

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №48 комбинированного вида»

**Консультация для родителей на тему:  
«Чистота-залог здоровья»**



Подготовила воспитатель:  
Богданова Наталья Николаевна

**Чистота – залог здоровья.**

Является ли чистота залогом здоровья? Большинство из нас ответят "да" и будут правы. " Чистота приближает человека к божеству", заметил один европейский социолог. Само слово "гигиена" произошло от имени одной из дочерей греческого бога-врачевателя Асклепия Гигеи (богини чистоты и здоровья).

Гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви, они продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что если они регулярно будут соблюдать эти правила, то у них проявляется уважение к окружающим и возникнет представление о том, что неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, не будет одобрен окружающими людьми. Воспитание у детей навыков личной и общественной гигиены играет важнейшую роль в охране их здоровья, способствует правильному поведению в быту, в общественных местах. В конечном счете, от знания и выполнения детьми необходимых гигиенических правил и норм поведения зависит не только их здоровье, но и здоровье других детей и взрослых.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены стало для них естественным, а гигиенические навыки с возрастом постоянно совершенствовались. В начале детей приучают к выполнению элементарных правил: самостоятельно мыть руки с мылом, намыливая их до образования

пены и насухо их вытирать, пользоваться индивидуальным полотенцем, расческой, стаканом для полоскания рта, следить, чтобы все вещи содержались в чистоте. Поэтому работа по формированию у детей навыков личной гигиены должна начинаться в раннем дошкольном возрасте. Для воспитания у детей хорошей привычки мыть руки можно пользоваться маленькими стишками:

Водичка, водичка,  
Умой моё личико,  
Чтобы глазоньки блестели,  
Чтобы щечки краснели,  
Чтоб смеялся роток,  
Чтоб  
кусался зубок.

\*\*\*

Без воды умылся котик.  
Лапкой вымыл глазки, ротик.  
А вот мне нельзя так мыться  
Мама может рассердиться...

\*\*\*

В ванне.  
Любо плавать Ване  
В белом море - в ванне.  
Только вот обидно –  
Берега не видно.  
Видимость пропала,  
Мыло в глаз  
попало...

\*\*\*

Вода и мыло  
-Грязнуля ты!  
На лбу твоём чернила!  
Воскликнула Вода,  
Увидев Мыло.  
-Да, мыло говорит,  
-Я это знаю,  
Зато других от грязи  
Я спасаю!

\*\*\*

Водичка.  
Булькает водичка?  
Нечего бояться!  
Это наша внучка  
Любит умываться,  
Чтоб блестели зубки,  
Чтоб смеялся ротик,

Чтоб алели щечки,  
Не болел животик!

Задача взрослых при формировании культурно-гигиенических навыков, развивать самоконтроль при выполнении правил и норм личной гигиены. Предлагаем вместе с детьми научиться, правильно мыть руки.

Обязанность родителей постоянно закреплять гигиенические навыки, воспитываемые у ребенка в детском саду. Важно, чтобы взрослые подавали ребенку пример, сами всегда их соблюдали.

Как микробам хорошо  
Жить у нас с тобою.  
Не убегут они от нас  
Ни летом, ни зимою.

Если вы хотите, чтобы в доме не было микробов, не забывайте несколько очень важных правил.

Проводите влажную уборку в доме в отсутствие детей. Проветривайте помещение во время и после уборки.

Обрабатывайте предметы, с которыми контактирует ребёнок дезинфицирующим средством. Мойте игрушки в растворе дезинфицирующего средства после чего тщательно ополаскивайте водой.

Уделяйте внимание гигиене дома, особенно если в нём есть домашние животные: Протирайте пол дезинфицирующим средством, мойте лапы домашних питомцев (собак, кошек) после улицы. После этого обрабатывайте ванну моющими средствами.

Не забывайте дезинфицировать полотенца, которыми вытираете домашних животных.

Всегда мойте руки, приходя домой.

Родители являются примером для своего ребёнка. Они первыми объясняют ему правила поведения и необходимость соблюдения правил личной гигиены.

Важно с ранних лет приучать ребёнка к соблюдению личной гигиены.

У каждого ребёнка в детском саду есть индивидуальные предметы гигиены: Расчёска, полотенце, стаканчик. Следите за тем, чтобы и дома ребёнок пользовался индивидуальными предметами повседневной гигиены: зубная щётка, расчёска, мочалка, полотенце. Пусть ребёнок в игре закрепляет правила соблюдения личной гигиены.

Не забывайте помогать детям следить за своими зубами. С 4 лет дети уже сами способны это делать. Зубная паста должна подбираться в соответствии с возрастом ребёнка.

Соблюдение личной гигиены и содержание в чистоте помещения – залог здоровья вашего ребёнка.