

Консультация для родителей на тему:
«Организация ухода за детьми среднего возраста»
(туалет носа, умывание, полоскание рта и чистка зубов)

Воспитатель: Гетманова Е.В.

Ребёнку с самого раннего детства нужно прививать здоровый образ жизни. Большинство малышей не приучены самостоятельно есть, бояться умываться, не отучены от сосок и т.д. каким полезным привычкам мы должны приучать детей?



Туалет носа. Этой процедуре нужно приучать с самого раннего детства. Заключается она в том, что ребёнок смачивает носик, высмаркивает его, поочерёдно зажимая каждую ноздрю, затем ещё раз промывает ноздри водой. Носовые платки должны быть в верхней одежде. Необходимо приучать детей правильно пользоваться носовым платком. Он

должен быть достаточно большим. Высмаркиваться нужно в платок, сложенный вдвое, задерживая до 55%, а сложенный вчетверо - до 90%.

Полоскание рта и чистка зубов. Закаливающий эффект даёт полоскание рта прохладной водой. Обучают детей постепенно. Ставят на стол тазик, дают ребёнку стакан с кипячёной водой, сажают напротив игрушку, и взрослый показывает, сколько нужно набрать в рот воды, как сжать челюсть, как работать щёчками, чтобы водичка «урчала», как «выпустить её на свободу».

Когда ребёнок начинает пользоваться зубной щёткой, заводится стаканчик и для неё. Перед употреблением он её моет, после чистки зубов моет ещё раз и тщательно намыливает мылом.



Умывание.

Надо придерживаться принципа: чем чаще, тем лучше. Умываются дети несколько раз в день: утром после завтрака(и перед), после прогулок, перед обедом и после сна. Перед обучением умыванию предложите выполнить действия самостоятельно. Если ребёнку трудно, то покажите, как надо

умываться. После прогулки у детей руки бывают очень грязные. Поэтому

лучше налить в таз тёплой воды и добавить немного мыла, бросить в таз мелкие резиновые игрушки. Дети играют с мыльной водой и получают лечебную ванну(от прогревания рук и нос дополнительно прочищается).Развивается кисть руки и моторика пальцев. Поплескавшись в тёплой воде, ребёнок моет уже руки под краном. Длительность горячей ванны 3-5 минут.

Ушные раковины. Ушные раковины у детей должны быть всегда чистыми. Если у малыша грязные ушки, то можно почистить специальной ватной палочкой(смоченной в тёплой воде) почистить ушную раковину от серы. Если в ушке появился гной или слизь, надо немедленно обратиться к врачу, т.к. появление гноя может свидетельствовать о наличии серьёзного заболевания уха (отит).

Обучение малыша полезным привычкам должно проходить в атмосфере любви и доверия, что способствует наилучшим результатам.