

Рекомендации для родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья

. Для полноценного и гармонического развития личности ребенку необходимо расти в теплом семейном окружении, в атмосфере счастья, любви и понимания. Особенно это важно для ребенка с ограниченными возможностями здоровья (далее дети с ОВЗ). Такой ребенок нуждается в усиленной поддержке и помощи близких ему людей. Создание и поддержание в семье здорового психологического климата служит гарантией правильного развития ребенка и позволяет полнее раскрыть его потенциальные возможности. Поэтому решающую роль в развитии и раннем обучении ребенка играют родители и другие члены семьи. Проблемы физического, психического и речевого развития ребёнка, проявляющиеся у детей с ограниченными возможностями здоровья уже в раннем и младшем дошкольном возрасте, отрицательно влияют на дальнейшее его развитие, вызывая трудности обучения в детском саду, а в дальнейшем и в школе. Поэтому на родителей таких детей, так же ложится большая ответственность за его обучение, развитие и воспитание. Многочисленными исследованиями выявлено, что родители данной категории детей испытывают эмоциональное напряжение, тревогу, чувство вины, обиды, находятся в хроническом стрессовом состоянии и т.д. Всё это влияет на отношение родителей к своим детям. Следовательно, им так же, как и их детям, нужны психологическая помощь и поддержка.

- постарайтесь принять факт наличия проблемы развития у ребенка и обратитесь к специалистам;
- примите ребенка таким, каков он есть, проявляйте больше любви;
- говорите ребенку, что Вы цените, уважаете и гордитесь им, ребенок в любом возрасте хочет слышать, что он кому-то нужен, видеть ласковые глаза;
- не сравнивайте ребёнка ни с какими другими детьми – это приводит к нарушению во взаимоотношениях, к возникновению тревожных состояний;
- будьте активны в общении со своим ребенком, чаще разговаривайте с ребёнком, помните, что ни телевизор, ни радио не заменят вас;
- не ограничивайте ребёнка в общении со сверстниками, не отказывайтесь от встречи с друзьями, приглашайте их в гости, пусть в вашей жизни найдется место и высоким чувствам, и маленьким радостям;
- общайтесь с семьями, где есть дети с ОВЗ, передавайте свой опыт и перенимайте чужой - это важно не только для вас, но и для ребенка;
- старайтесь чувствовать себя спокойно и уверенно с ребенком на людях, доброжелательно реагируйте на проявления интереса со стороны посторонних, не отталкивайте их от себя жалобами, раздражением, проявлением озлобления;
- помните, что будущее вашего ребенка во многом зависит от того, насколько он социализирован, адаптирован в обществе, делайте все возможное, чтобы он привык находиться среди людей и при этом не концентрироваться на себе, уметь и любил общаться, мог попросить о помощи;
- чаще прибегайте к советам педагогов и психологов, скорее всего, ребенку нужна психолого-педагогическая помощь, причем, чем раньше вы начнете коррекционно-развивающую работу с ребенком, тем большего успеха достигнете. Для создания благоприятных условий воспитания в семье необходимо знать особенности развития ребенка, развивать необходимые в жизни волевые качества. Важнейшей задачей в обучении детей с ОВЗ является познавательное, речевое, физическое, эмоционально-волевое, социально - коммуникативное развитие.

1. **Обучение игре.** Главная задача – научить ребенка играть. Какими бы ни были размеры квартиры, обязательно отведите ребенку специальный уголок, где на коврике расставьте игрушечные мебель, разложите посуду, предметы быта, одежду и т. д. Приучайте ребенка бережно относиться к

игрушкам, содержать их в порядке, убирать на место. В игровой форме будет проще познакомить ребенка с цветом, формой, величиной предметов, привить навыки пространственной ориентировки. Игра предоставляет возможность упражнять и развивать свои когнитивные, речевые навыки и сенсорные способности в непринужденной атмосфере. Играя, дети выражают свои фантазии, познают окружающий мир и овладевают важными социальными навыками. Игра удовлетворяет многие потребности ребенка – потребность выплеснуть накопившуюся энергию, развлечься, насытить свое любопытство, исследовать окружающий мир.

