома, в которых не рекомендуется касаться лица. Либо перед прогулкой надевайте ребенку на запястье украшение (яркий или звенящий детский браслетик, такое есть не только для девочек, но и для мальчиков, которое отвлечет его внимание, как только он захочет коснуться лица.

Чтобы детям было понятно, как правильно мыть **руки**, покажите им это, комментируя свои действия:

• Намочите **руки**,

• добавьте мыло,

• намыливаем ладони, трем их одна о другую,

• затем одна рука моет другую, потом они меняются,

• сцепим пальцы рук в замочек и расцепим (4-5 раз)

• обхватим большой палец и потрем его,

• не забудьте тыльную сторону рук,

• тщательно смоем мыло,

• просушим **руки полотенцем**.

**Оставайтесь** **здоровыми! Берегите себя и своих детей!**