

ММД: памятка для родителей

Если у ребенка минимальная мозговая дисфункция, это значит, что он иначе, чем остальные дети воспринимает и усваивает информацию. Поэтому такие дети требуют к себе особенного отношения. И, конечно, важная роль здесь отводится родителям: Самое главное – соблюдать режим дня. Постарайтесь следить за тем, чтобы малыш вставал, ел, гулял, занимался уроками или играл, ложился спать каждый день в одно и тоже время. Привычные действия синхронизируют работу нервной системы, а отступления от режима вносят разлад в нервные процессы. Не расстраивайтесь, если ребенок не усваивает учебный материал сразу. Терпеливо занимайтесь с ним, повторяйте, возвращайтесь к пройденному. Малыш фиксирует информацию (даже если вам кажется, что это не так!), постепенно накапливает ее и запоминает. Во время занятий давайте короткие, четкие и наглядные инструкции, лучше просто покажите пальцем.



-
-
- Если ребенок требует вашего присутствия при выполнении каких-либо заданий – посидите рядом. Зачастую малышу нужна даже не помощь, а просто ваша поддержка. Не переживайте: со временем его самостоятельность обязательно проявится.
- Не заставляйте кроху сидеть неподвижно всё время занятий, чаще устраивайте физкультминутки. У детей с ММД нарушена подвижность диафрагмы: чтобы нормально дышать, им просто необходимо двигаться! Если же во время занятий ребенок

перевозбудился, используйте тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).



-
-
- Старайтесь, чтобы ребенок спал не меньше 10 часов в сутки. Желательно сохранить и дневной сон. Если малыш плохо засыпает по вечерам, можно увеличить физические нагрузки в течение дня (но не вечером!). Не перегружайте ребенка занятиями, особенно по вечерам. Помните, что умственное переутомление вызывает бессонницу, а вот если ваш малыш устанет физически, то заснет без проблем.

Почаще предлагайте ему творческие занятия: лепку, мозаику, пазлы, конструктор, аппликацию. Это поможет ребенку разработать мелкую моторику рук, развить зрительную память, пространственную ориентировку и усидчивость.



Из спортивных занятий вашему малышу полезны плавание, хореография, художественная гимнастика, танцы и гармонизирующие восточные единоборства – ушу, айкидо. Возьмите под контроль общение со сверстниками. Оно должно быть непродолжительным и

неутомительным. Если замечаете, что ребенок устал от общения с товарищем, аккуратно предложите детям на сегодня игры закончить. перевозбуждение вашему малышу ни к чему.

Договаривайтесь заранее обо всех волнительных мероприятиях (походу к врачу, примерном поведении в театре и т.д.). Минимизируйте «общение» с телевизором и компьютером!

Старайтесь, чтобы в доме ребенка окружала доброжелательная атмосфера, терпение и мягкое руководство. И никаких семейных ссор при малыше!

*Подготовил педагог-психолог
отделения реабилитации
н/летних с ОВ Зыкова Н.Г*

**ГБУСОН РО
СРЦ г. Каменск-Шахтинского**

**Рекомендации для
родителей в рамках
муниципального клуба
«Папа особого ребенка»**

**«Как воспитывать
ребенка с ММД»**



2021г.