**Консультация
 «Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей 3–4 лет. Приучаем ребенка правильно мыть руки»**

Малыш трех лет уже самостоятельно может принимать пищу, одеваться и раздеваться, умываться, использовать туалет, использовать носовой платок, расческу и полотенце. В этом возрасте ребенок проявляет интерес к правилам поведения, направленного на здоровьесбережение, с удовольствием исполняет простейшие ритуалы (умывается, чистит зубы, с интересом узнает все больше о своем теле). Дети радуются любой возможности попробовать выполнить гигиенические процедуры самостоятельно, а также искренне и эмоционально радуются результату: чистым ручкам, чистым зубкам.

Но процесс приучения к гигиене не всегда и не у всех проходит так, как хотелось бы. Некоторые малыши отлынивают от нудных и, по их мнению, не таких уж и нужных процедур: мытья рук, чистки зубов. Но воспитание культурно-гигиенических навыков, как мы понимаем, дело крайне необходимое. Что же делать? Остановимся подробнее на правильном мытье рук.

**Первое** — мойте руки вместе с детьми! Из особенностей детского развития в данный возрастной период видно, что самое важное – это показывать достойный пример. Малыш внимательно следит за взрослым, копирует его действия, стремится подражать. Поэтому если мама и папа моют руки, то и малыш с радостью последует их примеру.

**Второе** - всем своим видом показывайте свое удовольствие от процесса и радуйтесь результату, который получает малыш. Важна эмоциональная составляющая, тогда навыки будут закреплены надежно.

**Третье** - дети любят играть и фантазировать. Этим-то и нужно воспользоваться. Поиграйте с ребенком! Намыливая руки, можно попускать пузыри (сложив руку в кулак таким образом, чтобы между пальцами и ладонью осталось отверстие, понаблюдать за тем, сколько пузырей, больших и маленьких вырастает на ладошках, если их тщательно намыливать. Можно также посоревноваться: у кого получится больше пены при намыливании рук или (если ребенок стремится поскорее закончить процедуру и моет руки некачественно) кому удастся дольше всех не смывать мыло.

Можно выучить с ребенком несколько стихов или песенок. Они помогут сделать гигиенические процедуры веселее и объяснят ребенку на понятном ему языке пользу и необходимость действий. Вот несколько стихов и песен об умывании и чистоте. Вы можете распечатать их и повесить у себя в ванной.

Водичка, водичка,

Умой моё личико,

Чтобы глазоньки блестели,

Чтобы щёчки краснели,

Чтоб смеялся роток,

Чтоб кусался зубок!

Ручки мыли,

Щечки мыли,

Hосик мыли

*(можно перечислять все, что захочешь)*

И теперь мы чистые,

Зайчики пушистые.

Сам я встал сегодня рано,

Сам умылся из-под крана,

Чистить зубы сам пошел,

И расческу сам нашел.

Перед зеркалом стою,

Сам себя не узнаю.

Нет, такому молодцу

Быть неряхой - не к лицу *(В. Степанов)*.

Моем-моем мы ладошки,

Мылом пенным и душистым.

Все их моют, даже кошки,

Чтобы было чисто-чисто.

**Четвертое** — воспользуйтесь цветным плакатом, на котором изображено как правильно мыть руки *(заодно и себя проверьте)*. Плакат можно распечатать и прикрепить на стену над раковиной. Плакат можно купить в книжном магазине или распечатать на цветном принтере из интернета.

**Последнее** - инструкция по правильному мытью рук для взрослых, проверьте себя:

1. Руки нужно намочить теплой водой.

2. Возьмите мыло, потрите его между ладоней.

3. Отложите мыло, старательно вспеньте мыло на руках, протрите каждый палец, не забудьте о запястьях. Это необходимо делать не менее 20 секунд.

4. Смойте мыло водой.

5. Вытрите руки полотенцем.