*Голобурдо Мария Юрьевна*

*Воспитатель, МАДОУ №167, г. Красноярск*

**Методические рекомендации для родителей**

**«Советы родителям (законным представителям), воспитывающим ребенка с детским церебральным параличом (ДЦП)»**

Детский церебральный паралич (ДЦП) – это заболевание, при котором движения у ребенка ограничены или отсутствуют, а поддержание вертикальной позы и ходьбы затруднено.

Дети с ДЦП часто не могут следить глазами за движениями и действиями рук, что препятствует формированию предметной деятельности. Эти и некоторые другие особенности формирования предметной деятельности негативно сказываются на развитии игры. Также двигательные нарушения, ограничивающие предметно практическую деятельность и затрудняющие развитие самостоятельного передвижения, навыков самообслуживания, ставят ребенка с ДЦП с первых лет жизни в почти полную зависимость от окружающих его взрослых. Это способствует формированию у него пассивности, безынициативности, нарушает развитие его мотивационной и волевой сферы.

**Очень важно! Родителям о родителях**

Своевременное выявление неправильного воспитания, (к которому относят реакцию отрицания родителями ограниченных возможностей ребёнка, гиперопеку, скрытое и открытое отречение), поможет избежать негативных последствий неправильного воспитания или снизить их вероятность. Важно также, чтобы реабилитационная работа велась поэтапно, не только в лечебном учреждении, но и дома для того, чтобы знания и умения, полученные на занятиях со специалистами, постоянно закреплялись и пополнялись. Только такая непрерывная работа с ребёнком может дать положительные результаты для его развития.

Гармоничное семейное воспитание предполагает единый подход к ребёнку со стороны всех членов семьи, полное эмоциональное принятие ребёнка, ориентация на его проблемы, предъявление адекватных требований с учётом возраста и уровня развития.

Одной из проблем большого количества семей, в которых растут особые дети, является реакция отрицания ограниченных возможностей ребёнка, то есть отрицание дефекта или степени дефекта. Такие родители строят планы относительно образования и профессии ребёнка, настаивают на высокой успешности его деятельности. Наблюдается неадекватность восприятия своего ребёнка. Такая реакция может вызвать нарушения в личностной сфере ребёнка, поскольку у ребёнка повышается нервное напряжение, он начинает чувствовать себя беспомощным и неумелым. Это, безусловно, приводит к формированию заниженной самооценки ребёнка и мешает как реабилитации, так и обучению.

К сожалению, часто родители сами мешают ребёнку правильно развиваться, не облегчают, а усложняют его психологическое развитие. Это происходит в случае чрезмерной заботы о ребёнке, ограждения его от всех настоящих и мнимых трудностей. Такой стиль воспитания называют гиперопекой.При гиперопеке реакция чрезмерной защиты, опеки, жалость и сочувствие, чрезмерная любовь матери приводит к тому, что родитель делает слишком много за ребёнка, как следствие – ребёнок становится инфантильным, часто чувствует себя беспомощным даже в самых обычных бытовых ситуациях. Помните, что предоставление ребёнку самостоятельности, автономии и права на ошибку – является необходимым условием гармоничного развития личности. Ошибаясь и исправляя ошибки, каждый ребёнок приобретает необходимый опыт, учиться искать разные варианты решения проблем, и отвечать за свои поступки. Кроме того, у чрезмерно опекаемых детей, как правило, отсутствует мотивация к реабилитации.

Наряду с гиперопекой в семьях, где воспитывается ребёнок с ДЦП, часто можно встретить прямо противоположное отношение родителей к ребёнку **–** реакцию отвержения. Выделяют скрытое отречение, когда дефект ребёнка воспринимается родителем как позор. При этом типе воспитания, своё отрицательное отношение к ребёнку родители склонны скрывать за чрезмерно заботливым, внимательным воспитанием. Стремясь к тому, чтобы выглядеть образцовыми родителями, они постоянно демонстрируют крайнюю степень заботы о проблемах ребёнка, забывая о самом ребёнке, его переживаниях, радости и страхах, постоянной нужде в общении и проявлении эмоций.

Открытое отречение отличается тем, что родитель осознаёт и не скрывает от ребёнка свои враждебные чувства по отношению к нему. Как правило, для преодоления чувства вины и обоснованности враждебных чувств такие родители осуществляют защиту, т.е. обвиняют врачей, учителей, общество, которые виноваты в возникновении предрассудков по отношению к особому ребёнку, не такому как все.

