**Рекомендации родителям, имеющим детей с задержкой психического развития (ЗПР).**

Диагноз ЗПР ставится врачом-психоневрологом.

Чем раньше начать занятия с ребёнком с ЗПР, тем быстрее он догонит в развитии своих сверстников.

Причины ЗПР:

* + медицинские (проблемы беременности, проблемы родов, перенесённые заболевания);
	+ психологические (отсутствие развивающей среды, проблемы в семье).

Специалисты, которые могут Вам помочь:

* + врач-невролог, психоневролог;
	+ учитель-дефектолог;
	+ педагог-психолог;
	+ учитель-логопед.

Целесообразно получить квалифицированную помощь данных специалистов в Центре психолого-медико-социального сопровождения.

Для детей с ЗПР существуют специализированные дошкольные образовательные учреждения. Для того чтобы попасть в специализированное ДОУ, надо пройти психолого-медико-педагогическую комиссию (ПМПК) в центре психолого-медико-социального сопровождения (ЦПМСС) по месту жительства.

Развитие умения общения с детьми:

* + стройте взаимоотношения с ребёнком на взаимопонимании и доверии;
	+ контролируйте поведение ребёнка, не навязывая ему жёстких правил;
	+ избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой - завышенных требований к ребёнку;
	+ не давайте ребёнку категорических указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя»;
	+ повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;
	+ для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию;
	+ помните, что чрезмерная болтливость, подвижность и недисциплинированность ребёнка не являются умышленными;
	+ выслушайте то, что хочет сказать ребёнок;
	+ не настаивайте на том, чтобы ребёнок обязательно принёс извинения за поступок.

Изменение психологического микроклимата в семье:

* + уделяйте ребёнку достаточно внимания;
	+ проводите досуг всей семьёй;
	+ не допускайте ссор в присутствии ребёнка.

Организация режима дня и места для занятий:

* + установите твёрдый распорядок дня для ребёнка и всех членов семьи;
	+ снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребёнком задания;
	+ избегайте по возможности больших скоплений людей;
	+ помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

Специальная поведенческая программа:

* + не прибегайте к физическому наказанию! Если есть необходимость прибегнуть к наказанию, то целесообразно использовать сидение в определённом месте после совершения поступка;
	+ чаще хвалите ребёнка. Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому дети с ЗПР не воспринимают выговоров и наказаний, однако чувствительны к поощрениям;
	+ не разрешайте откладывать выполнение задания на другое время.

***Развитие мелкой моторики рук.***

* Пальчиковые гимнастики.
* Застёгивание и расстёгивание пуговиц, кнопок, крючков.
* Завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков на верёвке.
* Завинчивание и отвинчивание крышек, банок, пузырьков.
* Плетение косичек из ниток, венков из цветов.
* Нанизывание бус на нитку.
* Изготовление поделок из бумаги, природного материала.
* «Пальчиковые бассейны» (жёлуди, каштаны, фасоль, горох, чечевица, морские камешки).
* Раскрашивание картинки, не выходя за контуры.
* Обводка и штриховка предметов (проводить вертикальные, горизонтальные и наклонные линии).
* Рисование по точкам, по клеточкам.
* Складывание разрезных картинок (по горизонтали, по вертикали, по диагонали).
* Выкладывание пазлов.
* Складывание кубиков с изображением объектов по лексическим темам.
* Выкладывание фигур из счётных палочек по показу, по образцу, по схеме.
* Конструкторы «Lego», «Геометрические фигуры», строительные наборы (деревянные), «Мозаика» и др.
* Сборно-разборные игрушки.
* Логические блоки Дьенеша.
* Счетные палочки Кюизенера.
* Кубики Никитина «Выложи квадрат»

***Развитие познавательной деятельности.***

Развитие памяти и внимания.

1. Учить запоминать несколько предметов (игрушек), находящихся перед ребёнком, а также выявлять количественные изменения предметов, что добавилось, что убавилось.
2. Учить запоминать зрительные образы предметов и воспроизводить их по памяти.
3. Учить запоминать несколько предложенных предметов, а затем находить их среди других.
4. Учить запоминать как можно больше предметов, изображенных на картинках, а затем воспроизводить их по памяти (объем памяти).
5. Учить запоминать и выполнять ряд последовательных действий.
6. Учить замечать особенности некоторых изображений: чего не хватает на рисунке (зрительное внимание).
7. Учить выкладывать узор (предмет) из палочек по образцу, а затем по памяти.
8. Учить выделять отличия у двух сходных предметов или изображений.

