**Как правильно**[чистить зубы детям](http://www.uaua.info/ot-3-do-6/zdorovye-ot-3-do-6/article-29920-uchimsya-chistit-zuby-po-vsem-pravilam/)**, если зубов-то еще толком нет?**

И как приучить ребенка чистить зубы, если он капризничает, и не понимает, как это важно для его здоровья? Очень просто: поиграйте с ним!

**10 ИДЕЙ КАК ПРИУЧИТЬ РЕБЕНКА ЧИСТИТЬ ЗУБЫ ИГРАЮЧИ**

1. Купите необычную зубную щетку. Позвольте малышу самостоятельно выбрать, что ему нравится: щетка с мультяшным героем, со звуковыми эффектами и тд. Купите детскую зубную пасту 2-3 разновидностей. Вкусы тоже позвольте выбрать малышу. Веселые щеточки и разные пасты помогут поддерживать разнообразие, и ребенку чистка зубов не наскучит. Например, по выходным он чистит зубки клубничной пастой с помощью щетки-винни-пуха, а по вторникам и четвергам – банановой, с помощью щетки-привидения.
2. Купите пластиковую модель челюсти или просто игрушку с большими, детально изображенными зубами. Это будет модель, на которой вы с ребенком будете учиться, как правильно чистить зубы детям. Для солидности можете нарядить ребенка в стоматолога (белый халат, марлевая повязка). А проверять навыки можно в ванной, во время чистки собственных зубок.
3. Сделайте доску «достижений». Это может быть картонный лист, расчерченный по дням. За каждую чистку зубов – одна красивая наклеечка на этот лист. Набрал определенное количество наклеек – значит, пришло время шоколадки. Убиваем сразу двух зайцев – и сладкое ограничиваем, и зубки чистим.
4. Найдите антигероев. [Обучающие мультфильмы](http://www.uaua.info/ot-3-do-6/razvitie-ot-3-do-6/news-39402-obuchayuschie-multfilmy-dlya-detey/) и фильмы для детей тоже помогут научить ребенка чистить зубы. Найдите истории про детей, которые не хотели чистить зубки. И покажите наглядно, какими бывают результаты такого протеста.
5. Вызывайте зубную фею. По ночам зубная фея проверяет, почищены ли зубки. И, если все в порядке, прячет под подушку сладкий подарочек.
6. Поддерживайте дух соревнования. Делайте семейные соревнования, к примеру, кто лучше всех почистит зубки, у кого белоснежней улыбка, или у кого будет больше пены во рту во время чистки (дети будут в восторге).
7. Чтобы обыденный процесс не превращался в рутину, придумывайте игры со злым монстром Кариесом, который ужасно боится зубную щетку, и веселитесь вместе с крохой.
8. **Поиграйте в «зеркало».**Кроха должен повторять каждое ваше движение. Со временем ребенок к этой игре привыкнет, и силком затаскивать в ванную комнату его уже не придется.
9. Купите в магазине маленькие песочные часы на 2 минуты. Пока цветной песочек сыпется – старательно чистим каждый зуб
10. Чистите зубки игрушкам: пусть малыш расставит в ванной игрушки и личным примером продемонстрирует, как правильно чистить зубы. После мастер-класса можно почистить зубки и игрушкам

