

Некоторые советы, которые помогут Вам приучить ребенка правильно мыть руки

МОЕМ РУКИ правильно!

1. Ладонка об ладонку
2. Между пальчиков
3. Тыльные стороны ладоней
4. Моем пальчики
5. Моем пальчики с внешней стороны
6. Не забываем про ногти
7. Моем запястья
8. Смываем мыло, вытираемся насухо!

Не забывайте мыть руки:

- после туалета
- после кашля или чихания
- после игры с животными
- после улицы
- перед едой




2мира.рф
взрослым о детях

Совет 1. Задействуйте фантазию ребенка: пусть он представит себе, что он – дельфин (утенок, рыбка). Дельфины очень гладкие и блестящие. Они любят водичку. Представив себя дельфином, малыш с радостью согласится умыться личико прохладной водой.

Совет 2. Превратите умывание в игру. Намыливая руки, можно попускать пузыри (сложив руку в кулак таким образом, чтобы между пальцами и ладонью осталось отверстие), понаблюдать за тем, сколько пузырей, больших и маленьких вырастает на ладошках, если их тщательно намывать. Можно также посоревноваться: у кого получится больше пены при намывании рук или (если ребенок стремится поскорее закончить процедуру и моет руки некачественно) кому удастся дольше всех не смывать мыло.

Совет 3. Используйте во время умывания стихи и песенки. Они помогут сделать гигиенические процедуры веселее и объяснят ребенку на понятном ему языке пользу и

необходимость действий. Мы предлагаем Вашему вниманию стихи и песни об умывании и чистоте. Вы можете распечатать их и повесить у себя в ванной. Малышу будет интересно рассматривать картинки, а Вам будет легче вспомнить необходимое стихотворение!

<p>Умывается ТИГРИЦА, и тигрята моют лица. Моет уши папа, А мочалка - лапа.</p> <p>Ежик в бане вымыл ушки, Шею, кожу на брюшке. И сказал еноту еж: „Ты мне спинку не потрешь?“</p> <p>Э.Мошковская</p>	
<p>Сам я встал сегодня рано, Сам умылся из-под крана, Чистить зубы сам пошел, И расческу сам нашел. Перед зеркалом стою, Сам себя не узнаю. Нет, такому молодцу Быть неряхой - не к лицу</p> <p>В.Степанов</p>	
<p>Что бы было, Что бы было, Если б Не было бы мыла? Если б Не было бы мыла, Таня грязной бы Ходила! И на ней бы, Как на грядке, Рыли землю Поросятки!</p> <p>Г.Новицкая</p>	

Прочитайте малышу стихи, пусть он раскрасит картинки к ним. У Вас получилась самая настоящая энциклопедия чистоты! Повесьте рисунки и стихи в ванне рядом с зеркалом, зачитывайте стихотворения крохе во время умывания.

Совет 4. Учите ребенка мыть руки правильно! Совершенно необходимо придерживаться следующих шагов:

1. Руки нужно намочить теплой водой.
2. Возьмите мыло, потрите его между ладошек.
3. Отложите мыло, старательно вспеньте мыло на руках, протрите каждый пальчик, не забудьте о запястьях. Это необходимо делать не менее 20 секунд. Для того чтобы ребенок знал, сколько времени нужно намыливать руки, зачитывайте одно из стихотворений об умывании. Очень скоро ребенок запомнит простые четверостишия и сможет сам задавать ритм своей деятельности.
4. Смойте мыло водой.
5. Вытрите руки пушистым полотенцем.

(по материалам интернет-сайтов)