2. Развитие познавательных психических процессов

Внимание

- включайте в занятия задания, требующие сосредоточения внимания: нарисовать город, построить сложный мост, прослушать и пересказать сказку и т.п.
- предлагайте детям следующее упражнение: в газете, в старой книге на одной из страниц зачёркивать карандашом все буквы «а», стараясь не пропускать их (задание постепенно можно усложнить, попросив ребёнка зачеркнуть все буквы «а», обвести в кружок все буквы «к», подчеркнуть все буквы «о»)
- регулярно включайте детей в выполнение заданий по предварительной постройке из конструкторов, рисунки, аппликации, поделки, форму которых вы задаёте словесно или с помощью схемы
- тренируйте детей в пересказе рассказов, сказок по схематическому плану, составленному вами. Предлагайте детям: - повторять слова, цифры, предложения, сказанные вами; - неоконченные фразы, которые нужно закончить; - вопросы, на которые необходимо ответить
- учите сравнивать, анализировать образец и результаты своей или чужой работы, находить и исправлять ошибки. Предлагайте детям: - найди отличия - найди два одинаковых предмета - игры-головоломки – загадки
- учите переключать внимания с одного вида деятельности на другой. Это свойство внимания можно формировать с помощью двигательных упражнений. Ребёнок должен начинать, выполнять и заканчивать свои действия по команде взрослого, быстро переходить от одного вида движений к другому: прыгать, останавливаться, шагать и т.п. Игры и упражнения, способствующие развитию внимания
- «Да и нет не говорите, черный с белым не носите..». Взрослый задает ребенку вопросы. Ребенок отвечает на них, но при этом не должен называть запрещенные цвета и не говорить «да» и «нет»
- «Волшебное слово». Взрослый показывает упражнения, в ребенок выполняет их только в том случае, если взрослый говорит «Пожалуйста!»
- «Где что было». Ребенок запоминает предметы, лежащие на столе, затем он отворачивается. Взрослый передвигает (убирает или добавляет) предметы; а ребенок указывает что изменилось
- «Назови что ты видишь». Ребенок за одну минуту должен назвать как можно больше предметов, находящихся в комнате
- «Карлики и великаны». Ребенок должен выслушивать словесную инструкцию взрослого, не обращая внимания на его действия. Память Для улучшения процесса памяти воспитывайте у детей приёмы осмысленного запоминания и припоминания, умения:

- анализировать, выделять в предметах определённые связи, признаки, сравнивать предметы и явления между собой, находить в них сходства и различия;
- осуществлять обобщения, объединять различные предметы по каким-то общим признакам; классифицировать предметы и явления на основе обобщения;
- устанавливать смысловые связи между предъявляемыми объектами для заучивания и окружающими предметами. Игры и упражнения, способствующие развитию памяти
- «Детектив». Развитие произвольного внимания. Ребенок в течение 15 минут рассматривает 15 картинок, после чего картинки убирают; ребенок должен назвать картинки, которые запомнил.
- «Пирамида». Развитие кратковременной механической памяти. Взрослый называет ребенку одно слово, ребенок повторяет; потом называет два слова, ребенок повторяет, потом три слова, ребенок повторяет и т.д.
- «Что ты видел в отпуске?». Взрослый задает ребенку вопросы о происходящих в отпуске событиях.
- «Следопыт». Взрослый показывает ребенку игрушку и говорит, что спрячет ее сейчас в комнате; ребенок отворачивается; взрослый прячет игрушку, а ребенок должен ее найти.
- «Одежда». Ребенок должен вспомнить, в каком порядке он надевал предметы одежды утром.
- «Что ты ел на обед?». Ребенок вспоминает, что ел на обед.
- «Нарисуй такой же». Взрослый рисует на листе бумаги простой предмет, лист переворачивается, и ребенок должен нарисовать такой же предмет
- «Я положил в мешок». Взрослый на глазах ребенка кладет в мешок разные предметы; ребенок должен вспомнить, что лежит в мешке
- «Короткий рассказ». Взрослый читает короткий рассказ, ребенок должен повторить его.
- «Башня». Ребенку показывают схематическое изображение башни, состоящей из множества геометрических фигур. Ребенок должен запомнить эти фигуры и назвать.
- «Фигурка из палочек». Взрослый выкладывает фигурку из палочек (камушков, веточек, бусинок); ребенок запоминает ее и по памяти выкладывает такую же. Мышление Включайте в занятия задания на:
 - сравнение пары предметов или явлений – нахождение сходства и различия между ними;
- классификацию, обобщение различных предметов по общим признакам;
- нахождение «лишнего» слова или изображения, не связанного общим признаком с остальными;
- складывание целого из частей (разрезные картинки и по следовательное раскладывание картинок и составление рассказа по ним)
- осознание закономерностей (рассмотреть орнамент, узор, продолжить его);
- задания на сообразительность, логические рассуждения и т.д. Занятия по рисованию, лепке, изготовлению различных поделок должны не только включать копирование образца и отработку отдельных графических навыков, но и развивать умение планомерно исследовать предметы, фантазировать, воображать. Расширяйте кругозор детей, их основные представления о природных, социальных явлениях, накапливайте у детей знания и впечатления, обсуждая с ними прочитанные книжки, анализируя поведения людей. Игры и упражнения, способствующие развитию мышления