Развитие мышления.

1. Умение обобщать и классифицировать предметы:
	* учить объединять предметы, принадлежащие к определенным предметным темам;
	* учить классифицировать предметы по темам, группам;
	* учить находить лишний предмет из ряда нескольких предметов.
2. Развитие навыка анализа и синтеза:
	* учить составлять из частей целое (разрезную картинку с образцом и без образца);
	* учить определять (видеть) целый предмет по части;
	* учить отгадывать и загадывать загадки;
	* учить понимать смысл пословиц и поговорок;
	* учить понимать «Нелепицы» с 6-7 лет.

Развитие ощущения и восприятия.

1. Дифференцировать обонятельные ощущения.
2. Учить дифференцировать вкусовые ощущения.
3. Учить различать цвета (восприятие цветов) - выбирать из нескольких предметов те, которые имеют определенный цвет.
4. Учить сравнивать предметы по длине, ширине, высоте и т.д.
5. Развитие целостности восприятия (зрительного гнозиса) - учить узнавать предметы в перечеркнутом изображении, контурных, пунктирных и наложенных друг на друга изображений.
6. Развитие восприятия пространства - учить узнавать предметы по форме, цвету, величине, группировать их:
	* учить находить место предмета в определённом ряду;
	* учить вкладывать фигуры в пазлы доски Э.Сегена.
	* учить находить место предмета в пространстве (в правом верхнем углу, перед собой, посередине и т.д.)
7. Развитие оптико-пространственного гнозиса и праксиса:
	* учить рисовать, конструировать фигуры, сравнивать картинки;
	* учить ориентироваться на собственном теле (право, лево);
	* учить ориентироваться в окружающем пространстве.
8. Развитие осязания – учить узнавать предметы на ощупь, по объёмному изображению, по плоскостному изображению, узнавание букв.
9. Развитие кинестетических ощущений и восприятий.
10. Развитие слухового восприятия:
	* учить различать речевые звуки;
	* учить различать звуки по высоте, силе и тембру голоса.

***Развитие психических функций.***

Зрительное внимание:

Игры: «Найди отличия», «Найди два одинаковых предмета», «Найдиполовинку предмета», «Найди точно такую же картинку или предмет», «Что забыл изобразить художник», «Узнай по силуэту», «Узнавание наложенных и пересекающих (зашумленных) изображений предметов», «Лабиринты».

Слуховое внимание:

Игры: «Бывает–не бывает», «Съедобное–несъедобное», «Можно–нельзя», «Да – нет», «Кто внимательный», «Назови части».

Зрительная память:

Игры: «Какого предмета не стало», «Посмотри,запомни и назови»,«Повтори, не ошибись», «Что изменилось».

Слуховая память:

Игры: «Кто большезапомнит?», «Телефон», «Запомни и назови пары слов», «Подбери нужное слово», «Кто больше назовет слов, которые подходят к данному слову?», заучивание потешки, загадки, стихотворения; пересказ сказки, рассказа.

Зрительное восприятие:

**Величина** (пирамидки,стаканчики, «Какой предмет самый большой, маленький», «Высокий – низкий», «Толстый – тонкий», «Длинный – короткий», «Широкий – узкий»).

**Цвет** (4года–основные цвета; 5лет–основные и оранжевый,коричневый,голубой,фиолетовый;6 лет – основные и розовый, светло-зеленый, серый; 7 лет – основные и 8 оттенков и более).

**Форма** (4 года – круг, квадрат, треугольник; 5 лет – круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал; 6 лет - круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал, трапеция, ромб).

**Пространственная ориентировка** (на себе;другом человеке;расположение предметов поотношению к себе; другому лицу (справа, слева, впереди, сзади и т. д.); на листе бумаги; в тетради в клетку).

**Временные представления** (части суток; времена года; месяцы; дни недели; 6-7 лет знакомство с часами «стрелки, циферблат»).

**Слуховое восприятие** (различать тихие и громкие звуки).

***Родительская любовь и профессионализм специалистов помогут ребёнку справиться с любыми трудностями!***