**Рекомендации родителям по организации обучения детей с ОПФР**

*Воспитание ребенка с особенностями в развитии требует от родителей много терпения, настойчивости, фантазии, что, несомненно, дает положительные результаты. Рукоприкладство не допустимо! Если вы кропотливо, изо дня в день будете заниматься с ребенком, то он обязательно адаптируется в жизни, самоопределиться и реализуется.*

**Рекомендации родителям по подготовке домашних заданий:**

1. Особую важность имеет твердо установленное время начала выполнения домашних заданий. Благодаря этому вырабатывается привычка, к назначенному часу появляется психологическая готовность и предрасположение к умственной работе, даже теряется интерес к игре, прогулке.

2. При установке часа начала занятий необходимо определить разумное соотношение времени, отводимого на уроки, прогулки, домашние обязанности, чтобы одно не шло в ущерб другому.

3. Необходимо постоянное место для занятий, где все необходимые предмет ы находятся под рукой. Так вырабатывается привычка к внутренней мобилизации с момента начала занятий и до тех пор, пока не выработалось умение управлять своим поведением, рабочее место должно быть только местом для занятий (ни игр, ни картинок, ни игрушек, ни посторонних книг, ни цветных карандашей и фломастеров, если они не нужны для текущей работы).

4. Важное правило - начинать работу немедленно. Чем дольше оттягивается начало работы, тем большее усилие потребуется, чтобы заставить себя приступить к ней. У человека, который систематически начинает работу без промедления, период «втягивания» в работу короткий, дело идет быстрее и эффективнее, а учеба становится источником не только напряженного труда, но и источником удовлетворения.

5. Необходимо наличие перерывов в работе. Нужны единство школьного и домашнего учебного режима, профилактика перегрузок.

6. Работа должна идти в хорошем темпе - от 1 часа во втором классе до 4-5 часов у старшеклассников.

7. Нельзя, чтобы у школьника не было других обязанностей, кроме учебы: человек, который в течение дня должен сделать много дел, привыкает ценить время, планировать работу, приступать к ней без проволочек.

8. Приучение ребенка к правильному режиму должно сочетаться с вашей самодисциплиной, уважением к ребенку, доброжелательностью, заинтересованностью, разумной требовательностью.

**Стратегии нормализации жизни семьи с ребенком с ОПФР:**

* Не замыкайтесь в своих проблемах. Попытайтесь найти опору в родителях других детей с особенностями в развитии. Вы поймете, что не одиноки в своем несчастии. Опыт других семей позволит быстрее преодолеть негативные эмоции, даст надежду на будущее.
* Не скрывайте ничего от близких. Держите их в курсе проблем вашего ребенка.
* Находите и изучайте информацию о возможностях обучения и воспитания вашего ребенка.
* Ищите подходящие образовательные учреждения. Будьте реалистами, но не пессимистами. Научитесь справляться со своими чувствами.
* Уважайте себя и свою семью, никаких заискивающих моментов — типа просительный, извиняющийся тон, уход от гуляющих детей с площадки и т.д. Ровное, доброжелательное, независимое и уверенное поведение.
* Помогайте другим людям с аналогичными проблемами, почувствуйте себя сильными.
* Не пренебрегайте обычными повседневными обязанностями, но не давайте им себя захлестнуть.
* Не забывайте о себе, своих увлечениях и пристрастиях. Находите возможности для собственного развития, а также развития и совершенствования нравственного и профессионального других членов семьи.
* Берегите себя и не забывайте, что это ваш ребенок, и вы ему нужны здоровые и счастливые.

*ПОМНИТЕ: ВАШ РЕБЁНОК, ВАША СЕМЬЯ, ВАШ ДОМ — НЕ СЛАБЫЕ, А СИЛЬНЫЕ, МУЖЕСТВЕННЫЕ, РЕДКИЕ — ОСОБЫЕ!!!!*

**Рекомендации для родителей особенных детей**

****1. Обеспечить ребенку как можно больше впечатлений, систематически знакомить его с окружающим миром.

2. Не ругать детей, если они неловки, недостаточно сообразительны. Надо помнить, что критика только снижает и без этого низкую самооценку.

