

3-сабақ

Өздігінен ұйықтату методикасының ерекшелігі

Қай методика ең дұрыс?

Ескерту!!!

Бұл методикаға инструкция жоқ!

Бұл методика туралы жалпы ақпарат беретін видео

Методиканың маңызы неде?

Балаға ата-ананың көмегінсіз, емшексіз, тербету, көтеріп жүру т.с.с. әрекеттерсіз өздігінен ұйықтау қабілетін дамыту.



Б

А

А нүктесінен Б нүктесіне тез келуге де, баспалдақтан секіріп немесе әр баспалдақты басып жайлап жетуге болады. Методикалар өзара жылдамдықтары бойынша ерекшеленеді.

Методиканың ішінде ең қауіпсізі қандай?

Барлығы қауіпсіз!

Егер



Методиканың пайдасы қандай?

Неге өзіміз методика жасамаймыз?

- ▲ **Мамасы мен баласына түсінікті болу керек.**
- ▲ **Нәтижесі жоғары. Өйткені ғылыми тексерілген, тәжірбие өткізілген.**
- ▲ **Баланың ұйқысы жақсару арқылы үйдің атмосферасы жақсарады.**

Ал өздігінен методика ойлап табудың кемшілігі неде?

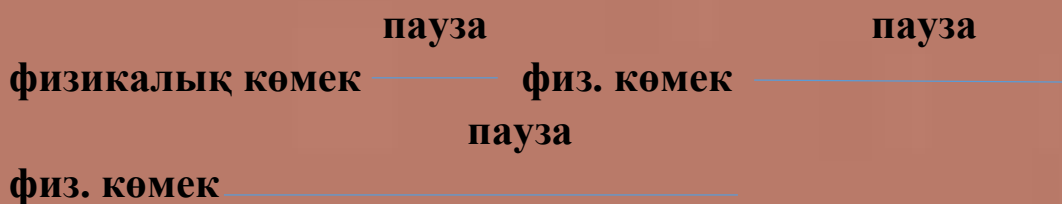
- ▲ **Жалпы баланың ағзасы, физикалық дамуы туралы ақпараттың аз болуы**
- ▲ **Анасы ойлап тапқан методика кері әсер етуі мүмкін. Және өздігінен методика ойлап тапқанда оның жауапкершілігі толықтай анасында болады.**

Методиканың түрлері:

1. Спок А → Б

Дайындық 200% болу керек. Бірақ А нүктесінен Б нүктесіне тез бірден жетеміз. Өте қатал. Әдетте анасы ауырса, басқа жаққа кету керек болса қолдануға болады. Нәтиже 3-4 күнде!

2. Фервер Эстивель Интервалов.



Нәтижесі тез. Балаға өздігінен ұйықтауды жедел үйрету керек болса қолданылады. Нәтижесін бір апта ішінде көруге болады.

3. Отырғызу, орындық, көмекті жайлап алу. Анасы ешқайда кетпейді. Бірақ өз көмегін жаңсылап азайтады. 4 айлық баладан бастап қолдануға болады. Нәтижесін 1-2 аптада көреді.

4. Құшақтау, салу, Хогг, Penrty Reading. Бала мазасызданса бірден баруымыз, көмектесуіміз керек. Нәтижесі 1 айдан асқанда болады.

Методиканы өзгертуге болады. Дегенмен ол өзгеріс қалай болса солай болмауы тиіс.

Сондықтан методика енгізбес бұрын тағы бір пысықтап алыңыз. Сіз бала ұйқысы туралы толық оқып түсіндіңіз бе? Кем дегенде екі методиканы толық білуіңіз керек. Сізге қолдау көрсететін қасыңызда адам болу керек. Сіз тек методиканы ғана емес, басқа нюанстарды білуіңіз керек.