

ПРАКТИКУМ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

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

Блок I

КАК ПОНЯТЬ, ПРАВИЛЬНЫЙ ЛИ РЕЖИМ У ВАШЕГО РЕБЕНКА РАННЕГО ВОЗРАСТА?

Устойчивый режим дня ребенка раннего возраста поможет решить сразу несколько проблем в семье:

- режим дня укрепляет центральную нервную систему ребенка и позволяет нормализовать эмоциональный фон его настроения;
- режим вносит стабильность, предсказуемость и планирование в жизнь всей семьи;
- режим дает возможность и ребенку, и взрослому полноценно отдыхать и распределять свои силы в течение дня.

Стабильный распорядок дня нужен для полноценного развития ребенка раннего возраста.

ПРИЗНАКИ НАРУШЕНИЯ РЕЖИМА:

1. Поздний утренний подъем (позже 8:00);
2. Позднее вечернее засыпание (позже 21:00)
3. Долгое укладывание (более 40 мин)
4. Бодрствование ночью
5. Вялость утром и повышенная активность вечером.

Если родитель наблюдает хотя бы один признак нарушения режима, то режим надо наладить.