

Рекомендации для родителей «УЧИМ РЕБЁНКА МЫТЬ РУКИ»

Процесс формирования навыков самообслуживания важен для любого ребенка, у детей же с ограниченными возможностями здоровья успешность овладения навыками самообслуживания является необходимым условием успешной социализации и адаптации в обществе. Этот процесс может быть значительно растянут по времени в силу особенностей развития ребенка, а также по причине гиперопеки со стороны родителей «особого» ребенка, когда за него стараются выполнять многие вполне посильные действия.

Основная задача взрослых – создать ребенку необходимые условия для приобретения навыков самообслуживания.

На первом этапе обучения взрослый выполняет действие совместно с ребенком: берет руки ребенка в свои и производит все необходимые операции его руками.

Взрослый должен максимально расчленить каждое действие на отдельные операции и, выполняя действие руками ребенка, постоянно придерживаться определенной последовательности.

Каждая операция обязательно сопровождается объяснением.

При первоначальном знакомстве с предметами, действиями, которыми дети должны овладеть, ни при каких обстоятельствах нельзя игнорировать цветовые и другие зрительные качества, помогающие малышу ориентироваться в ситуации. Поэтому, знакомя ребенка с различными предметами в процессе обучения его действиям по самообслуживанию, надо обращать внимание ребенка на цвет предметов и постараться, чтобы предметы (мыло, вешалка для полотенца и т.д.) были по возможности ярких, насыщенных тонов.



Как приучить малыша мыть руки?

1. Приучать малыша мыть руки самостоятельно надо постепенно. Своим примером показывайте, как это правильно делать: как правильно брать мыло, намыливать руки и смывать пену под краном.

2. Создайте условия для осуществления ритуала мытья рук. Для этого около раковины должен стоять устойчивый стульчик или скамейка, чтобы

малыш чувствовал себя комфортно и его ручки не были подняты вверх во время мытья рук.

3. Ребенку надо повесить собственное яркое полотенце, до которого он сможет дотянуться сам. Поможет в приучении к мытью рук и специальное детское мыло в виде маленьких забавных фигурок с приятным запахом.

4. Научите ребёнка самостоятельно включать воду, но контролируйте этот процесс, чтобы малыш случайно не обжёгся горячей водой, так как это может настроить на негативное отношение к водным процедурам.

5. Покажите ребенку, как правильно пользоваться полотенцем.

6. Читайте стихи или пойте песенки, они помогут отмерить время, необходимое на намыливание (не менее 20-30 секунд).

7. Примеры:

«Что бы было, что бы было, если не было бы мыла? Если не было бы мыла, Таня грязной бы ходила! И на ней бы, как на грядке, рыли землю поросятки!».

«Водичка, водичка, умой моё личико, чтобы глазки блестели, чтобы щёчки краснели, чтоб смеялся роток, чтоб кусался зубок!» и так далее.

8. Не забывайте о небольших поговорках, которые помогут запомнить малышу, в каких случаях ручки надо вымыть, например:

«Руки мой перед едой»;

«Если ты пришел домой, руки с мылом сразу мой»;

«Быть грязнулей не годится, будем ручки мыть водицей».

9. Не торопите ребёнка. Пусть малыш поймёт, что можно получать удовольствие от необходимых процедур. В противном же случае, ребёнок будет считать эти важные процедуры «тяжёлой повинностью», будет попросту игнорировать их.

10. Не ругайте кроху за мокрую одежду, воду на полу возле умывальника, полотенце, оставленное на полу и так далее. Со временем малыш научится делать все более аккуратно.

11. Помните, что во влажной среде бактерии размножаются лучше. Поэтому, если кожу намочить, но не намылить достаточно хорошо, то микроорганизмов станет только больше. Всегда контролируйте процесс мытья рук, пока ваш малыш недостаточно овладел этими навыками.

12. Хвалите малыша за правильные действия и никогда не ругайте, если он облился водой или уронил мыло. Пусть малыш все делает сам — медленно, неуклюже, но самостоятельно.

В любом случае, родителям еще какое-то время придется наблюдать за тем, как ребенок моет руки, умывается и вытирается полотенцем, помогая

ему исправить возникающие ошибки. В конечном счёте, ребенок запомнит, как правильно мыть руки.

Можно подобрать или изготовить для ребенка небольшую памятку, на которой будет изображена последовательность действий или алгоритм мытья рук.

1. Закатываем рукава «Кто рукавчик не засучит, тот водички не получит»
2. Открываем кран «Выходи водица, мы пришли умыться».
3. Моем руки с мылом «Лейся на ладошки понемножку».
4. Закрываем кран «Ладушки, ладушки, с мылом моем лапушки».
5. Вытираем руки.
6. Опускаем рукава.

КАК ПРАВИЛЬНО

МЫТЬ РУКИ



**ЗАКАТЫВАЕМ
РУКАВА**



**ОТКРЫВАЕМ
КРАН**



**МОЕМ РУКИ
С МЫЛОМ**



**ЗАКРЫВАЕМ
КРАН**



**ВЫТИРАЕМ
РУКИ**



**ОПУСКАЕМ
РУКАВА**

Надеюсь, что эти советы помогут Вам научить ребенка мыть руки самостоятельно.