3. Стараться побуждать интерес ребенка к изобразительной деятельности, дать ему краски, карандаш, бумагу, пластилин. Конечно, он может испачкать ковер или стены, но психическое здоровье детей намного важнее вещей.

4. Описывать ребенку предметы окружающие его, просить сравнить их величину, форму, цвет, употреблять больше сравнительных прилагательных ("больше", "меньше", "тоньше", "толще" и т.п.)

5. Не фиксировать внимание учащегося на оценке, и тем более не наказывать дома за то, что "учительница жалуется". Постараться наладить контакт с учителем, рассказать ему об особенностях сына или дочери, попытаться разработать совместную стратегию обучения.

6. Не утомляя ребенка, стимулировать его познавательную активность, используя развивающие игры: мозаики, лото, лабиринты.

7. Не оценивать неудачи ребенка как проявление лени или "плохого" характера, не стремится к тому, чтобы он соответствовал "нормальным", на взгляд взрослых, критериям.

8. Быть внимательным к жалобам детей на головную боль, усталость, плохое состояние, часто это объективные показатели трудности учебы.

10. Родителям необходимо наладить тесный контакт с учителем-дефектологом класса. Принимать участие в составлении индивидуального плана обучения своего ребенка, при этом учитывать отражает или учитывает программа сильные и слабые стороны личности ребенка, определены ли близкие и далекие цели.

11. Интересоваться вопросами воспитания и обучения своего ребенка.

12. Как можно чаще посещать школу, поддерживать постоянный контакт с педагогами, работающими с родителями.

13. Расширять социальный опыт ребенка.

14. Хвалить ребенка так, чтобы он знал, за что его хвалят.

15. Развивать у ребенка самостоятельность, уверенность в достижении цели.

16. Оберегать ребенка от конфликтов и речевых нагрузок.

**Родительские заповеди**

**1. Не угрожайте.** Хуже всего, когда от бессилия мы, родители, начинаем действовать угрозами, зная, как найти уязвимое место у ребенка. В зависимости от характера, реакцией вашего сына или дочери на страшные обещания «наказать, лишить, не пускать, отобрать...» будет либо страх, либо справедливое чувство протеста.

**2. Подскажите выход.** Выход из ситуации, когда ребенок не подчиняется, довольно прост: не будьте категоричными в своих требованиях, дайте ему возможность выбора. Не унижая, подскажите ему, как следует поступить. Подтекст вашего поведения должен быть таким: «У нас проблема (мы оба это понимаем). Давай попробуем ее разрешить» Не забывайте: тот, к кому с детства относились, как к равному, вырастает самостоятельным, ответственным и уж никак не забитым человеком.

**3. Умейте объяснить, чего вы хотите.** Как внушить шалунье, чтобы она вела себя при гостях потише? Заранее договоритесь с ней об этом. Объясните, что гости могут подумать, что никто им не рад, и, пожалуй, уйдут домой, если им все время будет мешать маленькая хозяйка.

**4. Старайтесь общаться с детьми в спокойном и доброжелательном тоне.** Вы быстрее добьетесь своего, если спокойно скажете сыну: «Давай-ка поторопимся! Как только закончим дела, пойдем в парк. Ты убери свою комнату, а я за это время посуду перемою...»

**5. Учитывайте ситуацию.** Иногда мы хотим от детей слишком многого, забывая о том, что их непоседливость естественна. После школьных занятий и приготовления уроков вы вряд ли сможете удержать сына на стуле в течение вечера, даже если будете одергивать его. Ему надо разрядиться, сдерживать его бесполезно.

**7. Понять - значит...** Не стоит завышать планку родительских требований, они должны быть разумными. Нельзя прощать серьезные проступки, это бесспорно (опять же криком и в этом случае вы вряд ли поможете), но и придираться по пустякам не стоит!