

## Рекомендации

### для родителей детей с задержкой психического развития



**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.

#### **Рекомендации родителям:**

- Необходимо готовить ребенка к школе, заниматься с ним, приучать к определенному режиму дня.
- С детьми необходимо постоянно общаться, проводить занятия, выполнять рекомендации педагога, психолога и дефектолога.
- Больше времени уделять знакомству с окружающим миром: ходить с ребенком в магазин, в зоопарк, на детские праздники, прогулки, больше разговаривать с ним о его проблемах, рассматривать с ним книжки, картинки, сочинять разные истории, чаще рассказывать о том, что вы делаете, привлекать его к посильному труду.
- Главное – необходимо оценить возможности ребенка с ЗПР, поощрять его успехи, заметить прогресс (пусть незначительный), а не думать, что, взрослея, он сам всему научится.
- Не требуйте от ребенка того, чего он еще не умеет.
- При неудаче в учебе никогда не ставьте в пример конкретного ученика или человека.
- Давайте ребенку возможность вести себя в свободное от учебы время как дошкольнику. Ему это необходимо. Гуляйте с ребенком не меньше сорока минут в день.
- Бег, подвижные игры, плавание помогут снимать напряжение. Важно, чтобы занятия спортом не переутомляли ребенка.

- Ограничьте время приготовления уроков одним часом. Делайте перерывы во время приготовления домашнего задания.
- Ежедневно ненавязчиво интересуйтесь школьной жизнью ребенка. Делитесь своим школьным опытом.
- Играйте с ребенком.
- Похвалите ребенка за малейшее достижение в учебной деятельности и в поведении, чтобы он чувствовал себя успешным.
- Оказывайте ребенку эмоциональную поддержку. Проявляйте участие к проблемам ребенка.
- Создайте для ребенка щадящий режим.
- Сохраните дневной сон (у кого он был до школы) или послеобеденный отдых.
- Ограничьте виды деятельности, возбуждающие ребенка: посещение театра, приглашение гостей или нанесение визитов.
- Сократите время просмотра телевизора и время, проводимое за компьютером (общее время – не более полутора часов).
- Если ребенок сильно устает, можно укладывать его пораньше спать.
- Не кричите на ребенка.
- Не обсуждайте при ребенке ни положительные, ни отрицательные качества школы, учителя, одноклассников и их родителей.
- Любите и во всем помогайте своему ребенку.