**Методические рекомендации для родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья.**

Дети с ограниченными возможностями здоровья испытывают трудности при обучении, общении, самообслуживании. Задача родителей стимулировать и поощрять стремление ребенка к самостоятельной деятельности. Родители должны оказывать лишь необходимую помощь. Все игры, упражнения лучше проводить в игровой форме и обязательно поощрять ребенка за правильное выполнение действий, результаты которых он всегда должен видеть. Овладение навыками самообслуживания делает ребенка более независимым в домашней, школьной и общественной среде, снижает степень его инвалидности, что очень важно для социальной, адаптации ребенка.

**Что бы работа была успешной необходимо придерживаться некоторых рекомендаций:**

1. Обучать ребенка надо понемногу: как только видите, что он заскучал или начинает протестовать, прекратите занятие.
2. Нельзя воевать с ребенком. В определенный момент лучше остановиться.
3. Ваш настрой должен быть положительным – поощряйте любую попытку ребенка. Не критикуйте за неуклюжесть и ошибки.
4. Учитесь выполнять задание постепенно, начиная с последних этапов. Сначала сделайте все вместе, а в самом конце дайте ребенку сделать последний шаг самостоятельно. Выучив последний этап, переходите к отработке предпоследнего, таким образом, ребенок будет возвращаться к тем действиям, которые уже усвоил. У него появиться уверенность в успехе.

Вам потребуется и терпение, и время. Если вы не уделите своему ребенку достаточно времени, никуда не спеша и не отвлекаясь, он просто не сумеет сделать то, чего вы от него ждете.

1**.Обучение навыков самообслуживания в быту.**

**Цель:** Научить ребенка основным навыкам самообслуживания, выполнять простейшие операции с предоставляемым оборудованием.

**Оборудование:** Бизиборд, набор «Ванная», набор «Кухня», набор «Carmen№5», Монтессори материалы.

 Все игры, упражнения лучше проводить в игровой форме и обязательно поощрять ребенка за правильное выполнение действий, результаты которых он всегда должен видеть. Овладение навыками самообслуживания делает ребенка более независимым в домашней, школьной и общественной среде, снижает степень его инвалидности, что очень важно для социальной, адаптации ребенка и дает возможность подготовить его к овладению профессией.

Для развития функциональных движений кисти и пальцев рук применяются различные приспособления такие, как расстегивание и застегивание пуговиц (сначала больших, потом мелких), различного вида шнуровки, различные застежки (молния, липучки, крючки). Эти же навыки тренируются при раздевании и одевании больших кукол. После закрепления в играх на кукле они переносятся на самого ребенка.

При развитии навыков социально-бытовой ориентации, важно научить ребенка пользоваться предметами домашнего обихода. Овладеть различными действиями с ними: открывать и закрывать дверь, пользоваться дверной ручкой, ключом, задвижкой; выдвигать и задвигать ящики; открывать и закрывать кран; пользоваться осветительными приборами; включать и выключать телевизор, регулировать силу звука; снимать телефонную трубку, вести разговор по телефону, правильно набирать номер. Для тренировки этих навыков используются Бизиборды, Монтессори материалы.

Необходимо, чтобы ребенок приучался есть за общим столом с другими членами семьи.

При обучении самостоятельному приему пищи необходимо развивать общегигиенические навыки: мытье рук, вытирание рук и рта салфеткой. Следует показывать и объяснять, как засучить рукава, смочить руки водой, потереть ладони, открывать и закрывать кран, пользоваться мылом и полотенцем, чистить зубы, вытираться и причесываться.

Все бытовые умения и навыки отрабатываются в пассивно-активной форме ( с помощью родителя), постепенно роль взрослого уменьшается и ребенок овладевает самостоятельным выполнением действий.

Обучая навыкам самостоятельного приема пищи надо посадить ребенка на стул, чтобы обе руки были свободными. Начинать нужно с приема твердой пищи, затем дать густую (различные каши, пюре). Следует использовать небьющиеся чашки и тарелки. Ложку родитель держит вместе с ребенком и направляет ему в рот. Отработав эти движения можно попросить ребенка сделать все самостоятельно. При обучении питью можно сначала пользоваться трубочкой или кружкой с двумя ручками. На первом этапе обучения нужно поднести кружку ко рту ребенка, а он делает глотательные движения. Затем он уже самостоятельно, постепенно должен брать чашку.