- «Разложи картинки». Учить учитывать последовательность событий.
- «Закончи слово». Учить заканчивать слово по начальному слогу.
- «Найди лишний предмет», «Найди в ряду лишнюю фигуру»
- «Творческий подход». Ребенку показывают предметы, не имеющие определенного назначения (веточка, орех, кусочек ватки), ребенок должен придумать, как можно использовать данный предмет.
- «Антонимы». Ребенок подбирает к слову взрослого противоположное по смыслу (легкий – тяжелый, сильный – слабый).
- Предложите ребенку поиграть в лото, домино, мозаику, конструктор, загадки. Восприятие Включайте в занятия задания на:
 - умение детей различать предметы на ощупь;
 - умение выделять признаки в предмете;
 - умение соотносить предметы по величине, форме;
- развитие наблюдательности: учить внимательно и последовательно рассматривать предмет и явление;
- помогать осмысливать связь между объектами и воспринимать изображение в целом;
 - формировать умение составлять из частей целое
- различать основные признаки разных времен года
- закреплять пространственные представления по картине: слева, справа, вверху, внизу, перед, за, между, рядом;
- формировать сенсорные эталоны формы. Игры и упражнения, способствующие развитию восприятия
- «Перевертыши». Превратить круг, квадрат, треугольник в любой рисунок.
- «Звезды на небе. Соотносить схематическое изображение созвездий «Орел», «Лебедь», «Рыба» с художественным.
- «Узнай форму». Узнать в окружающих предметах форму геометрической фигуры.
- «Построй по росту». Выстроить в ряд предметы соответственно их высоте.
- «Сложи картинку». Составить из частей целую картинку.
- «О чем я говорю?». Взрослый описывает какой-либо предмет, а ребенок должен догадаться.
- «Какое время года?». Взрослый называет время года, а ребенок называет его признаки.
 - «Угадай предмет». Взрослый рисует пунктиром или точками очертание предмета, ребенок должен узнать предмет. Воображение
- Играйте с ребенком, поддерживайте его фантазии.
- Найдите время посмотреть на облака или на листья, чтобы увидеть, на что или кого они похожи.
- Сочиняйте вместе истории. Взрослый говорит первое предложение, ребенок – второе, взрослый – третье, ребенок – четвертое и т. д.
- Берите простые предметы (лист бумаги, карандаш, платок) и придумывайте, как его можно использовать. Лист бумаги может быть крышей, подозрной трубой, самолетиком, кочкой и т.п.)
 - Возьмите лист бумаги, скомкайте его, посмотрите на то, что получилось и придумайте, на что это похоже.
 - Возьмите краски и наделайте на листе кляксы, а потом рассматривайте их, пытаясь увидеть образы. Потом можно дорисовать до картинки.

- Уберите на время все игрушки с конкретной, взрослой логикой (заводные, электронные). Они мешают развитию воображения.

- Создайте среду, которая поможет ребенку развиваться. Здесь нужны предметы, которые можно использовать по-разному, у которых нет прямой логики (камушки, ленточки, коробочки и т.п.). Пусть в свободном доступе ребенка будут бумага разного формата и разные изобразительные средства: краски, карандаши, восковые мелки, пластилин.

