Памятка

для родителей детей- инвалидов и детей с ОВЗ

«Адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях общеобразовательной школы»

Обучение в школе - это очень сложный период в жизни ребенка инвалида и ребенка с ОВЗ. Это и новые условия жизни и деятельности, и новые контакты, новые отношения, новые обязанности. Это очень напряженный период, прежде всего потому, что школа с первых же дней ставит перед учениками целый ряд задач. Меняется режим дня, требуется мобилизация всех сил ребенка.

Поэтому адаптация к школе происходит не сразу, это довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма.

**Индикатором трудности процесса адаптации к школе служат изменения в поведении детей.** Это может быть следующие проявления: заторможенность; депрессия; чувство страха; нежелание идти в школу. Все изменения в поведении ребенка отражают особенности психологической адаптации к школе.

Из-за особенностей развития у детей с ОВЗ затруднено взаимодействие с социальной средой, снижена способность адекватного реагирования на происходящие изменения, усложняющиеся требования. Эти дети испытывают особые трудности в достижении своих целей в рамках существующих норм. Все эти особенности предопределяют трудности, с которыми может столкнуться ребенок с ОВЗ при общении со сверстниками.

Нахождением ребенка с ОВЗ в незнакомой среде, которая угнетает обычную активность детей, что связано с недостаточной информированностью о новой среде.

**Для того, чтобы процесс адаптации прошёл быстрее и успешнее нужно придерживаться следующих правил:**

 **Использовать при общении чёткие и ясные положительные формулировки (без частицы НЕ)**

**Использовать методы поощрения.**

**Обязательно подчёркивать реальные положительные качества, сильные стороны личности.**

**Выслушивать проблему, заявленную ребёнком, не перебивая его собственными комментариями.**

**Учить детей позитивному самоподкреплению (Всё будет хорошо и т. п.)**

**Учить более гибкому реагированию на жизненные ситуации, умению брать на себя ответственность.**

**Воспитывать ответственность к любому делу.**