**Консультация для родителей на тему:**



**"Как сформировать гигиенические навыки у детей раннего возраста?"**

Обучение гигиеническим навыкам начинается со знакомства с предметами личной гигиены : полотенце для лица и рук, полотенце для тела, полотенце для ног, небольшая расческа с тупыми зубчиками, зубная щетка, стаканчик для полоскания рта, носовые платки, щеточка для мытья ногтей, мочалка для тела.

Гигиеническое воспитание ребенка после года направлено на приобщение к следующим гигиеническим навыкам: мыть руки перед едой, после каждого загрязнения (после прогулки и посещения туалета); умываться после ночного сна и после каждого загрязнения; принимать ежедневно гигиенический душ перед ночным сном; мыться с мылом и мочалкой (2-3 раза в неделю); подмываться перед сном и после сна, если малыш проснулся мокрым; мыть ноги перед сном; полоскать рот после приема пищи (с 2-х лет); пользоваться зубной щеткой (с 2-х лет); пользоваться носовым платком по мере надобности; пользоваться расческой, стоя перед зеркалом (с 1,5-2 лет); не брать пищу грязными руками.

Любую гигиеническую процедуру следует проводит аккуратно, осторожно, чтобы не испугать малыша, не вызывать неприятных ощущений. Заранее продумайте все действия, расположите необходимые предметы так, чтобы ими можно было свободно пользоваться, не тратя время на поиски. Предметы личной гигиены ребенка должны быть красочными, располагающими к запоминанию.

Покажем тактику обучения на примере мытья рук. Заверните рукава одежды ребенка, проверьте температуру воды. Намыльте ладони малыша до образования пены, потрите ими друг о друга. Можно поиграть: «Чьи это лапки? Лапки – царапки? Нет, это ручки! Чьи это ручки? Да, моей внучки ( дочки)!» и т.п. Смойте мыло под струей воды, побуждая малыша к самостоятельным действиям. Закройте воду. Снимите полотенце, привлекая малыша к участию в этом. Насухо вытрите лицо и руки, называя части тела, которые вытираются. Предложите посмотреть в зеркало: « Вот какой ты стал чистый и красивый!». Можно действия сопровождать детскими потешками:

«Водичка, водичка, умой мое личико!

Чтобы глазки блестели,Чтобы щечки алели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок!»

Аналогично следует формировать навыки одевания. К концу третьего года жизни малыш должен уметь самостоятельно надевать и снимать некоторые предметы одежды, застегивать кнопки, липучки, молнии.

Будьте здоровы!

Воспитатель: Смирнова Е.В.