**Консультация для родителей**

***«Как привить ребенку правила личной гигиены»***

Обучение детей младшего возраста принципам личной гигиены- не такой уж сложный процесс. Малыши охотно подражают взрослым и очень любят делать все, как папа и мама. Если подойти к учебе последовательно и с фантазии- ребенок быстро подружится с мылом и зубной щеткой.

К гигиеническим процедурам малыша приучают с самых первых дней- все начинается с обыкновенного купания. А еще к трем годам ребенок вполне в состоянии освоить простые навыки ухода за собой.

***О чем говорить?***

Малыш не всегда понимает, зачем надо мыть руки или умываться. Задача родителя- понятно и просто объяснить ему, почему не стоит ходить грязным.

Для каждой семьи история про грязь своя- кто-то может рассказать, что это некрасиво, кто-то сошлется на пример взрослых, а более продвинутые родители могут простыми словами поведать о микробах.

Главное – ребенка заинтересовать, а не пугать.

Дети должны обязательно видеть положительный пример взрослых. Мало просто рассказать о том, что мыть руки полезно, или загонять ребенка в ванную после прогулки. Родители сами должны подавать положительный пример своим малышам – и идти мыть руки вместе с ними.

***В гости к Мойдодыру***

Малыш в этом возрасте и сам хочет быть самостоятельным. Поэтому надо дать ему возможность делать все так же, как и взрослые.

* К умывальнику можно подставить скамейку, позволяющую малышу самостоятельно дотягиваться до крана.
* Ребенку надо повесить собственное яркое полотенце, до которого он сможет дотянуться сам.

Приучать малыша умываться самостоятельно надо постепенно. Хорошо, если первое время ребенок может наблюдать, как папа или мама моет руки и лицо, рассказывая и показывая, как это правильно делать. Потом родитель может сам умыть ребенка и предложить ему воспользоваться полотенцем.

* В присутствии взрослого и при его помощи малыш постепенно учится правильно брать мыло, намыливать руки и смывать пену под краном.
* Умывание лица, во время обучения которому папе или маме надо научить малыша вовремя закрывать глаза и не бояться мыла.

Хвалите малыша за правильные действия и никогда не ругайте, если он облился водой или уронил мыло. Пусть малыш все делает сам- медленно, неуклюже, но самостоятельно.

***Чистим зубы***

Ребенок в 2 года еще не способен сам как следует почистить зубы, поэтому родителям следует активно ему помогать: брать руку малыша в свою и совершать осторожные движения. Можно также сначала доверить ребенку щетку, а потом дочистить самим.

Желая приучить ребенка чистить зубы, родители могут использовать следующие методы:

**Личный пример.** Дошкольники очень любят подрожать, поэтому, увидев, что мама и папа ухаживают за ротовой полостью дважды в день, тоже захотят попробовать. Можно пояснить крохе, что, совершая ежедневный ритуал чистки зубов, он становится старше.

**Метод зеркала.** Крохам интересно наблюдать за собой, кривляться. Поэтому, подставив перед ними зеркало, можно быть уверенным: правильная чистка зубов состоится, ведь ребенок будет хорошо видеть себя и сможет контролировать все движения.

**Использование стихов, потешек.** Маме следует проговаривать веселые тексты во время чистки, чтобы превратить скучный процесс в забавный и веселый.

**Помощь игрушек.** Движение щеткой лучше всего отрабатывать на куклах или крупных игрушках. Ребенок с удовольствием играет в стоматолога, задача взрослого- дать ему установку показать игрушкам, как правильно чистят зубы, научить их.