|  |  |
| --- | --- |
| **Как правильно чистить зубы**  О том, как научить ребенка следить за чистотой зубов, снято много видео, написаны книги, памятки, но лучше действовать по следующему алгоритму:   * Ополосните щетку в горячей кипяченой воде. * Промойте водой ротик перед началом чистки. * Выдавите каплю пасты, размером с горошину, на щетку. * Начинайте чистку вертикальными движениями сверху вниз по передней и задней поверхности зубов. * Десны, боковые стороны зубов чистите круговыми движениями. * Внутренние поверхности счищайте спереди назад. * Помассируйте язык, обратной стороной зубной щетки. * Ополосните рот чистой водой. Прополощите щетку и уберите в стаканчик ручкой вниз.   Не забывайте играть с ребенком в ванной, чистите зубы с песенкой, считалкой. Принесите к умывальнику любимую игрушку, чтобы малыш почистил зубки и ей.  Не переставайте веселить ребенка, если он уже чистит зубки самостоятельно и с удовольствием. *Основная задача, которая стоит перед малышом, — это научиться хотеть ежедневно чистить зубки вкусной пастой и красивой щеткой. А родители могут только оказать ему в этом помощь, обучая технике, знакомя с предметами личной гигиены, увлекая игрой, считалками, песенками.*  **Желаем Вам удачи и будьте здоровы!!!** | https://razvitie-vospitanie.ru/wp-content/uploads/2018/07/prew-zubi.jpg |
| **Как обучить ребенка**  **самому чистить зубы щеткой**  E:\папки-передвижки\58097507_w1200.jpg  **Покажите пример.** Чистите зубы вместе  с малышом утром и перед сном, не  ленитесь показывать, что умеете делать  сами. Выработайте привычку идти в  ванную всей семьей.  **Не давите на ребенка психологически.**  Главное — набраться терпения. Не кричите, не принуждайте, если вредный карапуз сегодня закапризничал, отказывается открывать ротик и почистить зубы. ***Негативный опыт не поможет выработке нужного навыка самообслуживания.*** Иногда ребенка нужно уговаривать понаблюдать за вами, провоцировать желание попробовать пасту на вкус.  **Используйте календарь для чистки зубов для ребенка.** Хвалите, награждайте ребенка за старания. Уделите время оформлению календаря чистки зубов для детей. Это может быть ватман, плакат, схема. Цветным фломастером нарисуйте сердечки за удачный день, когда малыш сам сходил в ванную перед сном.  **Придумайте веселую игру стоматолога и пациента.** К процессу подключайте игрушки, старших сестер или братьев. Пусть крошка почистит ротик любимому медведю, а потом себе.  **Соревнуйтесь.** На качество, а не на скорость. Привлеките к игре родных. Вручайте призы за самую лучшую чистку. Первым награду должен получить маленький ученик. | **Используйте веселые аксессуары для чистки зубов.** Это щетка-игрушка, с головкой в виде мультяшного героя, разноцветные стаканчики, тубы паст. Идти в ванную с любимым мишкой, принцессой гораздо веселее.  **Предоставьте выбор зубной пасты, щетки малышу.** В стаканчик можно поставить несколько зубных паст для детей с приятными  вкусами. Необязательно чистить ротик одним средством каждый день, меняйте их по настроению.  **Подключите фантазию и волшебство.** Придумайте историю, стишок о волшебных щетках, пасте. Расскажите, что послушные и аккуратные дети получают сюрпризы от фей. Порадуйте малыша спрятанной под подушкой конфетой или игрушкой на утро. В следующий раз он побежит в ванную комнату с удовольствием.  **Используйте обучающие мультфильмы.** Познавательные истории с симпатичными сказочными героями мотивируют карапузов повторять движения щеткой за мамой, заботиться о здоровье.Вряд ли малыш захочет быть похожим на мальчика, который плачет в ванной, топает ногами, отказываясь чистить зубы, а потом мучается от боли и вынужден ехать к врачу.  **Играйте.** Притворитесь крохой сами. Попросите малыша научить вас правильно чистить ротовую полость. Дайте ему щетку и приготовьтесь к уроку. Проводите игру весело и непринужденно. Хохочите, хвалите малыша за «науку». Веселая игра понравится маленькому нехочухе. Вскоре он захочет, чтобы и ему мама почистила зубки, пощекотала язычок и десны, захочет самостоятельно полоскать ротик чистой водой. |