



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №162

Гигиена рук-залог здоровья!



Подготовили:
воспитатели гр.
«Колокольчик»
Сидорова О.В.
Большакова А.А.

2020 г.

Зачем мыть руки?

Там, где грязь, живут микробы.
Мелкие — не увидеть.
Их, микробов, очень много,
Невозможно сосчитать.



Если грязными руками
Кушать или трогать рот,
Неприменно от микробов
Сильно заболит живот



Сказка о микробах

Жили-были микробы – разносчики разных болезней. Больше всего на свете они любили грязь. Чем грязнее, тем им было приятнее и тем больше их становилось.



Вот на столе кто-то оставил

невымытые тарелки, крошки, кусочки хлеба. Тут как тут муха. А на ее лапках сотни микробов, особенно если она прилетела с помойки. Муха улетела, а микробы остались на тарелке, на ложках, на хлебе и думают: «Как хорошо, что на свете есть **грязнули** и мухи!»



И стало микробам раздолье. И на руки
можно попасть, и в рот к человеку. А там
уж и до болезни рукой подать!



Что помогает нам победить
микробов?



**От простой воды и мыла
У микробов тают силы.**

Как часто мы моем руки? Почему?

Руки, так же как и лицо, не покрыты одеждой. Руками мы работаем. А во время работы, например при подметании пола, чистке картофеля, при работе в саду и т.д. руки всегда загрязняются. Могут загрязниться руки при письме. Руки обязательно пачкаются, когда мы играем в мяч, гуляем на улице, когда притрагиваемся к обуви, дверным ручкам, к животным и т.д. На всем перечисленном есть грязь.



Частое мытье рук признак хорошего воспитания и аккуратности. Эта правильная привычка способна защитить от опасных заболеваний.



Так что, дети, постарайтесь,
Чаще с мылом умываться!

Надо тёплой водой
Руки мыть перед едой!

Помните, что даже гриппом можно заразиться посредством немытых после контакта с больным гриппом рук.

Вирус сохраняется на загрязнённых руках несколько часов и его случайно можно занести на свои слизистые рта, глаз, носа.



Мытье рук с соблюдением определенных правил - один из лучших способов профилактики, который требует только мыла и теплой воды.

Следует помнить, что мыть руки с мылом нужно не менее 15–30 секунд, после чего смыть мыло и насухо вытереть руки чистым полотенцем или высушить их под струей теплого воздуха.



Намыливаем руки



**Промываем между
пальцев**



**Не забываем про
тыльную сторону рук**



И про ногти



**Споласкиваем руки
теплой водой**



Вытираем насухо

Мытье рук с соблюдением определенных правил - один из лучших способов профилактики, который требует только мыла и теплой воды.

Следует помнить, что мыть руки с мылом нужно не менее 15–30 секунд, после чего смыть мыло и насухо вытереть руки чистым полотенцем или высушить их под струей теплого воздуха.

МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО

1



2



3



4



5



6



7



8



9



перед едой



после общения с животными



после посещения туалета



после кашля и чихания



после игр и занятий спортом

Какие руки вам нравятся?

Грязные руки



Чистые руки



Как приучить детей мыть руки?

Просто. Сами своим примером.

Не забывайте мыть руки после прогулки, перед едой... дети так любят повторять. А ещё стишок читаем:

**Все микробы и бактерии
Как огня боятся мыла.**

**Нужно ручки с мылом мыть,
Чтоб здоровенькими быть.**

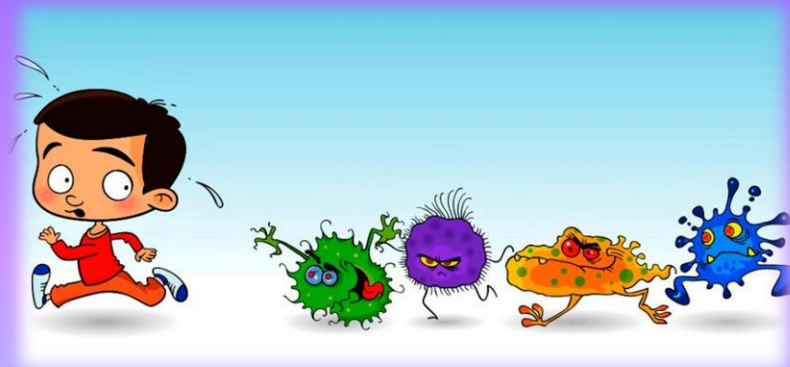
**Знают дети все вокруг:
Мыло - наш надёжный друг!**



