Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Норильская школа-интернат»

***Консультация для родителей***

***по теме:***

***«Что нужно знать родителям детей с особыми возможностями здоровья»***

*г. Норильск*

*2019 г.*

Уважаемые родители!

Помните, что успех коррекционного обучения прежде всего определяется содружеством всех специалистов Норильской школы -интернат, узких специалистов, меня - педагога и вас, родителей.   
Что не может сделать один, мы делаем вместе!   
  
1. **Проявляйте инициативу, обращайтесь за помощью к специалистам школьного учреждения,** получите индивидуальные, семейные консультации, участвуйте в тренингах для родителей и детей. Старайтесь прислушиваться и следовать рекомендациям специалистов, занимающихся с вашим ребёнком.  
 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 «тёмные» мысли ребёнок чувствует на интуитивном уровне. Ради успешного будущего вашего ребёнка 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 ребёнок с похожими трудностями, и они успешно преодолели нелёгкий 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 устаём, мы привыкаем к текущему положению вещей, попросту – расслабляемся, перестаём поддерживать связь со специалистами, ежедневно играть и заниматься с ребёнком. А ведь чтобы поддержать ребёнка и помочь его развитию, занятия ежедневные и регулярные – условие необходимое.   
  
3. **Соблюдайте ВСЕ рекомендации учителя и узких специалистов**.

Нарушения речевого развития – препятствие для развития в целом, поэтому необходимо ежедневно тренировать ребёнка в выполнении артикуляционной гимнастики и других заданий учителя, психолога, дефектолога..  
  
4. **ОБЩАЙТЕСЬ С РЕБЕНКОМ**.

Самооценка ребёнка во многом зависит от оценки окружающих его людей. Важно, чтобы ребёнок верил в свои силы, испытывал состояние комфорта, защищённости, позитивного мировосприятия и интереса. Для этого очень большое значение имеет общение. Интересуйтесь событиями жизни ребёнка, его мнением. Например, задайте своему ребёнку вопросы о том, что он нового узнал сегодня на уроках.   
Есть вопрос – есть работа мысли. Есть мысль – активизируется память.   
  
 **Помните,** чтобы ребёнок 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 ребёнка. 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 ребёнок 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. Ребёнку постоянно очень важно ощущать стабильность и спокойствие своего окружения.

5. **Что делать НЕ НАДО**.

Не смотрите на ребёнка как на маленького или беспомощного. Не рекомендуется постоянно его опекать. Не подчиняйте всю жизнь в семье ребёнку, не делайте за него всё, включая и то, что без особого труда смог бы сделать он сам. Такая гиперопека детям очень вредна. Именно в простых видах деятельностях, 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". Ребёнок в 7-10 лет может и должен самостоятельно одеваться и раздеваться, складывать свою одежду в шкаф, убирать учебные принадлежности, помогать накрывать на стол и убирать со стола, может вытереть пыль и протереть полы.

Ребёнок – 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 ребёнку разумную самостоятельность в действиях и принятии доступных ему решений.  
  
 Хвалите детей, когда у них получается что-то сделать или чего-то достичь. Не жалейте ребёнка из-за того, что он не такой, как все. Дарите ребёнку свою любовь и внимание, и помните, что есть и другие члены семьи, которым вы тоже нужны.   
  
 Помогайте ребёнку в сложных ситуациях. Научитесь обоснованно, спокойно и терпеливо отказывать в случае необходимости, это позволит ребёнку 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 ребёнка, внимательно выслушайте его, прежде чем критиковать. Дайте ему возможность высказаться и тактично поправьте, если он в чем-то ошибается. Будьте готовы принять точку зрения ребёнка и согласиться с ним. Это не нанесет ущерба вашему авторитету, зато укрепит в ребёнке чувство самоуважения.  
  
6. **Помните о домашних занятиях**.

При отставании психического развития у ребёнка ослаблена память, не сформировано произвольное внимание, замедлено развитие мыслительных процессов, поэтому материал, изученный на уроке, необходимо повторять и закреплять вне урока, тренировать и отрабатывать использование знаний и умений в разных условиях. Для этого педагог дает вам домашние задания на повторение изученной темы .   
 Первоначально задания выполняются ребёнком с активной помощью родителя, постепенно приучая ребенка к самостоятельности. Необходимо приучать ребёнка 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 ребёнком по заданию учителя. 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 или узкий специалист.  
 И главное - занятия должны быть регулярными. Вспоминать узнанное, закреплять знания вполне возможно во время прогулок, поездок, по дороге в магазин. 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 ребёнку 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 ребёнку самостоятельно следить за порядком и чистотой этих мест. Будьте терпеливы с ребёнком, доброжелательны, но достаточно требовательны. Отмечайте малейшие успехи, учите ребёнка преодолевать трудности.  
 Обязательно посещайте консультации педагога и узких специалистов.

7. **Развивайте у детей специальные умения и навыки**.

Помогайте найти скрытые таланты и возможности ребёнка. 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 ребёнка**.

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 ребёнку. 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 ребёнку в присутствии незнакомых людей и вашего ребёнка. Это позволит детям сформировать такой же стиль поведения и отношений.  
 Помните, что ребёнок повзрослеет и ему придётся жить самостоятельно. Готовьте его к будущей жизни, говорите о ней.  
  
11. **Своевременно консультируйтесь и проводите лечение ребенка у врачей**.

Сопровождение врачом–неврологом необходимо, так как он может выявить признаки болезни, например, органической поврежденности мозга и медикаментозно воздействовать на него. Доктор может при помощи лекарств скоординировать излишнюю заторможенность или возбудимость ребёнка, нормализовать сон, активизировать работу клеток головного мозга.

Литература:

1. Маллер А.Р. Новое в оказании помощи детям-инвалидам – Дефектология № 1, 1996.
2. Смирнова Е.Р. Толерантность как принцип отношения к детям с ограниченными возможностями / Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы № 2, 1997.
3. Шмидт В.Р. Психологическая помощь родителям и детям: тренинговые программы – Москва, Творческий Центр «Сфера», 2007.
4. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. Цели, задачи и основные принципы – С-Пб, «Речь», 2005.
5. Бурмистрова Е.В. Семья с «Особым ребенком»: психологическая и социальная помощь / Вестник практической психологии образовании №4 (17), октябрь-декабрь 2008.