



**Консультация для
родителей**

Учим ребёнка правильно мыть руки

О том, что руки нужно тщательнейшим образом мыть, знают все. Но как научить этому ребенка, если он сам не проявляет желания научиться?

Учиться лучше всего непринужденно и весело, объясняя основные правила гигиены в игровой форме, не принуждая малыша ни к чему и не ругая его.

1. Маленькие дети очень любят подражать взрослым, и такое их поведение можно с успехом использовать для обучения. Вовлекайте малыша в процесс, показывайте, как моете руки вы, как намыливаете их и как ополаскиваете под струей воды. Комментируйте свои действия, предлагайте использовать на выбор различное мыло – в кусочках, жидкое или даже мыло собственного изготовления. Пусть малыш поможет помыть руки вам, а потом самостоятельно помое свои.
2. Имитация игры – очень действенный способ приучить ребенка к чему-либо, в том числе и к мытью рук. Поиграйте с ним в «дочки-матери»: приготовьте обед и отправьте его помыть перед едой руки и лицо любимой кукле.
3. Можно предложить малышу поиграть в интересную игру – «мыльные перчатки». В начале этой игры пусть ребенок сам выберет понравившееся мыло, затем потрогает водичку и наденет белые мыльные перчатки на руки. Для этого необходимо будет тщательно намылить каждый пальчик. Когда «перчатки» полностью надеты, пусть малыш самостоятельно «снимет» их – смое мыло под струей воды. После этого ручки следует

хорошенько вытереть. В игровой форме навыки формируются гораздо быстрее.

4. Дети более охотно приучаются мыть руки, если родители приобретают им индивидуальные предметы гигиены. Например, набор полотенец и мыльных принадлежностей с любимыми героями мультфильмов.

5. Многие родители используют в целях обучения мультфильмы, в которых рассказывается о детях - грязнулях, которые не хотели умываться и мыть руки. Вспомните хотя бы старые добрые мультики «Мойдодыр» и «Королева Зубная щетка». Существуют и современные обучающие мультики, которые объясняют, почему необходимо поступать так, а не иначе. Такие примеры наилучшим образом воздействуют на ребенка и прививают любовь к чистоте и порядку.

6. Чтобы малыш быстрее научился мыть руки, не лишне использовать наглядную агитацию – плакаты с картинками процесса. Их можно временно разместить в ванной комнате и обращать внимание ребенка на рисунки каждый раз, когда он заходит в это помещение.

Обучая ребенка мыть руки, следует помнить некоторые правила.

1. Создайте ему комфортные условия для мытья рук. Если ребенок не достает до умывальника, приобретите специальную подставку или приставьте обычный детский стульчик.

2. Проверяйте и регулируйте температуру воды, чтобы малыш не обжегся и не испытывал неприятных ощущений от слишком холодной воды.

3. Закатывайте ребенку рукава на одежде, чтобы он не намочил их.

4. Не ругайте ребенка вначале за лужи на полу и брызги на стенах. Можно обратить внимание ребенка на устроенный потоп. В последующем обращайте внимание на аккуратность проведения мытья.

5. Обязательно похвалите ребенка, сказав ему, что он молодец и у него теперь чистенькие ручки, лицо, уши, шея.

Техника правильного мытья рук

Мыло не убивает микробы - с его помощью можно лишь уменьшить поголовье возбудителей на наших руках. Но важно знать, как правильно это делать. И чем точнее следовать инструкциям гигиенистов, тем лучше результаты мытья.



Смочите руки водой



Нанесите на ладони мыло



Интенсивно разотрите ладони до его вспенивания



Вымойте тыльную сторону кисти ладонью другой руки (пальцы при этом перекрещены)



Потрите ладони, перекрестив пальцы



Вымойте согнутые кончики пальцев ладонью другой руки



Вращательным движением потрите большой палец ладонью другой руки



Разотрите ладонь по кругу пальцами другой руки



Промойте руки под струей воды



Тщательно высушите руки полотенцем



Закрывая кран, используйте салфетку



Ваши руки теперь в безопасности