Стихи для детей

Мы пришли с прогулки
дружно,
Руки мыть нам очень нужно.
Не толкаясь, не крича,
Здесь вода не горяча?
Закатали рукава
И открыли кран сперва.
А потом немного мыла,
Чтобы чисто все тут было.
В мыльной пене как в
заплатах
Руки в беленьких перчатках!
Просто долго так не стой -
Мыло смоем мы водой.
Кран с водой закрой скорей,
Чтобы было веселей.
Полотенцем вытрем руки:
Не шумим, не знаем скуки.

Перед каждою едой
Мою руки мы водой.
Каждый пальчик и ладошку
Мылом мы натрём немножко.
Смоем грязь мы пеной мыльной
И струёй воды обильной.
И полезно, и приятно
Чистой быть и аккуратной.



Микробы, хоть очень малы, но опасны.
Об этом, конечно, все знают прекрасно.
Пойду-ка я в ванную перед едой
И руки свои от микробов отмою.
И громко скажу им - все слышали чтобы -
Давайте, скорее смывайтесь, микробы!"

ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ «ЧИСТОПЛОТНЫЕ ДЕТИ»

Игра "Мыльные перчатки"

Цель: учить ребенка намыливать руки с внешней и внутренней стороны.

Оборудование: детское мыло, полотенце.

Ход игры: взрослый подводит ребенка к умывальнику, стоит за его спиной, берет в руки мыло и показывает круговые движения рук при намыливании.

Затем передает ребенку кусок мыла и просит его повторить движения намыливания. Движения нужно делать до тех пор, пока не образуется белая пена. Обращает внимание ребенка на белые ручки, взрослый говорит: "Вот, какие у нас перчатки - белые!" Далее взрослый помогает ребенку смыть пену под струей воды, при этом произносит одну из потешек:

Например:

Ладушки, ладушки, с мылом моем лапушки,

Чистые ладошки, вот вам хлеб, да ложки!

В кране булькает вода. Очень даже здорово!

Моет рученьки сама Машенька Егорова

(взрослый называет имя ребенка).

Знаем, знаем да, да, да! Где тут прячется вода!

В конце игры взрослый хвалит ребенка, обращает внимание на его чистые руки.

В случае необходимости используются совместные действия взрослого и ребенка.



Игра "Вымой руки"

Цель: учить ребенка мыть руки.

Оборудование: заяц резиновый.

Ход игры: взрослый обращается к ребенку: "Мы пришли с прогулки, нам нужно вымыть ручки. Зайчик будет смотреть, как мы моем ручки". Взрослый ставит игрушку на край умывальника и показывает ребенку движения руками под струей воды. В конце процедуры взрослый от имени зайчика хвалит ребенка.



Игра "Сделаем лодочки"

Цель: учить ребенка последовательно выполнять действия при мытье рук, подражать действиям взрослого.

Ход игры: взрослый обращает внимание ребенка на то, что при мытье рук надо соблюдать последовательность действий:

- засучить рукава (взрослый произносит потешку: "Кто рукавчик не засучит, тот водички не получит!");
- открыть кран;
- сложить ладони рук "лодочкой";
- подставить руки под струю воды;
- закрыть кран;
- вытереть руки полотенцем.

Затем ребенку предлагают выполнить действия, подражая взрослому, который обращает внимание ребенка на положение рук.



«Письмо ко всем детям по одному очень важному делу»

Дорогие мои дети!
Я пишу вам письмецо:
Я прошу вас, мойте чаще
Ваши руки и лицо.

Всё равно какой водою:
Кипячёной, ключевой,
Из реки, иль из колодца,
Или просто дождевой!

Не подам руки грязнулям,
Не поеду в гости к ним!
Сам я моюсь очень часто.
До свиданья!

Мойдодыр.



Будьте здоровы !



Помните!

Чистые руки –

залог вашего здоровья!