

Важные правила подготовки к празднику



Новый год — это яркий, но хаотичный праздник. Для наших детей он может стать стрессом. **Цель** — не «устроить шоу», а создать безопасную и предсказуемую радость.

1. Социальные истории — ваш главный помощник!

- + За 1-2 недели начните читать/смотреть простые истории о Новом году: «Что такое ёлка?», «Кто такой Дед Мороз?», «Как мы будем праздновать».
- + Используйте фото вашей квартиры, ёлки, членов семьи. Это снизит тревожность.

2. Визуальное расписание дня праздника.

- + Сделайте в картинках пошаговый план: «Утро — завтрак», «День — наряжаем ёлку», «Вечер — ужин, подарки».
- + Обязательно включите этап «Спокойное время» и «Конец праздника».

3. Зона безопасности.

- + Подготовьте тихое место, куда ребенок сможет уйти, если устанет от гирлянд, гостей, музыки. Положите туда любимые игрушки, мягкий плед.

4. Подарок без сюрприза.

- + Для многих детей с РАС неожиданность — это стресс. Покажите фотографию подарка заранее или дайте потрогать коробку. Радость от получения желаемого будет больше, чем от непонятного «сюрприза».

Чем занять?

Выбирайте 1-2 варианта в день, не перегружайте ребенка.

«Тихое» творчество (развитие мелкой моторики, сенсорная интеграция):



Ёлка из отпечатков ладошек на ватмане или из безопасного для кожи пластилина.



Новогодняя аппликация с готовыми деталями: дайте ребенку готовые кружочки-шарики, треугольник-ёлочку, клей-карандаш. Задача — приклеить, а не вырезать.



Сортировка «ёлочных шаров»: смешайте в миске помпоны или шарики двух цветов (синие и серебристые) и предложите разложить по разным коробочкам.



Лепка из солёного теста: сделайте звёздочки, колокольчики. Это отличная тактильная активность.

Сенсорные игры (помогают снять напряжение, регулировать состояние):



«Зимняя коробка»: глубокая ёмкость, наполненная рисом (можно покрасить в синий) или ватой. Спрятайте туда маленькие фигурки (снеговики, животные) для поиска.



Лепка «снега» из крахмала и пены для бритья.



Украшение ёлки по правилам: поручите одну повторяющуюся задачу: «Ты вешаешь ТОЛЬКО синие шары» или «Раздай всем по бантику». Это дает понимание своих действий.



Рассматривание гирлянд: предложите выбрать одну немигающую гирлянду, лежь под ёлку и просто смотреть на огоньки.

Чего стоит избегать:

- Неподготовленных визитов Деда Мороза (громкий голос, незнакомое лицо, густая борода — частые источники страха).
- Массовых утренников с шумом, хлопушками и толпой.
- Длительных застолий с требованием «сидеть смирно».
- Резких изменений в меню. Новогодние блюда могут быть поданы как дополнение к привычной еде.
- Давления: «Улыбнись!», «Посмотри, какой праздник!», «Возьми у Дедушки Мороза».

Пусть ребенок наблюдает и участвует в своем темпе.

Помните: Успешный праздник для вашего ребенка — это тот, после которого он не демонстрирует длительной регрессии в навыках, повышенной тревожности или сенсорной перегрузки. Его улыбка и спокойствие — лучшая оценка вашей подготовки.

Игры в которые можно поиграть дома:

Игра 1: «Найди такой же огонёк» (Сенсорно-моторная, на цветовое соотнесение)

Что понадобится:

- Небольшая гирлянда с разноцветными не мигающими лампочками (лучше крупными).
- Набор разноцветных помпонов (цвета должны совпадать с цветами лампочек на гирлянде).

Как играть (пошагово для родителя):

1. Подготовка: Включите гирлянду. Положите её на пол или диван. Рядом поставьте коробку с разноцветными помпонами.
2. Простая инструкция (используйте визуальную подсказку): Возьмите в руку помпон, например, красный.

Покажите его ребенку, а затем дотроньтесь им до красной лампочки на гирлянде. Скажите четко: «Найди такой же. Красный».

3. Выполнение: Помогите ребенку найти помпон и поднести его к красной лампочке. Можно использовать «рука в руке».

Игра 2: «Подарок для ёжика» (Сюжетно-ролевая, на эмоции и взаимодействие)



Что понадобится:

- Любимая мягкая игрушка ребенка (или новая, но простая, например, ёжик).
- Несколько небольших одинаковых коробочек.
- В каждую коробочку положите знакомый и приятный ребенку предмет: маленькую машинку.

Как играть (пошаговый сценарий):

1. Знакомство с правилом: Посадите игрушку (например, ёжика) напротив ребенка. Скажите: «Смотри, ёжик. Ему грустно. Давай подарим ему подарок, чтобы он стал радостный».

2. Демонстрация: Возьмите одну коробочку. («Что там?»). Откройте. Скажите: «Ого, машинка!» С радостным, но спокойным лицом отдайте машинку ёжику: «На, ёжик, держи! Это тебе!».

3. Роль ёжика (роль родителя): Возьмите ёжика в руки и покажите, как он «радуется»: Озвучьте простыми фразами: «Ура! Спасибо! Машинка!».

4. Передача хода: Скажите: «Теперь ты. Дай подарок ёжику».

Как провести сам праздник: сценарий мини-сказки

Главное — коротко, наглядно, с повторяющимися действиями.

Что понадобится: любимая мягкая игрушка ребенка (например, мишка), мешок (простая наволочка), один ожидаемый подарок, колокольчик.

Сценарий:

1. Сигнал: «Слышишь? Колокольчик! К нам кто-то идет!»

2. Появление: Входит папа/бабушка с мишкой в руках. Мишка «несет» мешок. Акцент на игрушке, а не на человеке в костюме — это менее страшно.

3. Ритуал: Мишка «топает» ножкой возле елки, «смотрит» на ребенка.

4. Действие: «Мишка принес подарок! Давай найдем его!» Ребенок (с помощью взрослого) находит в мешке свой подарок.

5. Завершение: «Спасибо, мишка! С Новым годом!» Мишка «уходит». Праздник завершается спокойным разворачиванием подарка в привычной обстановке.

Ваше терпение, любовь и понимание — самый главный подарок для вашего ребенка.



С наступающим Новым годом!

**Муниципальное автономное образовательное учреждение
МАДОУ
«Детский сад №267»**

**Чем завлечь на новогодние праздники
детей
с РАС и ЗПР 5-6 лет?**



**Подготовила педагог-психолог
Зоркова А.Х.**

г. Барнаул, 2025г.

