|  |
| --- |
| **Ребенок не хочет спать в детском саду.**  **Ситуация:** Ребенок не хочет спать в детском саду. Ребенок наотрез отказывается спать во время дневного сна. Как воспитателю уложить ребенка?  **Решение:**  Главной задачей воспитателя является не просто убедить ребенка, что нужно спать, а настроить его на сон.  Хорошему сну должна способствовать положительная атмосфера. В первую очередь, обстановка в спальне.  Как правильно, должны преобладать пастельные тона. Окна спальни затеняют. При укладывании детей в разных возрастных группах использую разные методы.  В младшей группе подходить к каждому ребенку. Разговаривать спокойным, убаюкивающим голосом, поглаживать по голове, спине, плечам и бережно укрывать одеялом. Говорить, что ему сейчас приснится замечательный сон, который он потом расскажет воспитателям и своей маме. А ещё он не один будет спать, а вместе с детьми и своей игрушкой. Хорошо, когда родители приносят ребенку его любимую игрушку, которую он укладывает с собой. Она постоянно находится на кроватке и предназначена только для сна. Игрушка напоминает малышу о маме, доме, и он чувствует себя с ней спокойнее.  Перед сном, в младшей группе, я предлагать ребенку зайти в спальню, посмотреть на свою кроватку, говорить, что она целый день ждала встречи с ним.  Детям старших групп я говорить о том, что нашему организму нужен отдых. Если мы не будем отдыхать, мы будем болеть. Приводить примеры, сравнивая организм ребенка с техникой, которая может сломаться, если будет постоянно включена (например, телевизор, а у нас живой организм и нам, тем более, нужно хорошо отдыхать, чтобы восстанавливать силы). При разговоре с детьми употребляю слово отдыхать, а не спать.  Процесс подготовки ко сну начинается после обеда. Настраивать детей на сон сразу после выхода из-за обеденного стола. Задавать спокойный тон, говоря о том, что младшие дети уже спят.  Раздевая детей, говорить им о том, что, когда они проснутся, их будет ждать что то новое и интересное, желать им приятных сновидений. Читать или рассказывать детям сказки.  Особую роль в этом процессе играет музыка. Во время укладывания детей петь им колыбельные песни. Ведь недаром в древние времена пели колыбельные песни: они оказывают успокаивающее действие на нервную систему.  Большое значение для привыкания детей старшей группы к режиму дня имеет работа с родителями. Ведь многие родители не укладывают детей спать, тем самым, сбивая их ритм жизни. Даже если ребенок наотрез отказывается спать, необходимо, чтобы он хотя бы просто полежал в кроватке.  Очень важно и то, как пробуждаются дети. В группе должно существовать правило «тишины». Дети не только просыпаются в тишине, но одеваясь и, приводя себя в порядок, стараются не шуметь, чтобы дать возможность проснуться в тишине остальным детям.  **МБДОУ №7 Буровичок» Воспитатель: Орловская З.Н.**  **Март 2024г.** |