**Консультация**

**«Научите детей мыть руки!»**

  Содержание рук в чистоте один из простых и эффективных шагов для предотвращения распространения болезнетворных микроорганизмов. Простое мытье рук предотвращает наибольшее число респираторных заболеваний во всемирном масштабе. Многие болезни и состояния, вызываемые как вирусами, так и бактериями, могут распространяться через грязные руки, включая простудные заболевания, грипп, вирусные гепатиты, кишечные инфекции и др.

     Помогите 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. Поместите напоминания на уровне глаз ребенка, например - возле раковины в ванной комнате. Убедитесь, что раковина расположена достаточно низко для ребенка, используйте подставку. Приучите детей, чтобы они мыли руки достаточно долго, Чтобы гигиеническая процедура не была им в тягость, при этом повторяйте небольшие стишки или песенки. Это особенно подходит для маленьких детей, которые обычно моют руки в спешке.

Несколько потешек для вашего ребенка.

Закатаем рукава,

Открываем кран - вода.

Моем глазки, моем щечки,

Моем уши и ладошки!

Посмотрите, крошки,

На свои ладошки.

Ах, какие ладошки!

Чистые ладошки!

Знаем, знаем, да-да-да,

Где тут плещется вода.

Выходи, водица,

Мы пришли умыться!

Лейся на ладошки,

По-нем-нож-ку,

Нет, не понемножку - посмелей,

Будем умываться веселей.



составила воспитатель Пономарева Л.А.