**5 советов от сотрудников службы ранней помощи ГБУ ЦСПР «Формула роста»**

**автор: учитель-дефектолог Горелова О.Ф.**

1. Для чего необходимо сенсорное развитие ребенка раннего возраста?

Для детей раннего возраста сенсорное развитие имеет большое значение, т. к. оно является фундаментом для развития мышления, способствует развитию речи, памяти и внимания. Если для детей не будет создано благоприятных условий для развития восприятия, то будут наблюдаться задержки в развитии ребёнка. Период первых 3 лет – это период наиболее интенсивного физического и психического развития детей. Сенсорное развитие направлено на то, чтобы научить детей точно, полно и расчетливо воспринимать предметы их разнообразные свойства и отношения (цвет, форму величину высоту звуков и т. п.). Психологические исследования показывают, что без такого обучения восприятие детей долго остается поверхностным отрывочным и не создает необходимой основы для общего умственного развития, овладения разными видами деятельности (рисованием конструированием, развития речи и др.) полноценного усвоения знаний и навыков.

На первом году жизни наиболее интенсивно формируется восприятие величины и формы предметов. Что же касается цвета, то, несмотря на свою эмоциональную привлекательность, его восприятие наиболее сложно с точки зрения осуществления практических действий с цветом.

К двум годам восприятие становится более точным и осмысленным в связи с овладением такими функциями, как сравнение, сопоставление. Уровень сенсорного развития таков, что у ребёнка оказывается сформированным умение правильно выделять свойства предметов и узнавать предметы по сочетанию свойств. На втором году жизни интенсивно развивается не только зрительное, но и слуховое восприятие. К концу второго года жизни дети начинают повторять за взрослым названия отдельных цветов. Произнося такие слова как «белый», «синий» или «голубой», малыш не в состоянии соотнести эти слова с цветом конкретных предметов. Важно, чтобы эти представления были разнообразными.

Дети с рождения различают все цвета спектра и даже некоторые оттенки, но учитывать цветовую характеристику предметов при действиях с ними ему сложнее: цвет нельзя пощупать, он доступен только визуальному наблюдению. При подборе дидактических материалов необходимо стремиться к одинаковой насыщенности цвета. Если красный цвет яркий, то такими же насыщенными, яркими должны быть и оранжевый, жёлтый, и зелёный и другие цвета. В противном случае ребёнок с нарушением цветового восприятия может ориентироваться не на сам цвет, а на его интенсивность.

Для детей третьего года жизни – при создании необходимых для этого условий – характерен ускоренный темп сенсорного развития. В данный возрастной период сенсорное воспитание является, с одной стороны, как и прежде, основной линией развития, а с другой стороны, все остальные линии развития базируются на сенсорной основе. Начиная с 3 лет, основное место в сенсорном развитии детей занимает ознакомления их с общепринятыми сенсорными эталонами и способами их использования.

Средствами сенсорного развития детей являются дидактические игры, дидактические упражнения, изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация, конструирование, игровая деятельность (играя, ребенку легче запомнить что-либо).

Значение сенсорного развития состоит в том, что оно упорядочивает хаотичные представления ребенка, полученные при взаимодействии с внешним миром, развивает внимание, развивает наблюдательность, является основой для интеллектуального развития, обеспечивает усвоение сенсорных эталонов.

1. Как понять, возможен ли у будущего ребенка синдром Дауна?

Во время беременности каждой женщине предлагают пройти комплексную диагностику. С ее помощью можно определить, могут ли у будущего малыша быть проблемы со здоровьем или генетические отклонения, в том числе синдром Дауна. Эти исследования дают информацию, которая помогает семье принять взвешенное решение о судьбе своего будущего ребенка. Очень важно вовремя встать на учет по беременности, для того чтобы не пропустить важные исследования, так как все они проводятся на определенных сроках беременности.

В «Даунсайд Ап» все чаще обращаются семьи, в которых мама ждет ребенка и скриниг показывает, что возможно, этот ребенок родится с синдромом Дауна. Родители в таких случаях интересуются, как будет развиваться их малыш, чем «Дайнсайд Ап» можем им помочь, какие еще скрининги и тесты можно и нужно пройти и так далее. На сайте «Даунсайд Ап» в разделе «Родителям», собрана коллекция материалов на эту тему с тем, чтобы дать достоверную информацию по интересующим таких родителей вопросам.

