**Консультация для родителей**

**Освоение культурно-гигиенических навыков**

***Стихотворения о культурно-гигиенических навыках, в помощь маме.***

    Художественное слово очень любимо малышами. Для того, чтобы Ваш 2х -3х летний ребенок лучше запомнил некоторые правила и освоил навыки, выучите с ним стихотворение и повторяйте во всех удобных случаях.

Петушок кота любил

Петушок кота учил:

Если ты с мячом играл,

Если клеил, рисовал,

Если ты копал песок,

Загрязнить ты лапки мог.

Ты всегда перед едой

Лапки чисто с мылом мой!

Мишка пьёт горячий чай

И сосёт конфету.

Не облейся невзначай,

Не забудь салфетку!

Рано утром волк зубастый

Чистит зубы мятной пастой

Гребешок, вода и мыло

Нам даны, друзья, не зря –

Чтобы были мы красивы

Были чистыми всегда!

    Поможем малышу освоить этикет: поведение за столом.

***Если нужна помощь***

    Если ребенок все стремиться делать САМ, но еще очень маленький

    Настаёт день, когда малыш начнёт протестовать против того, что Вы ему помогаете. «Сам! Сам!» — скажет он. От Вас потребуется определенное терпение: в первое время малыш некоторое количество пищи будет размазывать по лицу или по столу. Но должен же он научиться есть самостоятельно!

***Если ребенок ест очень неопрятно***

Предоставив малышу самостоятельность, приучайте его к опрятности: испачкает лицо — вытрите его салфеткой (а еще лучше — рукой самого малыша); прольёт что-нибудь на стол — наготове должна быть чистая тряпочка или салфетка. Наводить порядок следует не молча, а проговаривая свои действия, привлекать к ним самого малыша.

***Если ребенок плохо ведёт себя за столом***

Детей на третьем году жизни надо приучать к соблюдению правил поведения за столом: есть спокойно, не отвлекаясь, не выходить из-за стола, пока не закончился обед (ужин); уметь ждать, пока подадут следующее блюда; говорить «Спасибо» после еды.

***Если ребенок плохо ест***

Прежде всего, необходимо выяснить причины плохого аппетита. Возможно, ребенок время от времени отказывается от еды потому, что накануне подкрепился сладостями, а может быть, он просто устал или расстроен чем-нибудь. Спокойно предложите ему: «Ты устал, давай я покормлю тебя». Если малыш продолжает отказываться от еды — не настаивайте. Предложите ему отдохнуть, но без упрёков, без выговора и угроз. Если же такое поведение повторяется регулярно, то можно ввести «золотое правило»: КОГДА и ЧТО кушать, решает взрослый, а СКОЛЬКО — сам ребенок.

***Если ребенок капризничает***

Ребенку раннего возраста кажется, что он может всё, а у него получается не всё. Это может вызывать негативную эмоциональную реакцию. Важно проявлять терпеливое, росное отношение к малышу, сохранять положительные эмоции у себя и у ребенка.