



***ЗАСЫПАЕМ, КУШАЕМ.
МАМУ С ПАПОЙ
СЛУШАЕМ***

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ

САДИМСЯ НА ГОРШОК

Одной из самых сложных проблем для родителей является процесс приучения малыша к горшку. Мнения специалистов по этому поводу расходятся. Некоторые считают, что малыша надо высаживать на горшок, как только он научится сидеть, но при этом не полностью сажать, а держать на весу. Противники подобного метода говорят о том, что ребёнок таким образом не учится отправлять естественные потребности, а лишь реагирует на звуковую команду. Многие родители в наше время предпочитают пользоваться памперсами и ждать, пока малыш психологически "дозреет" до желания самому сесть на горшок. В любом случае проведение некоторой подготовки к процессу не помешает. Есть несколько важных моментов, которые необходимо учесть. Когда вы впервые будете высаживать малыша на горшок, он должен быть сухим и тёплым. Не давайте ребёнку игрушек и не держите его на горшке дольше 7 минут. Ни в коем случае не заставляйте малыша, если он этого не хочет. У него должно быть хорошее настроение и, желательно, пример для подражания. В определённый момент маленький член семьи заинтересуется, что делают взрослые в туалете? Кроме того, важно знать, когда он обычно делает свои "большие и маленькие дела", и стараться высаживать его именно в это время. Одним из важнейших признаков психологической зрелости малыша является его способность оставаться сухим не менее 2 часов и не писаться в течение дневного сна. Однажды малыш обязательно даст вам понять, что ему мокро и неудобно, а может быть, даже сам снимет штанишки. Не скупитесь на похвалы, ведь каждое его маленькое достижение на самом деле является большой победой и шагом во "взрослую жизнь".

Самым маленьким помогут короткие забавные стихи. Ритмичная речь легко воспринимается ребёнком и вызывает положительные эмоции. Это позволит в дальнейшем обойтись без негативного отношения к горшку.

Прыг-скок, прыг-скок,
Мы присядем на горшок.
Мы поели, мы попили,
Про него чуть не забыли!
Послушные детишки
Сделают делишки:
"А-а-а" и "пись-пись-пись".
Только ты не торопись!
Начинаем наш урок.
Это что стоит? Горшок!
Раз, два, три, четыре, пять –
Будем мы штаны снимать!
Присядем аккуратно.
Знают все детишки:
Очень неприятно
Писаться в штанишки!

УМЫВАЕМСЯ

С самого раннего возраста необходимо приучать малыша к соблюдению элементарных гигиенических правил. Несложные действия позвольте ему совершать самостоятельно, хвалите за каждое – даже незначительное – достижение, и тогда утренний визит в ванную будет вызывать у него положительные эмоции. Не забудьте объяснить ребёнку, зачем нужны эти ежедневные процедуры.

Если же у вас возникли проблемы с утренним умыванием, то, надемся, наши стихи помогут преодолеть сопротивление маленького капризника.

Рано утром мы проснулись,
Сладко-сладко потянулись,
Улыбнулись мамочке
И надели тапочки.
На горшок заторопились,
А потом водой умылись:
Чудо-ручeyчки
На розовые щёчки,
Капельки водички
На длинные реснички,
Дождь из доброй тучки
На ушки и на ручки,
Тёплые росинки
В кудряшки-волосинки.
Вытри, полотенчиком,
Мамино птенчика!



ЧИСТИМ ЗУБКИ

Особое внимание следует уделять обучению малыша навыкам чистки зубов. Начинать ухаживать за зубками нужно с того момента, как в ротике ребёнка появится первый белоснежный красавец-зуб. Зубки вы можете чистить при помощи специальной силиконовой щётки, которая надевается на палец. В 1–1,5 года уже можно начинать приучать малыша к самостоятельной чистке зубов. Он должен привыкнуть к тому, что зубки необходимо чистить 2 раза в день: утром и вечером. Сначала ребёнок воспримет процесс как интересную игру, а позже это станет привычным ритуалом. Ваша задача – сформировать у малыша привычку и объяснить ему необходимость этой гигиенической процедуры.