1. Как выбрать бассейн для ребенка раннего возраста?

Плавание в бассейне или даже дома в ванной (под присмотром родителей) будет полезно для стимуляции как физического, так и умственного развития ребенка раннего возраста. Специалисты сходятся во мнении – такие занятия полезны, если проводить их правильно, с учетом возможных противопоказаний и соблюдения правил безопасности.

Плавание помогает в закаливании организма, помогает детям не так остро реагировать на смены температур, стимулировать иммунитет и реже болеть респираторными инфекциями.

Во время плавания происходит стимуляция физического и нервно-психического развития.

Плавание в бассейне – это отличный тренажер для организма, благодаря которому формируется правильная осанка, укрепляется костная ткань, нормализуется тонус мышц.

При купании в воде стимулируется кроветворение, активнее образуются эритроциты, переносящие кислород из легких в ткани, нормализуется работа дыхательной системы, сердца и сосудов, выравнивается давление и частота дыхания.

Есть и польза плавания, ныряния для малышей в отношении здоровья ЛОР-органов. Это профилактика насморка и проблем с придаточными пазухами носа, аденоидами. Они промываются, из них удаляются опасные микробы.

Во время сеансов плавания в бассейне устраняются различные страхи, ребенок успокаивается, укрепляется связь между ним и родителями. Мама или папа лучше понимают жесты, невербальные знаки крохи, что помогает в развитии взаимопонимания. Плавание детей раннего возраста в бассейне помогает избавиться от боязни открытых водоемов в более старшем возрасте. Кроме того, неоспоримая польза плавания для ребенка – нормализация сна. Ребенок получает достаточную нагрузку, насыщает кровь кислородом, активно расходует энергию и лучше спит. Это помогает избежать капризов и частых ночных пробуждений.

В большинстве своем плавание для детей раннего возраста в бассейне практикуют с 2-3 месяцев или когда ребенок уже уверенно держит головку. Обычно тренировки проходят в специальных центрах, где имеются небольшие индивидуальные бассейны с обработкой воды безопасными реагентами и подогревом ее до нужной температуры. Кроме того, занятия должны проводить инструкторы, имеющие медицинское образование или закончившие институты физической культуры с дополнительным образованием именно по грудничковому плаванию.

Для занятий в центрах нужны справки от врача о здоровье мамы и ребенка с предварительной сдачей анализов.

Занятия могут быть как в паре родитель с малышом, так и с инструктором, а родители находятся рядом, наблюдают за процессом.

По мере того, как будут освоены азы грудничкового плавания, возможны и групповые занятия, упражнения дома в ванне (строго под постоянным контролем родителей и только следуя четким рекомендациям

1. Как реализуется индивидуальная программа ранней помощи?

После проведения междисциплинарной оценки специалисты совместно с семьей составляют индивидуальную программу ранней помощи. Этот документ, содержащий информацию о целях ранней помощи, естественных жизненных ситуациях, в которых планируется их достижение, перечень услуг ранней помощи, объем, сроки, ведущего специалиста, исполнителей, формы и места их оказания.

Общие цели любой индивидуальной программы ранней помощи – улучшение функционирования ребенка в повседневной жизни, развитие навыков коммуникации, необходимых в социальном взаимодействии, улучшение качества жизни ребенка и всей семьи.

Индивидуальная программа составляется в период не более 1 месяца с момента принятия решения о включении семьи и ребенка в программу. В индивидуальной программе указывается дата её составления и дата следующего пересмотра. При долгосрочной индивидуальной программе (более 1 года) она пересматривается и дорабатывается как минимум 1 раз в 6 месяцев или чаще по необходимости

Программа помощи состоит из описания актуальных для ребенка конкретных навыков повседневной жизни, которые он может освоить в определенный промежуток времени, с указанием необходимых действий и средств поддержки со стороны родителей/заботящихся взрослых, специалистов.

