

ЧЕК – ЛИСТ

Как приучить ребенка второго раннего возраста чистить зубы



◆ **Отсутствие давления**

Проявляйте настойчивость в разумных пределах, не торопите и не ругайте, если у него что-то не получается.

◆ **Чистим вместе**

Личный пример действует эффективнее, чем любые объяснения и уговоры. Берите малыша с собой в ванную для утренних процедур. Предложите щетку, пусть он попробует повторить ваши движения.

◆ **Выбираем «Фантастическую» зубную щетку**

Щетку желательно приобретать вместе, пусть ребенок сам выберет ту, которая ему больше нравится, выберите детскую зубную пасту с приятным вкусом.

◆ **Фиксируем успехи**

Успех, если он был замечен и отмечен – это всегда дополнительный стимул к новым свершениям. Заранее придумайте вознаграждение (наклейки, фигурки, звездочки)

◆ **Предоставляем право выбора**

Это не выбор плана «чистить или не чистить зубы». Обеспечьте наличие на полочке в ванной комнате 2-3 разных щеток и столько же видов зубной пасты.

◆ **Дух соперничества**

Придумайте, например, соревнование у кого после чистки зубы будут белее. Выигравшему обязательно приготовьте приз.

◆ **Приобретаем песочные часы**

Договоритесь с ребенком заранее, что весь процесс будет занимать ровно столько времени, сколько пересыпается песок (песочные часы должны быть рассчитаны на 2 минуты)