Рано утром звери встали,
Зубки чистить побежали.
Чистят зубки мишки
Щёткой из шишки.
Белка в рыжей шубке
Тоже чистит зубки.
Серые мышата,
Весёлые ежата,
Серый волк зубастый
Чистят зубки пастой.
Чистят поросёнок
И смешной лосёнок.
Чтобы зубки не болели,
Как снежинки чтоб белели,
Чистить вкусной пастой
Надо зубки часто!



Снуёт зубная щётка,
Как по морю лодка.
Как по речке пароход,
По зубам она идёт.
Вверх и вниз, туда-обратно –
Счистим мы налёт и пятна,
Чтобы зубки не болели,
Чтоб как зимний снег белели.

КУПАЕМСЯ

Иногда процедура купания вызывает у малыша стойкое неприятие. Причиной тому могут стать любые отрицательные ощущения, связанные с купанием. Возможно, однажды вода оказалась слишком холодной или, наоборот, чересчур горячей. Ребёнок запомнил это и перестал радоваться такому замечательному ритуалу. Вернуть любовь к купанию поможет весёлое стихотворение.

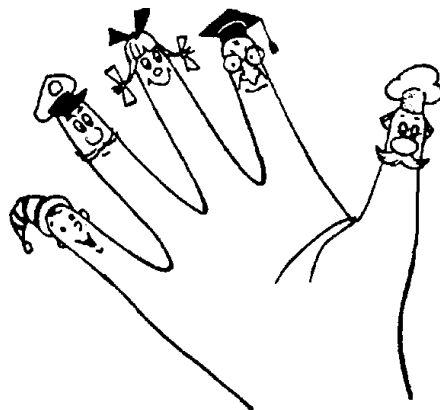
Льётся в ванночку вода.
Эй, игрушки, все сюда!
Утки, зайчики и кошки,
Я помою вас немножко!
Я пример вам всем подам
И теперь помоюсь сам.
Весело и ловко
Мою я головку!
Лапочки и уши
Обольём из душа
Ну-ка, не лениться!
Кто не хочет мыться?
Мылю я мочалку –
Мыла мне не жалко!
Посмотри-ка!
Посмотри!
Ах, какие пузыри!
А теперь ополоснусь,
В полотенце завернусь.
Вот какой я чистый,
Розовый, душистый!



ПОДСТРИГАЕМ НОГТИ

Эта несложная, но обязательная процедура для некоторых родителей и детей часто превращается в кошмар. Малыш не понимает, зачем вы его мучаете, почему нужно щёлкать страшными ножницами, отрезая его ногти. Давайте превратим это занятие в весёлую игру!

Пальчик, пальчик!
Где ты был?
Милый мальчик, где бродил?
Покажи-ка ноготок!
Подстрижём его: цок-цок!
Стриг да стриг, цок да цок!
Аккуратный ноготок!



Это кто у нас? Мизинчик!
Бегал с другом в магазинчик:
 Покупал игрушки,
 Сладкие ватрушки.
 Подари нам ноготок!
Ну-ка ножницы – цок-цок!
Здравствуй, пальчик безымянный!
 Как солдатик оловянный,
 На посту всегда стоит
 И имеет грозный вид!
 Подари нам ноготок!
Ну-ка ножницы – цок-цок!
Это кто тут? Пальчик средний!
Со щенком играл в передней:
 Прятались, смеялись,
 Вместе кувыркались.
 Подари нам ноготок!
Ну-ка ножницы – цок-цок!
Пальчик указательный
Очень любознательный!
 Это кто? А это как?
Спрашивать всегда мастак!
 Подари нам ноготок!
Ну-ка ножницы – цок-цок!

Это пальчик наш большой!
Стричься рад он всей душой!
Он в хорошем настроенье:
Ел клубничное варенье.
Подари нам ноготок!
Ну-ка ножницы – цок-цок!