Мытью рук обучают следующим образом: взрослый открывает кран, ребенок подставляет руки под струю воды, родитель берет мыло, дает его ребенку и помогает намылить руки. Малыш трет руки друг о друга, если нужно взрослый помогает. Далее смываем мыло, подставив руки под струю воды. Взрослый закрывает кран, ребенок сам берет полотенце и вытирает руки. Постепенно, по мере овладения навыками, роль родителя уменьшается. Так же, постепенно нужно учить ребенка чистить зубы, умываться, причесываться.

При формировании навыков самообслуживания необходимо обучать раздеванию и одеванию. Начинают с одежды, не требующей застегивания. Начинать учить снимать и надевать одежду лучше с майки, штанов, шапки.

**Виды помощи при формировании навыков самообслуживания:**

1. Устная (слово, которое подсказывает действие)
2. Демонстрация - показ самого действия
3. Наглядная - наглядные подсказки, направляющие на правильные действия.

**Все процессы, в которых участвует ребенок, должны быть хорошо продуманы и сопровождаться только положительными эмоциями:**

1. Вода должна быть теплой
2. Раковина на уровне ребенка
3. Мыло – маленьким.

Овладев навыками, ребенок будет чувствовать себя относительно независимым от взрослого. Это придаст ему чувство уверенности в себе.

**2. Развитие мелкой моторики**

**Цель:** Повысить внимательность, активность ребенка, стимулировать интеллектуальную и творческую деятельность.

**Оборудование:** Монтесори материалы, бизиборд, планшет для мелкой моторики, световой столик песочный.

Еще Михаил Бехтерев в своих работах отмечал влияние манипуляций рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. По его мнению, простые движения рук помогают убрать напряжение не только с самих рук, но и с губ, снимают умственную усталость. Они также способны улучшить произношение звуков, а значит, развить речь ребенка. Стимулируя мелкую моторику, мы активизируем различные зоны речи. На ладони и стопе находится около 1000 важнейших биологических активных точек. Воздействуя на них, можно регулировать действие внутренних органов организма. Начинать работу по развитию мелкой мускулатуры рук нужно с самого раннего возраста.

**И это дело не одного дня.**

**Методики проведения работы по развитию мелкой моторики:**

1. Массаж и самомассаж пальчиков, ладони, кистей рук,
2. Пальчиковая гимнастика.
3. Игры и упражнения с использованием различных предметов и материалов.

**Занятия должны проходить при следующих требованиях:**

* Длительность должна соответствовать возрасту и индивидуальным возможностям ребенка.
* Многократное повторение.
* Ребенку всегда предлагается инструкция.
* Занятия должны быть только совместными (взрослый и ребенок)
* Обязательно хвалите ребенка.

**Для развития мелкой моторики помимо предлагаемого оборудования можно использовать следующие игрушки:**

* Различные пирамидки, кубики, матрешки.
* Рамки и вкладыши
* Пазлы, конструкторы
* Различные мячики, шнуровки, прищепки
* Игра с крупами, макаронами
* Штриховка

**При комплексном подходе, регулярности занятий обязательно будет положительный результат.**

* Исчезнет скованность движений рук, появится гибкость, подвижность.
* Улучшится речь
* Определится ведущая рука
* Движения рук станут более согласованными.

**И помните. Ум ребенка находится на кончиках его пальцев!**

**3.Развитие мышления, памяти, внимания.**

**Цель:** Улучшить когнитивные возможности ребенка. Память, мышление, логику. Развить внимание, воображение.

**Оборудование:** Звуковая дорожка с животными, развивающее пособие «Сложи квадрат», картинки-половинки, развивающая игра «Зигзаг», развивающая игра «Лямур», игра «Соберу урожай», набор развивающих карточек.

У детей с ОВЗ в дошкольном возрасте мыслительная деятельность формируется с опозданием и отклонением на всех этапах развития.

Задача умственного развития детей с ОВЗ сводится к развитию любознательности. А любознательность - это начало познавательных интересов.

Хорошо развивают память упражнения на заучивание стихов. Обязательно нужно читать ребенку сказки, различные потешки. По возможности пересказывать услышанное.

**Упражнения на логику:**

1. Найди лишний предмет.
2. Найди пару,
3. Составление целой картинки из разрезанных.

**Рекомендуемые темы для занятий с детьми:**

1. Дикие и домашние животные.
2. Овощи-фрукты.
3. Времена года.
4. Большой- маленький.

**Уважаемые родители, помните, что главное в занятиях - это системность и регулярность, и тогда все обязательно получится! Успехов Вам и терпения!**