**Двигательное развитие ребёнка**

Основной задачей реабилитации детей является обучение ребёнка самостоятельному обучению и самообслуживанию, при помощи коррекционных физических упражнений. Степень сложности упражнений различна. Не спешите использовать все упражнения, согласуйте их с возможностями Вашего ребёнка.

**Задача должна быть выполнимой. Только после того, как ваш ребёнок освоит простые упражнения, усложняйте задачу.**

Критериями усталости организма ребёнка являются следующие признаки:

* Выражение лица напряжённое, ребёнок сильно возбуждён, суетлив (кричит, вступает в конфликт), либо он чересчур отвлекается и вялый;
* Движения выполняются нечетко, неуверенно, появляются лишние движения;
* Кожа ребёнка сильно краснеет или бледнеет, небольшая синюшность под глазами;
* Ребёнок сильно потеет, особенно лицо;
* Учащаются пульс и дыхание.

Если Вы видите, что задание оказалось сложным для ребёнка, - внесите изменение в само задание: замените его менее сложным, например, игровыми, не требуйте высокой точности выполнения движений, будьте доброжелательны и эмоциональны.

Чрезвычайно важно контролировать позу ребёнка не только при проведении занятий, но и в повседневной жизни: за едой, в игре и т.д., поощряя правильные и исправляя порочные (неправильные) установки туловища и конечностей.

* В положении сидя (на стуле, на диване) угол между бедром и голенью, т.е. сгибание в коленном суставе, должно быть близко к прямому углу, колени разведены, а пятки должны стоять на опоре (на полу или подставке).
* Если ребёнок сидит на полу, то его колени должны быть максимально выпрямлены, а ноги разведены. Допустимо сидеть «по-турецки», если ребёнку трудно сидеть в другом положении.
* В положении стоя, колени ребёнка должны быть выпрямлены, а пятки стоять на опоре (на полу или подставке).
* Для того чтобы Ваш ребёнок почувствовал себя компетентным и самостоятельным в быту, ему необходимо предоставить возможность оказывать Вам посильную помощь по дому.

**Упражнения для ежедневных занятий с ребёнком**

Укрепляем мышцы, выпрямляющие туловище

1. «Киска». Ребёнок стоит на коленях, опираясь на прямые руки. Опускание и поднимание головы с разгибанием и сгибанием позвоночника в грудном отделе (ребёнка просят показать сердитую и ласковую киску).
2. «Ласточка». Ребёнок стоит на коленях, опираясь на прямые руки. Поочерёдное поднимание выпрямленных ног. Усложняя упражнение, одновременный подъём правой ноги и левой руки и наоборот.
3. Ребёнок лежит на полу, руки и ноги выпрямлены. Повороты с живота - на бок – на спину, и обратно.
4. Ребёнок лежит на спине, ноги прямые, руки вытянуты вдоль туловища. Поочерёдное поднимание прямых ног на 15 – 20 см.
5. Ребёнок лежит на спине, ноги согнуты в коленях, руки вытянуты вдоль туловища. Поворот таза, без подъёма плеч (уложить колени на пол), поочерёдно влево, вправо.
6. Ребёнок лежит на спине, ноги согнуты в коленях, стопы прижаты к полу. Выполняет упражнение «полумостик», поднимает таз, не отрывая плечевой пояс от пола.
7. Ребёнок сидит с максимально согнутыми коленями и удерживает их руками. Маленькими шагами ребёнок сначала максимально выпрямляет ноги, затем таким же образом приводит их в исходное положение (упражнение выполняется поочерёдно каждой ногой, затем двумя ногами одновременно).
8. Ребёнок сидит, опираясь на прямые руки сзади. Он старается сохранить сидячее положение во время выполнения хлопка перед собой.
9. Ребёнок лежит на спине, ноги согнуты в коленях, опора на всю стопу: разведение коленей в стороны и возвращение в исходное положение.

Развиваем различные мышечные группы ног

1. Ребёнок лежит на спине, пяткой одной ноги медленно проводит по передней поверхности голени другой ноги от голеностопного сустава до колена.
2. Ребёнок лежит на спине с выпрямленными ногами, пытается потянуть носки на себя.
3. Ребёнок лежит на спине, ноги выпрямлены, пятки вместе. Пытается развести носки на максимально возможный угол.
4. Ребёнок лежит на животе, поочерёдное сгибание ног в коленях.
5. Приседания. Ноги опираются на всю стопу, колени разведены (упражнение можно выполнять, держась за стул или другую опору, которая находится сбоку).
6. Ребёнок стоит у опоры, опираясь на всю стопу, поочерёдно становится на правое и левое колено.
7. Ребёнок сидит на стуле, поочерёдно кладёт «ногу на ногу» (стопу на колено) и возвращается в исходное положение.
8. Ребёнок сидит на стуле, поочерёдно пяткой одной ноги провести от стопы до колена другой ноги.
9. Ребёнок сидит на стуле, самостоятельно или с помощью взрослого встаёт и садится на стул.