Например: Желая получить объект, помощь или желая поделиться, отказаться Ваня будет использовать вместе жест, глазной контакт и слова (вокализацию) в 4 случаях из 5 с мамой дома и с психологом на занятиях 3 занятия подряд. Взрослый каждый раз сначала дожидается от Вани сигналов, если нужно, оказывает поддержку в виде подсказки (указательный жест, жесты «открой», «все», «еще» + слово) и сразу совершает необходимое действие (дает, открывает, помогает, прекращает)

Для поддержки родителей в реализации индивидуальной программы ранней помощи в их естественной домашней среде семья и специалисты встречаются 1-2 раза в неделю. Основные виды услуг, которые семья получает в рамках индивидуальной программы – «Совместная активность специалиста с ребенком и семьей» и «Консультирование родителей», проводимые последовательно за одну встречу в течение 60 минут. Также, важной услугой является адаптация и настройка вспомогательных технических средств, используемых ребенком, консультирование родителей по вопросам адаптации и использования вспомогательных технических средств в естественных жизненных ситуациях. На определенном этапе реализации индивидуальной программы ранней помощи для большинства детей и семей становится актуальной услуга «Поддержка социализации ребенка» – групповая активность с детьми и их родителями.

Достижение поставленных в программе целей регулярно проверяется, достигнутые цели отмечаются в виде устойчивых навыков, используемых детьми каждый день, после чего специалисты и родители формулируют новые цели.

Общая продолжительность реализации индивидуальной программы ранней помощи зависит от потребности семьи и может достигать 2-3 лет. После достижения ребенком возраста 3 лет, он переходит из программы ранней помощи в детский сад или начинает пользоваться сервисами для детей дошкольного возраста.

1. С какими вопросами можно обратиться к психологу в службу ранней помощи?

В команде ранней помощи психолог занимается вопросами, связанными с социально-эмоциональным развитием ребенка, особенностями его поведения и взаимодействия с родителями и сверстниками, а также общими вопросами психологической поддержки семьи.

Работа психолога службы ранней помощи включает в себя:

1. Психологическую поддержку семьи и ребенка.

2. Проведение экспертных оценок: оценка особенностей социально-эмоционального развития ребенка; оценка когнитивного развития ребенка; оценка взаимодействия между родителем и ребенком; проведение диагностических процедур.

3. Консультирование и проведение регулярных встреч с семьей для улучшения социально-эмоциональных навыков ребенка.

4. Консультирование специалистов, работающих с семьями в программах ранней помощи, по вопросам поддержания психического здоровья детей.

Примеры вопросов, с которыми можно обращаться к психологу в ранней помощи:

· Ребенок не слушается, он импульсивен, случаются истерики, агрессия, другие поведенческие трудности

· Родителям не удается установить контакт с ребенком: он замкнут, погружен в свои мысли или не интересуется общением, не проявляет нежность; также контакт может быть нарушен вследствие каких-то неприятных событий в более раннем возрасте (например, неприятные медицинские вмешательства)

· Ребенок не интересуется общением со сверстниками, не играет с другими детьми – могут возникать сложности на площадке или в детском саду

· У ребенка есть страхи, ему сложно привыкать к новым местам и людям и т.д.

Встречаясь с семьей и ребенком, психолог слушает, что тревожит родителей, анализирует историю развития ребенка, выявляя факторы риска для его социально-эмоционального развития; наблюдает за ребенком, фокусируясь на его контакте с ухаживающими за ним людьми и с незнакомыми людьми (например, с другим специалистом). Также психолог наблюдает за тем, как ребенок проявляет интерес к игрушкам и к окружающему миру в целом.

Результаты своих наблюдений психолог обсуждает с родителями, и они вместе выбирают несколько целей, актуальных для ребенка и семьи на данный момент. На дальнейших встречах специалист консультирует родителей по выбранным вопросам и помогает понять, что можно делать в повседневной жизни, чтобы ребенку было проще развиваться в этих областях, а также обучает родителей способам взаимодействия с ребенком, чтобы содействовать его развитию. Такая работа может проводиться в форме индивидуальных и групповых занятий (групповая работа с парами родитель-ребенок, групповая работа с родителями).