



Памятка для родителей
**ВАЖНОСТЬ РИТУАЛОВ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Ритуал – это определенный набор действий, которые регулярно повторяются при определенных условиях. Привычные последовательности действий традиционно связаны с режимными моментами. Большинство дошкольников с удовольствием соблюдают ритуалы и остро реагируют на отступление от привычного хода вещей. Ритуалы придают маленькому человеку чувство защищенности и уверенности.

Детские ритуалы

- **Придают ребенку уверенности.** Ритуалы помогают упорядочить действительность. Привычный порядок действий позволяет преодолеть стресс. Например, использование «сонных игрушек» решает проблему с дневным сном: дети перед сном возбуждены, крикливы, долго не засыпают, сон непродолжительный. С «сонными игрушками» дети уже спокойно готовились ко сну, быстрее засыпали.
- **Прививают полезные привычки.** Ритуалы помогают привыкнуть к режимным моментам. Привычные действия, которые мы совершаем ежедневно, являются своего рода ритуалами (к примеру, мыть руки перед едой, чистка зубов утром и перед сном и так далее). Выполняя ритуал, ребенок не просто совершает некое действие, но и понимает, для чего это необходимо, в результате чего формируются осознанные правильные привычки.
- **Помогают адаптироваться к новым условиям.** Если ребенок только начинает посещать детский сад, адаптацию могут облегчить ритуалы. Например, ритуал прощания перед заходом малыша в группу: поцелуи, пожелания хорошего дня и многое другое. Главное – создать позитивный настрой.
- **Укрепляют семейные взаимоотношения.** Семейные традиции и ритуалы сближают членов семьи и укрепляют взаимоотношения. Введение режимных ритуалов сплачивает детей, способствует формированию внимательного отношения детей друг к другу.

Условно ритуалы можно разделить на две группы:

- Связанные с началом действия (например, пробуждение, подготовка к прогулке или занятию);
- Связанные с завершением действия (засыпание, уход в детский сад, завершение игры).

Рассмотрим ритуал, связанный с началом действия, – «Утренний круг».

Он используется в работе с воспитанниками групп кратковременного пребывания для организованного начала дня перед непосредственной образовательной деятельностью.

Ритуалы имеют большое значение в жизни ребенка и семьи в целом. Они упорядочивают действительность, позволяют справиться с тревогой, придают малышам уверенность в своих силах. Четкие последовательности действий помогают привыкнуть к режимным моментам и адаптироваться к новым условиям.

Подготовила: воспитатель ГКП Бучнева И.В.