

## **Консультация для родителей**

### **«Что нужно знать родителям детей с ограниченными возможностями здоровья»**

Уважаемые родители! Помните, что успех коррекционного обучения прежде всего определяется содружеством всех специалистов детского сада, воспитателей и вас, родителей. Что не может сделать один, мы делаем вместе!

1. Проявляйте инициативу, обращайтесь за помощью к специалистам дошкольного учреждения, получите индивидуальные, семейные консультации, участвуйте в тренингах для родителей и детей. Старайтесь прислушиваться и следовать рекомендациям специалистов, занимающихся с вашим ребенком.

Помните, вы не виноваты, что так случилось. Примите ситуацию как данность, не думайте о том, как и почему это случилось, размышляйте о том, как жить дальше. Помните, что все ваши страхи и «темные» мысли ребенок чувствует на интуитивном уровне. Ради успешного будущего вашего ребенка постарайтесь найти в себе силы с надеждой и оптимизмом смотреть в будущее, живя в настоящем.

Если нужно, обращайтесь за помощью к таким же родителям, помогайте друг другу, делитесь переживаниями, поддерживайте друг друга. Преодолеть сложный период может помочь психолог или те родители, у которых ребенок с похожими трудностями, и они успешно преодолели нелегкий период.

Общайтесь с другими родителями, делитесь опытом, вашими успехами в обучении, воспитании, общении, перенимайте чужой опыт. Это поможет вам и детям найти друзей, спутников жизни. Тренируйте эффективные способы поведения.

2. Читайте. Читайте как можно больше. Изучайте доступную информацию, чтобы быть «в теме», знать особенности развития вашего ребенка и пути помощи, приемы, игры, возможности. Постоянно возвращайтесь к уже прочитанному, стимулируйте себя, ведь информация забывается, мы устаем, мы привыкаем к текущему положению вещей, попросту – расслабляемся, перестаем поддерживать связь со специалистами, ежедневно играть и заниматься с ребенком. А ведь чтобы поддержать ребенка и помочь его развитию, занятия ежедневные и регулярные – условие необходимое.

3. Соблюдайте ВСЕ рекомендации учителя-логопеда. Нарушения речевого развития – препятствие для развития в целом, поэтому необходимо ежедневно тренировать ребенка в выполнении артикуляционной гимнастики и других заданий учителя-логопеда.

4. ОБЩАЙТЕСЬ С РЕБЕНКОМ. Самооценка ребенка во многом зависит от оценки окружающих его людей. Важно, чтобы ребенок верил в свои силы, испытывал состояние комфорта, защищенности, позитивного мировосприятия и интереса. Для этого очень большое значение имеет общение. Интересуйтесь событиями жизни ребенка, его мнением. Например, задайте своему ребенку вопросы о том, что он нового узнал сегодня в саду.

Есть вопрос – есть работа мысли. Есть мысль – активизируется память.

Помните, чтобы ребенок знал, как себя вести и что сказать в разных ситуациях, его надо этому научить. Просто наблюдая за вами, «со временем», он этому не научится. Учите, что надо сказать, когда сказать, как подойти, что ответить в том или ином случае. Отрабатывайте разные ситуации общения сначала в игре (приход в гости, поздравление с днем рождения, звонок по телефону маме на работу, разговор с чужим человеком на улице и т.п.), а потом и в реальной ситуации. На первых порах всегда будьте рядом, подсказывайте, поддерживайте ребенка. Учите просить о помощи, помогать другим. Создавайте условия для общения ребенка со сверстниками, друзьями, т.к. никакие средства массовой информации не заменят живого общения. Чем раньше ребенок начнет общаться с другими детьми, тем больше шансов, что он сможет легче адаптироваться в будущем. Старайтесь сохранять спокойствие, доброжелательность, дружелюбие в общении с детьми, между собой и с другими людьми. Ребенку с первых месяцев жизни важно ощущать стабильность и спокойствие своего окружения.

5. Что делать НЕ НАДО. Не смотрите на ребенка как на маленького, беспомощного. Не рекомендуется постоянно его опекавать. Не подчиняйте всю жизнь в семье ребенку, не делайте за него все, включая и то, что без особого труда смог бы сделать он сам. Такая гиперопека детям очень вредна. Именно в простых видах деятельности, элементарных навыках самообслуживания и самоконтроля развиваются такие важные качества, как уверенность в себе, чувство ответственности, самостоятельность. Конечно, контроль необходим, но его необходимо организовывать не «над», а «рядом». Ребенок в 4-5 лет может и должен самостоятельно одеваться и раздеваться, складывать свою одежду в шкаф, убирать игрушки, помогать накрывать на стол и убирать со стола, может вытереть пыль и протереть полы.

Ребенок – ваш главный помощник. Приучайте его выполнять домашние обязанности и поручения, ухаживать за собой, следить за чистотой, развивайте умения и навыки по самообслуживанию и т.д., поскольку это стимулирует развитие и приспособительную активность, делает ребёнка самостоятельным и менее зависимым.

Предоставляйте ребенку разумную самостоятельность в действиях и принятии доступных ему решений.

Хвалите детей, когда у них получается что-то сделать или чего-то достичь. Не жалейте ребенка из-за того, что он не такой, как все. Дарите ребенку свою любовь и внимание, и помните, что есть и другие члены семьи, которым вы тоже нужны.

Помогайте ребенку в сложных ситуациях. Научитесь обоснованно, спокойно и терпеливо отказывать в случае необходимости, это позволит ребенку ориентироваться в социальных условиях среды, проще говоря – понять, что хорошо, а что плохо, какое поведение правильное, а какое неправильное, когда и почему. Излагайте свои мысли четко, конкретно, последовательно, коротко – для детей с ЗПР это важное условие.

