

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

1. Необходимо подготавливать ребёнка к школе, заниматься с ним, приучать его к определённому режиму дня.
2. С детьми необходимо общаться, проводить как можно больше времени со своим ребёнком, выполнять рекомендации классного руководителя и психолога.
3. Больше времени уделять ознакомлению с окружающим миром: ходить с ребёнком в магазин, в зоопарк, на детские праздники, больше разговаривать с ним о его проблемах, рассматривать с ним книжки, картинки, сочинять разные истории, чаще рассказывать ребёнку о том, что вы делаете, привлекать его к посильному труду.
4. Главное- нужно оценивать возможности ребёнка с ЗПР и его успехи, замечать прогресс (пусть незначительный), а не думать, что взрослея, он сам всему научится.
5. Не требуйте от ребёнка того, чего он ещё не умеет.
6. При неудаче в учёбе, никогда не ставьте в пример конкретного ученика, или человека.
7. Давайте ребёнку возможность вести себя в свободное от учёбы время, как дошкольник. Ему это очень надо. Гуляйте с ребёнком, не меньше, чем 40 минут в день.
8. Бег, подвижные игры, плавание могут снимать напряжение. Важно, чтобы занятия спортом не переутомляли ребёнка.
9. Ежедневно и ненавязчиво интересуйтесь школьной жизнью ребёнка. Делитесь своим школьным опытом.
10. Играйте с ребёнком.
11. Найдите, за что похвалить ребёнка, за малейшее достижение в учебной деятельности и в поведении, чтобы ребёнок чувствовал себя успешным.
12. Оказывайте ребёнку эмоциональную поддержку, не усугубляйте сложившуюся ситуацию. Проявляйте терпение и участие в проблемах вашего ребёнка.
13. Сохраняйте дневной сон (у кого он был до школы) или послеобеденный отдых.
14. Ограничьте виды деятельности возбуждающе действующие на ребёнка: приглашение гостей или нанесение визитов, посещение театра.
15. Сократите время просмотра телевизора и время, проводимое за компьютером (общее время, не более полутора часов).
16. Если ребёнок сильно устает, можно укладывать его пораньше спать.
17. Не кричите на ребёнка.
18. Не обсуждайте при ребёнке ни положительные, ни отрицательны качества школы, учителя, одноклассников и их родителей.
19. Любите и во всём помогайте своему ребёнку.

Практический опыт показывает, что почти все дети с временной задержкой развития могут стать успевающими учениками общеобразовательной школы. При этом очень важно, чтобы учитель и родители знали, что трудности на начальном этапе обучения ребёнка не всегда являются результатом нерадивости или лени, а имеют объективные причины, которые могут быть успешно преодолены. Успешность адаптации зависит от общения ребенка с одноклассниками и учителем.

Родителям, в свою очередь, важно понять, что их ребенок будет обучаться медленнее других детей, но для того, чтобы достичь наилучших результатов, нужно обратиться за квалифицированной помощью к специалистам (педагогу-дефектологу и, если нужно, к врачу-психотерапевту). Как можно раньше начать продуманное и целенаправленное воспитание и обучение, создать все необходимые условия в семье, которые соответствуют состоянию ребёнка. При оказании помощи со стороны специалистов и поддержке родителей дети с ЗПР легче адаптируются.