

ПРАКТИКУМ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

Что делать родителям, если у ребенка раннего возраста с ОВЗ появились проблемы с поведением?

Блок II

КАК НАЛАДИТЬ РЕЖИМ?

РЕКОМЕНДАЦИИ:

1. Составьте письменный распорядок дня ребенка, придерживайтесь его сами и попросите ваших родных, если они остаются с ребенком, также следовать заведенному расписанию.
2. Организуйте полноценное бодрствование ребенка. Разделите время от сна до сна на две равные части:
 - первую половину посвятите активному бодрствованию;
 - вторую половину – спокойному бодрствованию.

Занятия для активного бодрствования:

- пешая прогулка на улице, игры в песочнице, на детской площадке;
- знакомство с новым – новая игрушка или книжка, новое занятие;
- веселые шумные игры со взрослыми или детьми – догонялки, прятки;
- гимнастика и активный массаж;
- участие в домашних делах.

Занятия для спокойного бодрствования:

- чтение знакомых книжек, знакомые игры и игрушки;
- игры с водой, песком;
- игры с крупами, с мисками, на кухне около мамы

3. Вводите в режим дня правила самостоятельности ребенка.

Помыть руки, почистить зубы, одеться, поест, раздеться и т.д. — ребенок раннего возраста постепенно осваивает эти навыки, и если он научился новому делу, надо вводить его в режим дня. Это поможет сформировать у ребенка полезные привычки.

4. Используйте ритуалы перехода.

Если ребенку сложно оставить одно занятие и переключиться на другое, используйте ритуалы перехода. Ритуал – это четкая и неизменяемая последовательность событий, которая начинается в одной активности и переходит в другую (*подробности в следующем блоке*).