Психолого-педагогическая помощь родителям, воспитывающих ребёнка с ОВЗ и ребёнка-инвалида.

Педагог-психолог

Дроздова Е.Л.

 Когда в семье рождается ребёнок с нарушениями в развитии, это является не малым стрессом для семьи новорождённого. Родители, у которых есть дети ОВЗ чаще остальных подвержены сильным эмоциональным напряжениям. У родителей завышенное чувство вины, повышенная тревожность, как следствие этого хроническое стрессовое состояние. Родители сталкиваются с большинством трудностей и проблем. Они отказываются от понимания проблемы полностью или принимают её лишь частично. Не стоит боятся того, чтобы обратиться за помощью к специалисту. Система российского образования на протяжении длительного периода разделяла

 детей на детей и детей инвалидов, дети с ограничениями не могли получить полное образование, а также реализовать себя. Сегодня мы знаем, о том, что детей с ОВЗ стало значительно больше чем 10-20 лет назад. Следует отметить, что психологическое сопровождение детей с ОВЗ не ограничивается работой психолога с детьми. Работа психолога распространяется и на родите-лей детей с ОВЗ. Большинство не равнодушных людей оказывают поддержку родителям, которые воспитывают детей с ОВЗ. Такие ученые как В. М. Бехтерев, С.С. Корсаков, И.В.Маляревский и др. отмечали «благотворное влияние родителей на

состояние особенного ребенка». Ранее такой подход к этому вопросу был
утерян. Уже позднее в 90-е годы XX столетия стала меняться образовательная политика государства. Отечественные педагоги, психологии стали говорить о гуманистическом подходе к воспитанию, интеграции, адаптации в социум
детей с ограниченными возможностями здоровья, подчеркивали
значительную роль семьи в процессе развития «особенных» детей.

 Получайте индивидуальные, семейные консультации, участвуйте в тренин-гах для родителей и детей. Старайтесь прислушиваться и следовать рекомендациям специалистов, занимающихся с вашим ребёнком. Получив индивидуальную или семейную консультацию, а также посетив тренинги для родителей, у которых есть дети инвалиды.

 Хотелось бы рассказать о том, как проводить игры с детьми у которых ограниченные возможности здоровья.

**Как же проводить двигательно-ритмические игры для детей с ОВЗ?**

 В начале следует познакомить ребёнка с правилами игры. Покажите игру полностью. Отдельно разучите движения и слова. Начинайте с медленного темпа и выполняйте упражнения вместе с ним. Когда ребёнок запомнит, как слова соотносятся с движениями, ускоряйтесь, а затем начинайте варьировать темп. Например, говорите медленно – быстро – еще быстрее, или быстро – медленно – быстро, или медленно – быстро – медленно. Работа с темпом позволяет тренировать адаптивные возможности детей, замедляет гиперактивных и активизирует медлительного ребёнка. После того как малыш освоил движения, предложите ему выполнить его самостоятельно в парах или побыть ведущими в общей игре.

 Чтобы дополнительно тренировать координацию ребёнка в играх по типу «Пироги» используйте балансировочный диск. В этом случае выбирайте индивидуальную форму занятий. Также работайте индивидуально, если у ребёнка есть задержки развития, а в играх по типу «Мышки» – если ребенок не может самостоятельно выполнять движения относительно собственного тела. Внимание: для дошкольников с эпилепсией используйте игры с хлопками осторожно, желательно после консультации с врачом, при этом не ускоряйте и не варьируйте темп.

**Игра «Белочка»**

С помощью этой игры вы сможете повысить нейродинамику через воздействие на нервные окончания на ладонях и пальцах, сможете сформировать чувство ритма, развить речедвигательную координацию, расширить словарный запас.

Инструкция:

Собирала белочка на зиму орехи (одновременно сжимаем-разжимаем кулаки)

Яблочки и шишки, жёлуди, грибы (последовательно сжимаем-разжимаем кулаки)

Чтобы не испортить беличьи припасы (слепить пальцы в замок, делать одновременные движения вверх-вниз)

Ты скорей их, Машенька, в корзинки разложи ( попеременно ставить кулак на раскрытую ладонь противоположной руки).

Дальнейшая работа будет заключаться в том, чтобы используя игру «Белочка» создать мотивацию для выполнения последующих задач. Например попросите ребёнка разложить по корзинкам ( мискам ) шишки, жёлуди и грибы. Есть множество вариантов для продления этой игры. Если мы к имеющимся предметам добавим яблочко, у нас получится игра «Четвёртый лишний», «Чего не стало?» или «Положи в корзину сначала гриб, потом яблоко».

**Ещё несколько рекомендаций о том, как развивать ребёнка с ОВЗ на прогулке и дома.**

1. Расширяйте кругозор. Рассказывайте ребёнку всё, что знаете интересного о предметах и явлениях, которые вы видите на прогулке, в транспорте, в магазине, в поликлинике и т.д., о назначении предметов, о профессиях людей. Просите ребёнка рассказать вам, что он знает о предметах, которые его окружают чтобы активизировать его речь и опыт.
2. Объясните основы безопасности. Научите действовать в сложных обстоятельствах, выучите вместе с ребёнком домашний адрес и номера телефонов родителей.
3. Занимайтесь творчеством. Проводите дома занятие по рисованию, лепке, аппликации. Помните, что дети лучше запоминают новую информацию и закрепляют свои представления о предметах в различных видах продуктивной деятельности.
4. Используйте фонетическую ритмику. Подберите упражнение, чтобы сымитировать какое-то действие, и вместе с малышом выполните и проговорите каждое движение. Например, используйте упражнения «Как мы лепим пирожки»: имитируйте движения ладошками и проговаривайте: «так-так-так», «как надуваем большой шар» и т. д. Повторяйте движения упражнений синхронно с ребенком от 2 до 5 раз. Проводите фонетическую ритмику на расстоянии не менее 2,5 метра до ребенка, чтобы он видел вас целиком и смотрел вам в лицо. Проводите упражнения 2–3 минуты, после каждого упражнения просите ребенка поднять и опустить руки, чтобы расслабить мышцы.

 Надеюсь данные рекомендации были для вас полезными. В заключении хотелось бы сказать, не бойтесь обращаться за помощью к специалистам, рекомендации которых порой оказываются были так вам необходимы.