- Помогайте ребенку осознавать и обобщать его жизненный опыт. Рассматривайте семейные фотографии, вспоминайте веселые и интересные моменты вашей жизни; разговаривайте о том, что вы видите.

3. Физическое развитие должно быть направлено на:

- формирование произвольной саморегуляции;

- развитие мелкой моторики, зрительно

- моторной координации, графических навыков.

Формируйте двигательные навыки с помощью игр. Играйте в подвижные игры как можно чаще – это способствует уменьшению утомляемости, снятию психоэмоционального напряжения, развитию интереса к выполнению графических упражнений, развитию ловкости пальцев рук, скоординированности их движений.

4. Социально-коммуникативное развитие должно быть направлено на:

- формирование адекватной самооценки,

- формирование возрастной формы общения

Играйте с детьми в театр, придумывайте мини-спектакли и выступайте вместе перед родными. Такие занятия способствуют преодолеть замкнутость, пассивность, скованность детей, повышают уверенность в себе, развивают умение работать в команде, развивают способность понимать эмоциональное состояние других людей и умения адекватно выражать собственное. Упражнения на развитие социально-коммуникативных навыков «Я и моё тело» Всё время пока идёт занятие представлять себя королевой, надуваться и сдуваться как воздушный шарик «Я и другие». Найти друг друга с закрытыми глазами и выстроиться в геометрическую либо другую фигуру.

5. Художественно-эстетическое развитие должно быть направлено на:

- формирование художественно-творческих способностей;

- развитие эстетического вкуса; -

- развитие общей и мелкой моторики.

- Рисуйте карандашами, красками, мелками, проводите занятия с пластилином, развивайте творческое воображение

- Читайте детям сказки или придумывайте вместе свои и обсуждайте развитие сюжета

- Чаще посещайте театр, музей, различные выставки

1. **Эмоционально-волевое развитие** должно быть направлено на осознание своих эмоций, распознавание и произвольное проявление, вербализация своих переживаний, обмен опытом со сверстниками. Ценность таких знаний состоит в том, что у детей расширяется круг осознаваемых эмоций, они начинают глубже понимать себя и других, у них чаще возникает эмпатия по отношению к взрослым и детям.

- Старайтесь четко выражать свои эмоции, чтобы ребенок учился на вашем примере

- Сделайте несколько упражнений из психомышечной тренировки

- Читайте вместе с детьми литературные произведения и сказки
- Включайте спокойную музыку перед сном (музыка без слов, например: шум моря, пение птиц)
- Прodelывайте вместе с вашим ребенком специальные упражнения, направленные на релаксацию
- Старайтесь сохранять доброжелательный тон по отношению к вашему ребенку даже тогда, когда вы устали

Упражнения, направленные на развитие эмоционально-волевой сферы

1. Упражнение «Определи эмоцию». Посмотреть на фотографии и определить, какие эмоции они выражают (радость, грусть, удивление, злость, страх) .
2. Упражнение «Подбери верно». Выбрать каждому по карточке с какой-то ситуацией. Вы должны определить к какой эмоции подходит данная картинка, и объяснить свой выбор.
3. Подвижная игра «Покажи». Превращение в маленьких актеров. Показать как ходят герои сказок с разными настроениями.
4. Упражнение «Закончи предложение». Дети передают друг другу мяч, выполняя данное упражнение: *Я радуюсь тогда, когда... *Я удивляюсь тогда, когда... *Я злюсь тогда, когда... *Я грущу тогда, когда... *Мне страшно тогда, когда...
5. Пальчиковая гимнастика «Грустные пальчики» Наши пальчики грустят, (сжимают и разжимают пальцы рук) Очень встретиться хотят. (поворачивают кисти рук вправо-влево) По дорожке побегут, (пальцы обеих рук «бегут» по столу) В гости все они придут. (соединяют попарно пальцы рук и ритмично надавливают кончиками пальцев друг на друга) Во время занятий должна быть спокойная, доброжелательная обстановка. Занятия следует проводить регулярно, а не от случая к случаю. Взрослый должен показать ребенку свою искреннюю заинтересованность в процессе взаимодействия с ним, отметить чему научился, что узнал ребенок нового, где ему это может пригодиться. И всегда помните о том, что рано или поздно ваши усилия, стойкое терпение и непомерный труд в воспитании ребенка будут обязательно вознаграждены!!!