

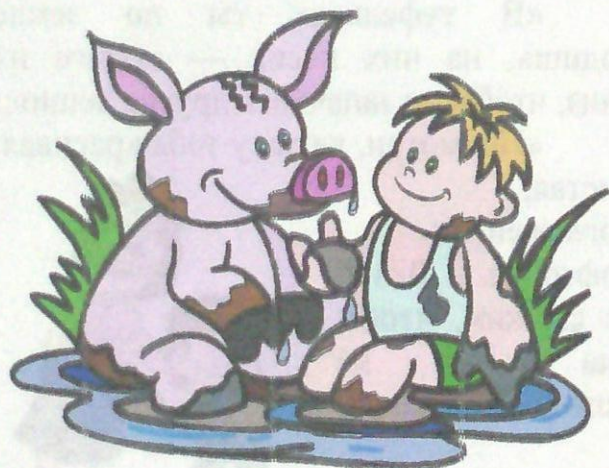
«Волосики у тебя вымытые, чистенькие, и шапочка должна быть такая же чистая, мы ее кладем на самый верх».

Во время умывания, мытья рук ребенок подготавливает себя к процедуре. Вы помогаете ему только словесно:

«Прежде чем руки мыть, нужно рукава завернуть»;

«Ладочки друг о друга трутся, друг друга обнимают, правой ладошкой левую ручку моем, левой — правую».

«Прежде чем лицо и всю шею вымыть, нужно воротничок рубашки (платья) расстегнуть, а то водичкой вместо шеи воротник намочим, будет холодно, неприятно, так можно простудиться».



В ходе выполнения этих процедур ребенок совершает, на наш взгляд,

простые движения, однако для него — это овладение координированными круговыми движениями, приобретение навыка соотносить движение и место назначения (вымыть все лицо, только шею, всю поверхность кистей).



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Березка»

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

# ПРОГУЛКА

Подготовлен: С.В.Золотарева



пгт.Игрим



## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### ПРОГУЛКА

60-80% времени ребенок должен проводить в движении (подвижные игры, знакомство с участком, использование спортивного оборудования и т. д.).



В детском саду дети гуляют на свежем воздухе дважды; в детский сад и домой желательно добираться пешком и хоть немножко погулять перед сном, если не на улице, то на балконе, лоджии.

Перед выходом на прогулку обязательно: ребенок посещает туалет; убедитесь в том, что он не голоден, не хочет пить, одет по погоде (особенно ноги, голова, шея).

Возвратившись с прогулки, убедитесь, что у ребенка сухое тело, одежда и температура помещения, где

переодеваются дети, не ниже 20°C и нет сквозняков.

Противопоказанием к прогулке на участке могут быть атмосферные осадки, низкая температура (ниже -22°C), ветер.



### Гигиенические процедуры, навыки культуры быта

Поощряйте и приучайте ребенка все свои вещи класть по местам, — не просто (как обычно любят дети)



забросить шапочку на верхнюю полочку, а ее сложить, подняться на скамеечку, посмотреть, где она должна лежать и положить ее. То же самое с одеждой (пальто, колготками, обувью и т.д.).

Побуждайте ребенка при этом выполнять разнообразные движения (присесть, переступить, наклониться, за вешалку повесить пальто, сложить рукава кофты и т. д.), мелкие движения рук.

Отнеситесь с терпением к этой детской работе, обязательно каждый ребенок должен довести ее до конца, а вы не забудьте похвалить их не только за то, что разделись сами, но и за то, что хорошо, аккуратно все сложили и убрали, еще раз проговорив, где, что лежит и почему, например:

«В туфельках ты по земле ходишь, на них песок — ставим их вниз, чтобы не запачкать другие вещи»;

«Посмотри, какая у тебя красивая, чистая, поглаженная кофточка. Давай ее сложим, чтобы она не запачкалась»;

