***Памятка для родителей,***

***воспитывающих детей с ОВЗ
 (ограниченными возможностями здоровья)***

***Выполнила педагог дополнительного образования Новикова Л.П.***

 Памятка для родителей детей с ОВЗ «Мы такие же, как вы…» Что не может сделать один, мы делаем вместе!

Уважаемые родители! Помните, что успех коррекционного обучения и воспитания, прежде всего определяется содружеством всех специалистов, педагогов, и вас, родителей.

 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. Помните, что все ваши страхи и «тѐмные» мысли обучающейся чувствует на интуитивном уровне. Ради успешного будущего 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 педагог- психолог, педагоги или те родители, у которых похожие трудности, 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 обучающемуся найти друзей, спутников жизни. Тренируйте эффективные способы поведения. Читайте как можно больше. Изучайте доступную информацию, чтобы быть «в теме», знать особенности развития 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 обучающимся.

 А чтобы поддержать обучающегося и помочь его развитию, занятия должны проходить ежедневно и регулярно.

 Соблюдайте все рекомендации педагога.

 Самооценка во многом зависит от оценки окружающих его людей. Важно, чтобы обучающийся верил в свои силы, испытывал состояние комфорта, защищённости, позитивного мировосприятия и интереса. Для этого очень большое значение имеет общение. Интересуйтесь событиями жизни обучающегося, его мнением. Например, задайте вопросы о том, что он нового узнал сегодня. Есть вопрос – есть работа мысли. Есть мысль – активизируется память. Помните, чтобы обучающийся 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. Учите просить о помощи, помогать другим. Создавайте условия для общения со сверстниками, друзьями, т.к. никакие средства массовой информации не заменят живого общения. Чем раньше обучающийся 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.

 Что делать НЕ НАДО.

Не смотрите на обучающегося как на маленького, беспомощного.

 Не рекомендуется постоянно его опекать.

 Не делайте всё за обучающегося, включая и то, что без особого труда смог бы сделать он сам. Такая гиперопека обучающимся 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". обучающийся 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. Обучающийся – 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 его самостоятельным и менее зависимым. Предоставляйте обучающемуся разумную самостоятельность в действиях и принятии доступных ему решений. Хвалите , когда у обучающегося получается что-то сделать или чего-то достичь.

Не жалейте обучающегося из-за того, что он не такой, как все. Дарите свою любовь и внимание, и помните, что есть и другие члены семьи, которым вы тоже нужны. Помогайте в сложных ситуациях. Научитесь обоснованно, спокойно и терпеливо отказывать в случае необходимости, это позволит обучающемуся 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 ОВЗ это важное условие. Интересуйтесь мнением обучающегося, внимательно выслушайте его, прежде чем критиковать. Дайте ему возможность высказаться и тактично поправьте, если он в чем-то ошибается. Будьте готовы принять точку зрения и согласиться с ним. Это не нанесет ущерба вашему авторитету, зато укрепит в обучающемся чувство самоуважения.

 Помните о домашних занятиях. При задержке психического развития у обучающегося ослаблена память, не сформировано произвольное внимание, замедлено развитие мыслительных процессов, поэтому материал, изученный в ШРР « Гармония», необходимо повторять и закреплять дома, тренировать и отрабатывать использование знаний и умений.

 В затруднительных случаях консультируйтесь у педагога. Подберите необходимый наглядный дидактический материал, пособия, которые рекомендует педагог. И главное - занятия должны быть регулярными.

Вспоминать, закреплять знания вполне возможно во время прогулок, поездок, по дороге.

 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 обучающемуся 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 обучающемуся самостоятельно следить за порядком и чистотой этих мест. Будьте терпеливы, доброжелательны, но достаточно требовательны. Отмечайте малейшие успехи, учите преодолевать трудности. Обязательно посещайте консультации педагога и открытые занятия педагогов. Развивайте у детей специальные умения и навыки. Помогайте найти скрытые таланты и возможности обучающегося. Стимулируйте активность, помогайте в поиске скрытых возможностей. Научите обучающегося техникам концентрации внимания, переключения внимания, расслабления, регуляции эмоционального состояния, отдыха.

 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).

 Отслеживайте, как идет развитие обучающегося. Вспомните школьные годы и заведите дневник наблюдений. Записывайте, что нового в поведении, эмоциональном развитии, чему 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. Станьте специалистом и вы. Это придаст вам уверенности и спокойствия, организует вашу жизнь.

 Заботьтесь о здоровье и прививайте этот навык обучающемуся. Занимайтесь спортом (плавайте, катайтесь на велосипеде, лыжах и т.д.), гуляйте, ведите активный образ жизни, следите за питанием. Научите обучающегося проявлять заботу 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.

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

 Своевременно консультируйтесь и проводите лечение обучающегося 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 обучающегося, нормализовать сон, активизировать работу клеток головного мозга.

* Рождение ребенка с нарушениями в развитии всегда является стрессом для семьи. Проблема воспитания и развития «особого» обучающегося чаще всего становится причиной глубокой и продолжительной социальной дезадаптации всей семьи.
* Только совместные усилия и большой труд педагога и родителей дадут положительный результат в воспитании и развитии обучающегося.