

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!!!

***Наша с вами задача по мере воспитания ребенка – привить ему полезные навыки, связанные с личной гигиеной. Правила гигиены для детей Чистим зубы*** С 2-хлетнего возраста приучайте малыша чистить зубы. Как ухаживать за зубной щеткой? Щетку ребенок должен тщательно вымыть (на первых порах, конечно, с помощью взрослого) и поставить в специальный стакан головкой вверх.



***Умываемся*** Пусть ребенок вместе с вами помоет руки и лицо. Можно взять ароматное туалетное мыло и насладиться вместе с ребенком его ароматом. Ведь эстетическая сторона дела имеет очень большую воспитательную значимость.

***Расчесываемся*** 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.

 ***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.

**МБДОУ «Детский сад № 137» Подготовила воспитатель: Пущиенко Наталья Валерьевна Дзержинск 2020**

.