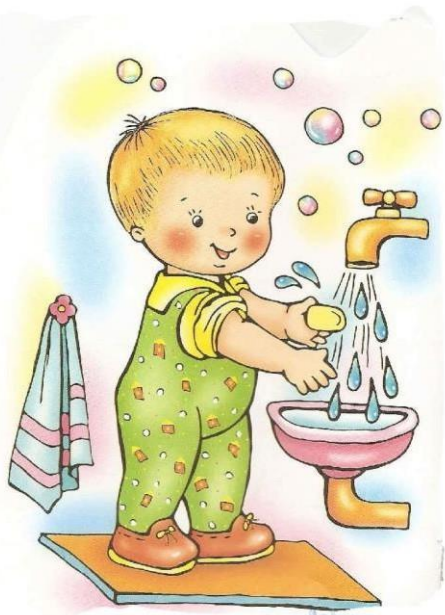


КАК ПРИУЧИТЬ РЕБЕНКА МЫТЬ РУКИ

Начнем с того, что мытье рук должно войти в привычку, то есть доведено до автоматизма, быть обычным стремлением любого человека. Для этого ребенок с самого раннего возраста, как только его можно присаживать к маме на коленку, должен участвовать в мытье рук. Умывая малыша, не забывайте про потешки (например, «Водичка, водичка, умой мое личико..»), которые делают гигиеническую процедуру не только увлекательной, но и развивают малыша.

У каждого ребенка есть свой час X, когда он способен самостоятельно мыть руки. Для этого ему необходимо твердо стоять на ногах и владеть своими руками в такой степени, чтобы совершать действия с мылом. Примерно это происходит к двум годам.



Для того, чтобы мытье рук доставляло удовольствие, не вызывало неудобств, подготовьте для этого место. Необходимо, чтобы малыш мог спокойно дотянуться до струи воды, возможно, и до крана (но не обязательно, особенно если это опасно). В этом поможет специальная скамеечка, обязательно устойчивая. Также можно мыть

руки над ванной, она ниже.

Мыло должно быть удобным для руки ребенка, таким, чтобы мокрый кусок не выскальзывал из не очень умелых рук и не отбивал всё желание их вымыть. Также мыло может быть интересной формы, чтобы поддержать игровой момент. Если малышу все же трудно удержать даже самый удобный кусок мыла, попробуйте жидкий вариант с дозатором (он должен быть одновременно удобным для ребенка и иметь фиксацию-защиту от баловства). Пользуясь жидким косметическим средством, не забывайте, что оно хуже смывается с рук, и уделите этому внимание: используйте небольшое количество мыла и тщательно смывайте руки.

Покажите ребенку алгоритм действий мытья рук. Мойте (с удовольствием!) руки вместе с ним. Выучите последовательность действий с малышом, и это облегчит сложный для него процесс. Можно также прикрепить памятку там, где малыш умывается или маленькое зеркало, чтобы он мог видеть, что делает – это, кстати, пригодится при обучении чистке зубов.



Во время обучения мытью рук не ругайте малыша за то, что он забрызгался или намочил одежду. Это только отобьет охоту и вызовет отрицание. Не забывайте, что ребенок вырастет и, вступая в кризисные для себя периоды, он может быть упрямым в самых элементарных вещах. Не стоит идти на уступки в таких делах, как гигиена – это должно быть обязательным делом. Будьте спокойны и настойчивы, не угрожайте и не подкупайте (сладким, например) ребенка. Просто поясните, что пока мытье рук не будет сделано, никаких других дел начато не будет. Подключите игру – мойте ладошки кукле, пусть любимая игрушка наблюдает, хорошо ли моет руки ее хозяин, пойте песни или читайте стихи – делайте процесс мытья занимательным и интересным! или читайте стихи – делайте процесс мытья занимательным и интересны!

