Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение

«Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья пгт Опарино» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Гмызина Л.Н., педагог-психолог

КОГОБУ ШИ ОВЗ пгт Опарино

**Рекомендации родителям детей с ТМНР**

**по выполнению рекомендаций ПМПК**

Данные рекомендации помогут родителям детей с ТМНР как вести себя после получения заключения ПМПК (психолого-медико-педагогической комиссии). Они помогут создать оптимальные условия для развития и обучения ребенка. Вот несколько советов:

1. **Тщательное изучение рекомендаций ПМПК.**

Ознакомьтесь с заключением ПМПК, чтобы понять конкретные цели, которые поставлены для вашего ребенка. Внимательно изучите все пункты рекомендаций, указанные в заключении комиссии. Запишите ключевые моменты, цели и конкретные советы. Если что-то неясно, не стесняйтесь задавать вопросы специалистам, которые проводили обследование вашего ребенка. Понимание рекомендаций - ключ к успешному выполнению.

1. **Обсуждение с профессионалами.**

Обсудите каждую рекомендацию с врачами и специалистами, чтобы полностью понять их смысл и важность для ребенка. Пример – запланируйте встречу с логопедом. Спросите: «Как именно можно развивать речь дома? Можете ли вы рекомендовать конкретные игры и упражнения?».

1. **Создание поддерживающей среды.**

Убедитесь, что дом безопасен для ребенка. Уберите острые предметы и потенциально опасные вещи. Организуйте специальное место для учебы, где ребенок будет чувствовать себя комфортно. Используйте визуальные напоминания. Развесьте схемы, карточки с важной информацией, чтобы ребенок мог видеть их во время обучения (режим дня, расписание уроков и др.).

1. **Регулярное взаимодействие с педагогами.**

Установите регулярные встречи с учителями, психологом, логопедом и другими специалистами. Это может ежедневная или ежемесячная встреча для обсуждения успехов и трудностей.

1. **Использование игровых и развивающих методов.**

Игровое обучение. Включайте в занятия развивающие игры, которые помогают развивать моторные и познавательные навыки. Например используйте кубики, пазлы, простые настольные игры.

Творческие занятия. Занимайтесь творчеством – рисуйте, лепите, используйте музыку. Это поможет развивать воображение и эмоциональное восприятие.

1. **Постепенное увеличение нагрузки.**

Начинайте с коротких занятий (5-10 минут) и постепенно увеличивайте время, учитывая усталость и уровень концентрации ребенка. Давайте четкие, короткие и ясные инструкции ребенку. Например, вместо «сделай это», скажите «положи игрушку на стол».

1. **Поддержка эмоционального состояния ребенка.**

Поддерживайте позитивное настроение во время занятий. Используйте похвалу и поощрения даже за мелкие достижения. Обсуждайте с ребенком его чувства. Используйте карточки с эмоциями, чтобы помочь ему научиться их обозначать.

1. **Забота о здоровье.**

Регулярные медицинские проверки. Убедитесь, что ребенок проходит все необходимые медицинские обследования и получает нужные терапии (физическая, логопедическая, психологическая). Здоровое питание. Следите за рационом ребенка, обеспечивая его сбалансированным питанием. Если существуют пищевые ограничения, работайте с диетологом.

1. **Обучение навыкам саморегуляции.**

Техники расслабления. Научите ребенка техникам расслабления: глубокое дыхание, массаж. Это поможет ему справиться со стрессом. Определение границ. Установите четкие границы и правила, чтобы ребенок чувствовал себя в безопасности и знал, чего ожидать. Например, скажите, когда мы учимся, мы не отвлекаемся на игрушки».

1. **Работа со специалистами.**

Используйте домашние практики. Повторяйте дома упражнения, предложенные специалистами, в формате игры, чтобы сделать процесс интересным.

1. **Составление индивидуального плана действий.**

На основе рекомендаций ПМПК и осуждений с педагогами и специалистами разработайте индивидуальный план действий с четкими целями и сроками. Ведите мониторинг прогресса, отмечайте успехи и трудности ребенка. Это поможет вам и специалистам видеть прогресс и адаптировать подходы.

Важно помнить, что каждый ребенок уникален, и подходы могут варьироваться в зависимости от его потребностей и особенностей. Поддержка и терпение родителей играет ключевую роль в успешной реализации рекомендаций ПМПК.