Интересуйтесь мнением ребенка, внимательно выслушайте его, прежде чем критиковать. Дайте ему возможность высказаться и тактично поправьте, если он в чем-то ошибается. Будьте готовы принять точку зрения ребенка и согласиться с ним. Это не нанесет ущерба вашему авторитету, зато укрепит в ребенке чувство самоуважения.

6. Помните о домашних занятиях. При задержке психического развития у ребенка ослаблена память, не сформировано произвольное внимание, замедлено развитие мыслительных процессов, поэтому материал, изученный в детском саду, необходимо повторять и закреплять дома, тренировать и отрабатывать использование знаний и умений в разных условиях. Для этого специалисты дают вам домашние задания на повторение изученной темы.

Первоначально задания выполняются ребенком с активной помощью родителя, постепенно приучая ребенка к самостоятельности. Необходимо приучать ребенка к самостоятельному выполнению заданий. Не следует спешить, показывая, как нужно выполнять задание. Помощь должна носить своевременный и разумный характер.

Важно определить, кто именно из взрослых будет заниматься с ребенком по заданию дефектолога. Время занятий (15–20 мин.) должно быть закреплено в режиме дня. Постоянное время занятий дисциплинирует ребёнка без лишних слов, помогает усвоению учебного материала. Занятия должны носить занимательный характер обязательно! Мы не учимся, мы – играем.

При получении задания внимательно ознакомьтесь с его содержанием, убедитесь, что вам все понятно. В затруднительных случаях консультируйтесь у педагога. Подберите необходимый наглядный дидактический материал, пособия, которые рекомендует учитель – дефектолог.

И главное – занятия должны быть регулярными. Вспоминать узнанное, закреплять знания вполне возможно во время прогулок, поездок, по дороге в детский сад. Но некоторые виды занятий требуют обязательной спокойной деловой обстановки, а также отсутствия отвлекающих факторов. Занятия должны быть непродолжительными, не вызывать утомления и пресыщения.

Игры и занятия должны быть разнообразными, чередуйте занятия по развитию речи с заданиями по развитию внимания, памяти, мышления. Чтобы ребенку было легче удерживать внимание, не забывайте про «переменки» – через 8-10 минут после начала занятий поиграйте в подвижную игру, сделайте несколько физических упражнений.

Выделите дома специальное отдельное место для игр, занятий и отдыха. Позвольте ребенку самостоятельно следить за порядком и чистотой этих мест.

Будьте терпеливы с ребенком, доброжелательны, но достаточно требовательны.

Отмечайте малейшие успехи, учите ребенка преодолевать трудности.

Обязательно посещайте консультации педагога и открытые занятия педагогов.

7. Развивайте у детей специальные умения и навыки. Помогайте найти скрытые таланты и возможности ребенка. Стимулируйте его приспособительную активность, помогайте в поиске скрытых возможностей. Научите детей техникам концентрации внимания, переключения внимания, расслабления, регуляции эмоционального состояния, отдыха.

8. Помните о своих интересах и желаниях. Живите полноценной жизнью, получайте удовольствие от любимых занятий, хобби, участвуйте в интересных событиях, читайте интересную литературу (специальную и художественную). Если вы будете удовлетворены жизнью, вы несравнимо больше сможете дать и вашим детям.

9. Отслеживайте, как идет развитие ребенка. Вспомните школьные годы и заведите дневник наблюдений. Записывайте, что нового в поведении, эмоциональном развитии, чему ребенок научился, что узнал. Такой дневник – ваш стимул и поддержка, перечитывая записи, вы увидите, как идет развитие, сможете понять, что необходимо делать, чему научить, что повторить, а что скорректировать. Подобные записи ведут все специалисты. Станьте специалистом по своему ребенку. Это придаст вам уверенности и спокойствия, организует вашу жизнь.

10. Заботьтесь о здоровье и прививайте этот навык детям. Занимайтесь спортом (плавайте, катайтесь на велосипеде, лыжах и т.д.), гуляйте, ведите активный образ жизни, следите за питанием. Научите детей заботиться о других – это стимулирует развитие.

Заботьтесь о себе. Следите за своей внешностью, поведением, эмоциональным самочувствием. Ваше самочувствие, здоровье и настроение – основа качества жизни вашей семьи. Ваша бодрость и вера в лучшее лучше всего поможет ребенку справляться с трудностями, даст ему внутреннюю опору на всю жизнь.

Поддерживайте дружеские отношения с близкими, родственниками, друзьями и знакомыми.

Доброжелательно, спокойно, терпеливо и уверенно реагируйте на интерес посторонних к вашему ребенку в присутствии незнакомых людей и вашего ребенка. Это позволит детям сформировать такой же стиль поведения и отношений.

Помните, что ребенок повзрослеет и ему придется жить самостоятельно. Готовьте его к будущей жизни, говорите о ней.

11. Своевременно консультируйтесь и проводите лечение ребенка у врачей, к которым направляют специалисты. Задержка психического развития не болезнь, а индивидуальный вариант психического развития. Но, как утверждают специалисты, в основе развития психики таких детей лежит та или иная несостоятельность структурно-функциональных мозговых систем, приобретенная в результате негрубого повреждения мозга. Поэтому сопровождение врачом–неврологом необходимо: он может выявить признаки органической поврежденности мозга и медикаментозно воздействовать на него, может при помощи лекарств скоординировать излишнюю заторможенность или возбудимость ребенка, нормализовать сон, активизировать работу клеток головного мозга.