



**требования к  
внешнему виду,  
гигиене и одежде  
детей в детском саду.**

● **Уважаемые родители,  
Ваши дети поступили в  
детский сад! Одна из  
важных ступеней  
воспитания, привитие  
культурно-  
гигиенических навыков.**



**Начнем с  
внешнего  
вида наших  
малышей.**

# Требования к внешнему виду

- 1. Перед тем как вести ребенка в детский сад, проверьте, соответствует ли его костюм времени года и температуре воздуха. Проследите, чтобы одежда ребенка не была слишком велика и не сковывала его движений. В правильно подобранной одежде ребенок свободно двигается и меньше утомляется.
- **Обувь должна быть легкой, теплой, точно соответствовать ноге ребенка, легко сниматься и надеваться**



# ВИДУ

- 2. Личная гигиена — это уход за своим телом и содержание его в чистоте. Кожа защищает тело человека от болезней. Когда ребенок бегает, прыгает и ему становится жарко, то на его коже появляются капельки пота. Кроме того, на коже есть тонкий слой жира, кожного сала. Если кожу долго не мыть, то на ней накапливается жир и пот, на которых задерживаются частицы пыли. От этого кожа становится грязной, грубой и перестает защищать тело. **Грязная кожа может принести вред здоровью и, кроме того, грязные, неряшливые люди всегда неприятны всем окружающим.** Поэтому кожу нужно мыть и за ней необходимо ухаживать.



# ВИДУ

- 3. Чистая и ухоженная голова. Голову мыть нужно не реже одного раза в неделю, после каждого мытья обязательно расчесывать щеткой для волос. Что будет если длительное время не мыть ребёнку голову?

**Педикулез** (медицинское название) – болезнь, когда на волосяном покрове там, где волосы растут особенно густо, появляются вши. В таком случае, нужно, чтобы всем вещам и голове была проведена обработка, после которой вши могли бы погибнуть.



# Требования к внешнему

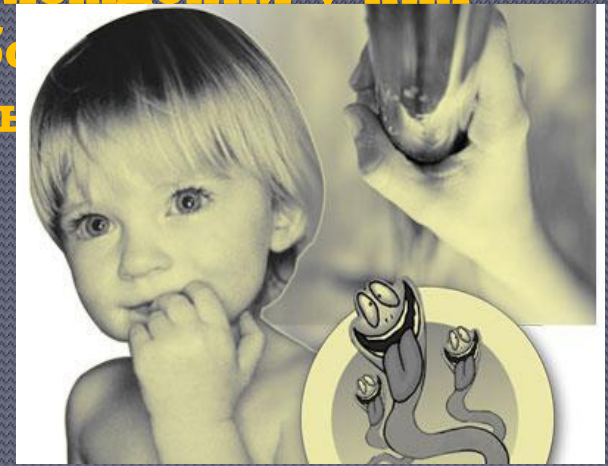
## виду

- 4. Гигиена рук и ногтей. Ногти, как на руках, так и на ногах требуют особого ухода. Нужно следить за тем, чтобы как можно меньше грязи скапливалось под ногтями, вовремя ее удалять. Ногти вовремя нужно состригать, т.к. длинными ногтями можно нанести травму и себе, и окружающим. И самое главное ногти нельзя грызть.

**Лямблиоз** - это заболевание органов пищеварения, вызываемое паразитическими простейшими - лямблиями. А основным источником заражения является неаккуратный человек. **Лямблиоз маскируется под кишечную инфекцию: корни происхождения у них**



т. Но это заблуждение. Это заболевание более серьезное



## детей

- Обучение и приучение детей к надлежащей гигиене полости рта – важный этап их превращения в здоровых, ответственных взрослых людей. Все мы знаем, что чистка зубов, полоскание рта и использование зубной нити помогает предотвратить образование дырок в зубах и прочих соответствующих заболеваний, вплоть до выпадения зубов. Но не все в курсе, что проводить процедуру чистки полости рта необходимо с самого раннего возраста; что зубы необходимо чистить именно на ночь, а не утром; что при возникновении любой, даже мелкой проблемы с зубами и деснами необходимо переходить на специальную пасту; и т. д., и т. п., - и все из-за отсутствия грамотного обучения гигиене полости рта в раннем возрасте. Не стоит возлагать данную обязанность на воспитателей, вопрос здоровья зубов стоит обсуждать с детьми именно родителям: продемонстрировать самим, как надо чистить зубы, проследить за выполнением всех указаний, за тем, чтобы ребенок верно понял теорию и все правильно делал на практике. Семья, которая чистит зубы вместе и улыбается вместе.





