

ФОРМИРУЙТЕ У РЕБЁНКА ПРИВЫЧКУ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

СОВЕТЫ:



> Ребёнок должен знать места хранения предметов личной гигиены (полотенце, расчёска, горшок);

> У ребёнка должно войти в привычку каждый раз выполнять следующие процедуры: мытьё ног и тела, полоскание рта после еды, переодевание перед сном и после сна, расчёсывание волос и умывание лица.

КАК ПРАВИЛЬНО ПРИВИТЬ МАЛЫШАМ

ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ И НАВЫКИ

САМООБСЛУЖИВАНИЯ

- > Хвалите ребёнка, необходимо постоянное одобрение малейших проявлений самостоятельности. Хвалите за любое достижение.
- > Говорите вслух не о том, чего малыш не сделал, а о том, что в ближайшем сможет сделать.
- > Не забывайте о возможностях ребёнка.
- > Лучший пример для подражания - взрослый.

УЧИТЕ РЕБЁКА КУЛЬТУРНО - ГИГИЕНИЧЕСКИМ ПРАВИЛАМ:

- > Мыть руки перед едой, после пользования туалетом, прогулки.
- > За столом сидеть прямо, не класть локти на стол.
- > Правильно пользоваться ложкой (держат тремя пальцами).
- > Косточки от фруктов из компота с помощью чайной ложки складывать на блюдце.
- > Закончив еду, класть ложку в тарелку, а не на стол.
- > Пользоваться салфеткой.
- > Не бегать с кусками съестного - есть за столом.
- > Подниматься по лестнице, ставя ногу на ступеньку всей ступнёй, а спускаясь - держаться за перила.
- > Пользоваться носовым платком.
- > После прогулки тщательно вытирать ноги.