

## Формирование привычки мыть руки у детей 3 – 4 лет

подготовила воспитатель 10 группы  
Юрьшева Екатерина Михайловна



Воспитание у детей культурно-гигиенических навыков – это необходимое условие для здорового образа жизни. В младшей группе детского сада продолжается формирование потребности в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни. В процессе развития этих навыков следует добиваться того, чтобы они переходили в привычку у детей.

В сегодняшней ситуации, возникшей в современном мире, наиболее актуальной становится привычка правильно и тщательно

мыть руки. Вы поможете своим детям избежать заболеваний, настаивая на том, чтобы они мыли руки часто и должным образом. Чтобы это вошло у них в привычку, учите их на собственном примере. Мойте руки вместе с детьми и контролируйте их мытье.

Также необходимо закрепить правильную последовательность действий при формировании умения мыть руки:

- смачивать руки под струей воды,
- набирать мыло из дозатора,
- намыливать руки тщательно, тереть ладони друг о друга, промывать между пальцами,
- смывать мыло,
- умывать лицо,
- стряхивать воду с рук,
- пользоваться только личным полотенцем.

Для закрепления данного алгоритма можно поместить напоминание на уровне глаз ребенка, например, возле раковины в ванной комнате. Так, в нашей группе мы оформили информацию по мытью рук на основе фотографий воспитанников группы и разместили над раковинами. Так как ребята лично принимали участие в создании этого алгоритма, им лучше запомнились все этапы процесса, потому что все совместно проговаривалось, затем фотографировалось. И, как известно, прочнее запоминается то, что основывается на личном опыте.

Проговаривая правила мытья рук, необходимо закреплять понятие, что мыть руки необходимо:

- перед едой,
- после туалета и прогулки,
- после кашля, чихания, очищения носа
- по мере загрязнения.

Ведь содержание рук в чистоте один из простых и эффективных шагов для предотвращения распространения болезнетворных микроорганизмов. Поэтому так важно формировать осознанную привычку мыть руки у детей.

Не стоит недооценивать мытье рук! Пару секунд с мылом способны уберечь вас от нескольких походок к врачу!

Такая простая привычка, как мытье рук, предупреждает болезни и помогает нам сохранить здоровье. Будьте здоровы!