# Что обуть ребёнку в детском саду?

- Пожалуй, для ношения в детском саду не найдётся более универсальной обуви, чем сандалии. В холодное время года они защитят ножку от переохлаждения в помещении, а в летний сезон в них нежарко не только в здании, но и на улице. Лучше остановить внимание на сандалиях с регулируемой застёжкой и широким, закрытым носком, предохраняющим пальчики от ушибов.

**КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ**

**покупать «шлёпанцы»:**

незафиксированная пятка повышает вероятность травм при любом неловком движении.

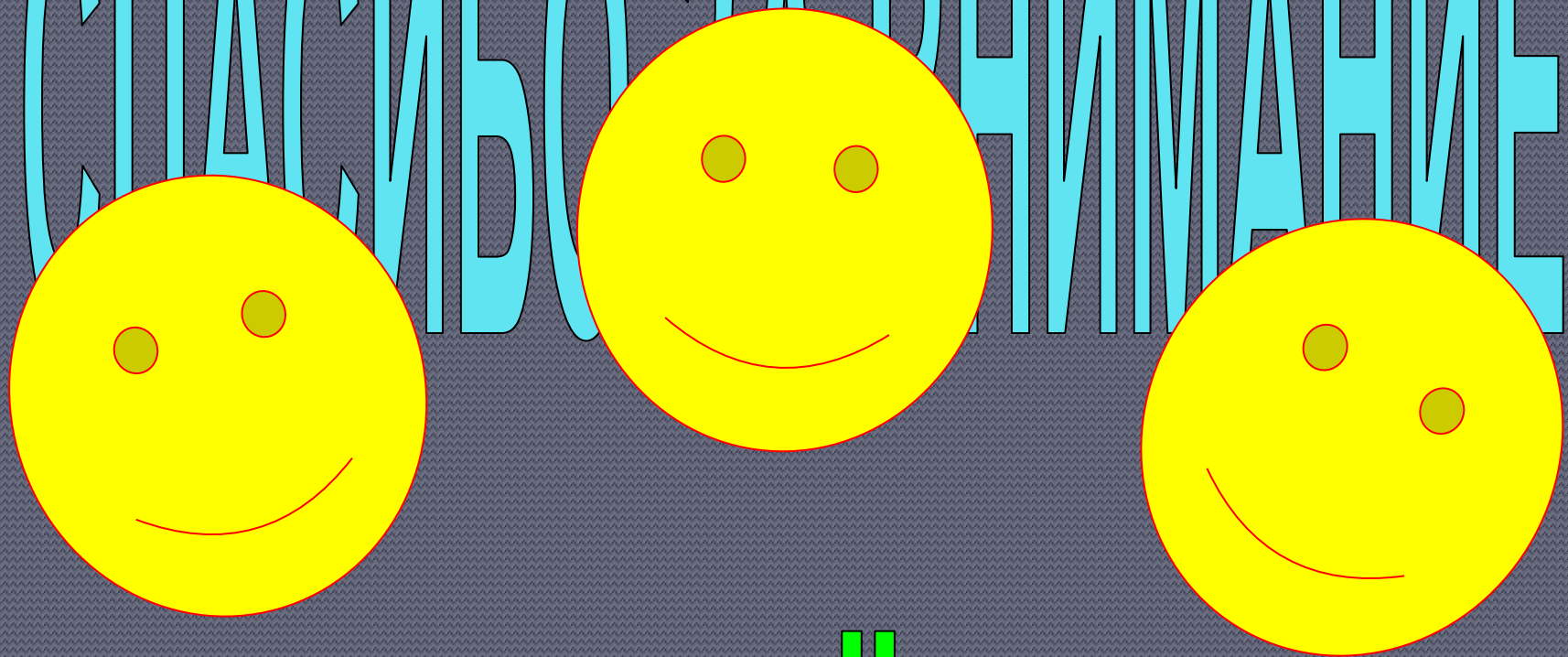


# Уважаемые родители!!!

- Уход за телом и кожей очень важен для ребенка: и для его психического развития, и для здоровья.
- Гигиена тела важна для малышей и детей постарше не меньше, чем для взрослых.
- Приучите ребенка к чистоплотности. Будьте ему в этом примером. Подражая вам, он легче научится ухаживать за своим телом, кожей и зубами. Будьте здоровы вы и ваши дети!



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!



БЕРЕГИТЕ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ!