**Памятка для родителей,**

**воспитывающих ребенка с ЗПР**

*Задержка психического развития (ЗПР)* ― это нарушение темпа развития отдельных психических функций человека: внимания, памяти, мышления, эмоциональной сферы. В таком случае психическое развитие отстает от принятых в научном мире норм, свойственных определенному возрасту.

Наиболее эффективна работа по выравниванию недостатков развития психических функций в дошкольном и младшем школьном возрасте.

Особенности детей с ЗПР:

* Повышенная утомляемость и низкая работоспособность (ребенок быстро устаёт, теряет интерес, его деятельность становится малопродуктивной);
* Недостаточность развития и повышенная истощаемость психических процессов (у ребенка нарушено внимания, недостаточный объем памяти, усвоенные знания быстро исчезают из памяти без подкрепления, мышление также отстает в развитии);
* Нарушения речи (кроме дефектов звукопроизношения отмечается бедный словарный запас, нарушение грамматического строя, недостаточность развития связной речи);
* Недостаточный запас общих сведений и представлений о себе и окружающем мире;
* Трудности в понимании пространственно-временных отношений и усвоении соответствующих понятий;
* Трудности в понимании причинно-следственных связей, выполнения логических операций;
* Трудности в овладении математическими навыками (счёта и решения задач);
* Нарушение поведения (детскость, неспособность регулировать свою деятельность, контролировать поступки и эмоции);
* Незрелость эмоционально-волевой сферы.

Такие дети испытывают трудности социальной адаптации и стойкие трудности в обучении.

**Рекомендации родителям:**

* Не стоит чрезмерно опекать ребенка и все делать за него. Дайте ему возможность самостоятельно выполнять элементарные вещи (одеваться, есть), постепенно расширяя круг его умений. Тем самым у ребенка будет развиваться чувство уверенности в себе, самостоятельность.
* Помогите ребенку организовать его деятельность, но не будьте для него контролёром, а будьте союзником. Направляйте и поддерживайте его.
* Предъявляйте только те требования, с которыми он может справиться.
* Будьте внимательны к здоровью и самочувствию ребенка. Не нагружайте его сверх меры. Помните, что резерв его сил и возможностей недостаточен. Не утомляйте ребенка однообразными заданиями, чередуйте разные виды деятельности, это поможет избежать, или отсрочить наступление утомления.
* Обратите внимание на физическое развитие ребенка. Повышение физической работоспособности помогает увеличить умственную активность и выносливость.
* Развивайте умения и навыки постепенно. Начинайте с того, что ребенок уже умеет. Занятия должны быть систематическими, а не от случая к случаю.
* Разговаривайте с ребенком. Помните, что ему нужна помощь, чтобы увидеть и понять все многообразие окружающего мира. Дайте ребенку время, чтобы усвоить то, что ему рассказали. Задавайте вопросы, чтобы убедиться, что он понял Вас.
* Постарайтесь увлечь ребенка и увлечься сами. Так занятия будут приносить не только пользу, но и доставлять удовольствие. И Вам не придется каждый раз заставлять ребенка учиться.
* Не торопите ребенка. Дайте ему время, чтобы усвоить новые знания и научиться их применять, и только потом двигайтесь вперёд.
* Занимайтесь совместно со специалистами, аккуратно выполняйте задания педагогов.
* Поощряйте интересы ребенка: запишите его в секцию или кружок, где он сможет заниматься любимым делом.

**Почему необходимо заниматься со специалистом:**

* С детьми, имеющими ЗПР, занимаются дефектолог, психолог, логопед. Каждый специалист вносит свой профессиональный и человеческий вклад в развитие и коррекцию.
* Специалист работает по специальной программе, учитывающей особенности ребенка и способствующей систематическому поступательному развитию психических процессов и формированию необходимых умений и навыков.
* На занятиях специалист осуществляет индивидуальный подход к ребенку, что способствует активизации познавательной деятельности, снижению утомляемости, развитию и коррекции всех видов высших психических функций: памяти, внимания, мышления, речи.
* Педагог способен научить родителя, как правильно заниматься и общаться с ребенком, имеющим особенности развития, осуществить при необходимости коррекцию детско-родительских отношений.
* Посещение специализированной группы (класса) способствует успешной социальной адаптации, повышению мотивации к учебе, уровня успешности.
* Регулярные занятия со специалистами позволят ребенку на достаточном уровне овладеть программным материалом и в значительной степени компенсировать отставание в развитии.

**Если ребёнок не будет посещать занятия,** то велик

* риск формирования у него стойкого негативного отношения к учебе;
* нарушения поведения;
* значительное отставание в овладении необходимыми умениями и навыками;
* нарушение взаимоотношений со сверстниками и учителями (воспитателями);
* нарушения здоровья, связанные с нахождением в постоянной стрессовой ситуации.

Тем родителям, которые полагают, что с оказанием педагогической помощи можно подождать и все как-нибудь наладится, следует помнить, что время – невосполнимый ресурс, и то, что ребенок недополучил на каждом этапе своего развития в поной мере компенсировать не удастся. Воспитание любого ребенка – огромная ответственность и тяжёлый труд. Но, если в семье растёт ребёнок с ЗПР, от родителей требуется не только понимание его особенностей и признание его таким, какой он есть, но и активное участие в работе по преодолению недостатков. С момента озвучивания родителям заключения «задержка психического развития» их ответственность возрастает стократ!

Для достижения наилучших результатов необходимо заручиться квалифицированной помощью дефектолога и врача невролога, так как причиной задержки развития зачастую становятся различные биологические факторы, приводящие к нарушению функционирования нервной системы. Чем раньше начато лечение и обучение, тем лучше результат. От родителей же требуется обеспечить ребенку соответствующие условия.

Важно, что ЗПР ― состояние обратимое, и от этого «диагноза» можно избавиться, если вложить достаточно любви, заботы, терпения и мудрости.