Тренируем функции кисти

Развитие функции рук тесно связано с формированием мелкой моторики, кроме того руки принимают участие в положении лёжа на животе, поворотов туловища со спины на живот и обратно, для формирования равновесия. Приступая к развитию функций кисти, особое внимание следует уделить тренировке умения схватывать и отпускать предметы, движениям пронации и супинации (вращения вовнутрь и наружу), отведения - приведения предплечья и изолированных движений пальцев. Уменьшению пронации (вращению наружу) способствуют упражнения на её супинацию (вращение внутрь) с использованием игровых моментов и вспомогательных приспособлений: движения, имитирующие поворота ключа, выключателя, игра «покажи ладони».

Для тренировки захвата предметов двумя пальцами полезны: собирание предметов разной величины, сначала крупных, затем мелких; рисование карандашом, мелом; удерживание чашки за ручку. Очень полезны упражнения, развивающие отталкивающую функцию рук и зрительно-моторную координацию: катание мячей, шариков, бросание и ловля предметов.

Гимнастика для кистей рук и пальцев

1. «Веер». Ладони на столе, пальцы врозь - вместе.
2. Ладошки – кулак – ребро.
3. Пальчики здороваются. Соединяются пальцы обеих рук, большой с большим, указательный с указательным и т. д.
4. «Колечки». Соединить поочерёдно с большим пальцем каждый пальчик.
5. «Коза». Вытянуть мизинец и указательный палец правой руки, затем – левой и пошевелить пальцами.
6. «Козлята». То же упражнение, но выполняется одновременно двумя руками.
7. «Лилия». Прижать ладони обеих рук друг к другу. Затем слегка раздвинуть их, не разжимая пальцев.
8. «Рыбка». Соединить ладошки ровно и покачать ими вправо и лево.
9. «Черепаха». Большой палец в кулаке, выставить – спрятать.
10. «Замок». На счёт один – ладони вместе, на счёт два – пальцы соединяются в замок.
11. «Корни растений». Прижать руки тыльной стороной друг к другу, опустив пальцы вниз.
12. «Паук». Пальцы согнуты, медленно передвигаются по столу.
13. Банку или пластиковую бутылку обмазать пластилином. Попросить ребёнка из различной крупы выкладывать узоры.

**Родители, помните:**

* Никогда не жалейте ребенка из-за того, что он не такой, как все.
* Дарите ребенку свою любовь и внимание, но не забывайте, что есть и другие члены семьи, которые в них тоже нуждаются.
* Несмотря ни на что, сохраняйте положительное представление о своем ребенке.
* Организуйте свой быт так, чтобы никто в семье не чувствовал себя «жертвой», отказываясь от своей личной жизни.
* Не ограждайте ребенка от обязанностей и проблем. Решайте все дела вместе с ним.
* Предоставляйте ребенку максимально возможную самостоятельность в действиях и принятии решений.
* Следите за своей внешностью и поведением. Ребенок должен гордиться Вами.
* Не бойтесь отказать ребенку в чем-либо, если считаете его требования чрезмерными.
* Чаще разговаривайте с ребенком. Помните, что ни телевизор, ни игрушки, ни компьютер не заменят ему Вас.
* Не ограничивайте ребенка в общении со сверстниками.
* Чаще прибегайте к советам специалистов.
* Больше читайте, и не только педагогическую, но и художественную литературу.
* Общайтесь с семьями, где есть дети. Передавайте свой опыт и перенимайте чужой.
* Помните, что когда-нибудь ребенок повзрослеет, готовьте его к будущей жизни, говорите о ней.

Если в планомерную ежедневную работу включена вся любящая ребёнка семья, использующая для развития ребёнка все доступные ей возможности, то все трудности преодолимы.

Список используемой литературы:

1. Жесут Л.В. Выявление нарушений психофизического развития у старших дошкольников: методическое пособие [Текст] – Красноярск, 2008 – 80 с.
2. Елена Карасева: Инклюзивное обучение и воспитание дошкольников с ограниченными возможностями. Метод. Пособие. ФГОС
3. <https://infourok.ru/lekciyabeseda-dlya-roditeley-esli-u-vas-v-seme-rastete-osobiy-rebenok-s-dcp-3722246.html>