



# Особиста гігієна

Виконала учениця 5 класу

Вакула Єлизавета

# Особиста гігієна

- . Особиста гігієна — це догляд за своїм тілом і підтримка його в чистоті. Шкіра захищає тіло людини від хвороб. Коли дитина бігає, стрибає, їй стає жарко і на шкірі з'являються крапельки поту. Крім того, на шкірі є тонкий шар жиру, так званого шкіряного жиру. Якщо шкіру довго не мити, на ній накопичуються жир і піт, де і затримуються частки пилу. Так, шкіра стає брудною, грубою і перестає захищати тіло.

Щоранку діти повинні вмиватися: мити  
обличчя, руки, шию, вуха.

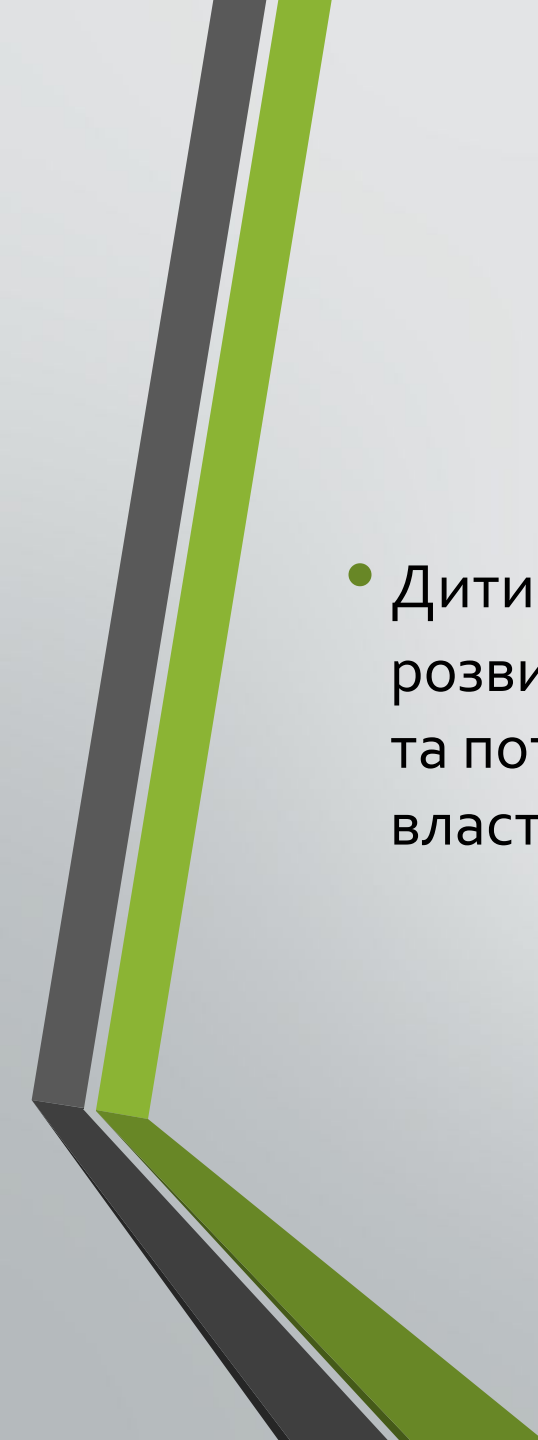


Слідкуйте за чистотою рук і нігтів



Чистити зуби необхідно щодня



- 
- Дитина дошкільного віку легко піддається вихованню завдяки розвиненому відчуттю наслідування, спостережливості, допитливості та потреби в самостійних діях. І тому необхідно використовувати ці властивості дитини при прививанні їй гігієнічних навичків .



Дякую за увагу!