**«Солнечный ребенок» в семье.**

Появление в семье особого ребенка всегда становится настоящим испытанием для родителей, и это совершенно естественно. Все родители мечтают иметь здорового малыша, но жизнь иногда преподносит «сюрпризы».  Родители детей с синдромом Дауна испытывают настоящий шок, неизменно задаются вопросом – «За что это нам?». На этот вопрос нет ответа. Неизвестно, почему у малыша образуется лишняя хромосома. Так случилось, и никто в этом не виноват. Одарив таких малышей лишней хромосомой, природа дала им созданное для любви сердце. Возможно, для того, чтобы научить любви и других людей…

Их называют – «солнечные дети».

**Статистика**

* В мире 1 ребенок из 700-800 рождается с синдромом Дауна.
* У детей с синдромом Дауна задержка в развитии — обязательна, но они вполне обучаемы. Такие дети могут обучаться в школе по общей программе, если первоначально прошли курс специальных обучающих программ.
* Если ребенок с синдромом Дауна общается со здоровыми сверстниками и растет в семье  его развитие и обучение происходит гораздо быстрее.
* «Солнечные дети» обладают такими качествами, как доброта, открытость, дружелюбие — они ярко выражены и более искренни, чем  обычные дети.
* Продолжительность жизни человека с синдромом Дауна в среднем — 50 лет, в некоторых случаях такие люди доживают и до преклонных лет.
* Родители (ни в коем случае!) не должны винить себя в рождении ребенка с синдромом Дауна! Описаны факторы риска, но большинство детей с таким диагнозом родились у здоровых женщин в возрасте 18-35 лет.
* Если в семье уже имеется ребенок с синдромом Дауна, то риск рождения второго малыша с таким же диагнозом равен 1%.

**Особенности развития детей с синдромом Дауна**

1. Медленное формирование понятий и становление навыков:

* сниженный темп восприятия и замедленное формирование ответа;
* чтобы материал был усвоен ребенком, необходимо большое количество повторений;
* низкий уровень обобщения материала;
* если навык оказывается недостаточно востребованным, то он утрачивается.

1. Слабо развитая способность оперировать несколькими понятиями одновременно. Это связано с тем, что:

* у ребенка-дауна возникают трудности, когда необходимо объединить новую информацию с уже знакомым материалом, ему сложно перенести усвоенный навык из одной ситуации в другую;
* его поведение однотипно, действия заучены, он не может оценить разнообразие обстоятельств;
* трудность при выполнении заданий, состоящих из цепочки действий;
* невозможность самостоятельно поставить цель и спланировать действия.

1. Неравномерность развития ребенка в различных сферах (двигательной, речевой, социально-эмоциональной) и тесная связь познавательного развития с развитием других сфер.
2. Для ребенка с синдромом Дауна лучшим обучением  является действие, которое он выполняет, подражая взрослому или вместе с ним.
3. Сохранность эмоциональной сферы. Дети-дауны могут быть доброжелательными, послушными,  ласковыми. Они способны любить, обижаться, смущаться, но вместе с тем бывают и упрямыми, злобными и раздражительными.
4. У детей-даунов задерживается развитие двигательной сферы. Они начинают сидеть, ползать и ходить позже, чем обычные дети, их мелкая моторика несовершенна. Важно начинать развивающие занятия и делать специальные упражнения уже на первом году жизни. Это поможет свести к минимуму отставание в развитии.
5. Нарушение сенсорного восприятия бывает связано со сниженной чувствительностью и часто встречающимися нарушениями зрения и слуха.
6. Дети с синдромом Дауна обладают различным исходным уровнем и темпы их развития также могут существенно различаться.

**Несмотря на отставание в развитии у детей с синдромом Дауна есть *сильные стороны:***

* Сохранность зрительного восприятия и внимание к деталям.
* Возможность научиться читать, выучить текст и пользоваться им, только он должен носить предметно-практическую направленность.
* Хорошая подражательная способность и наблюдательность. Ребенок-даун учится на примере взрослых и сверстников.
* Художественные способности. Дети любят танцевать, петь, выступать на сцене, рисовать. Поэтому для их развития широко используется арт-терапия: рисование, роспись по дереву, лепка.
* Спортивные достижения. В параолимпийских играх отличных результатов достигают пловцы, гимнасты и бегуны с синдромом Дауна. Поэтому, родителям следует обратить внимание на занятия детей физкультурой.
* Дети-дауны очень эмоциональны. Они способны улавливать настроение и эмоции окружающих, готовы оказать эмоциональную поддержку.
* Хорошо осваивают компьютер. Навыки работы за компьютером могут стать основой будущей профессии.

**Практические советы родителям.**

 Очень важно как можно раньше начинать развитие вашего малыша. Помните, что:

* Развитие вашего ребенка не отличается от развития обычного ребенка, темп развития будет несколько ниже, но порядок шагов более или менее тот же.
* Для освоения того или иного навыка вашему малышу необходимо большее количество повторений, поэтому процесс обучения должен идти постепенно, маленькими шагами.
* Роль родителей в развитии ребенка огромна, потому что именно вы будете ежедневно помогать малышу усваивать новые навыки, отрабатывать их.

**Над чем следует работать и на что обращать  особое внимание.**

**Общая осведомленность и  наблюдательность.**

Во время прогулок  разговаривайте с ребенком. «Оречевляйте» все, что видите,  используя простую, короткую фразу. Например: трава зеленая, небо голубое (изучение цвета), птицы летают в небе, насекомые ползают по траве (пространственное восприятие). На улице собирайте, складывайте в коробочку и называйте при этом  разные предметы: камушки, листочки, шишки, желуди, цветочки.  Пусть дома  малыш достает эти предметы из коробки, и  повторяет их названия. Обращайте внимание на действия людей. Например: девочка играет в мяч, дети лепят куличики, дядя едет на машине;  явления природы (капает дождик, светит солнышко) и т. п.

**Самостоятельность ребенка.**

Умение самостоятельно есть, умываться, чистить зубы, одеваться, и т. д. это те культурно-гигиенические навыки, которые формируются в быту. Превратите это в игру. Чем старше ребенок, тем сложнее игра. Вначале он самостоятельно сможет только покормить куклу из ложки, позже  — построить всю цепочку действий: вымыть руки, накрыть на стол, накормить, убрать со стола.

**Навыки общения ребенка с взрослыми и сверстниками.**

Активная речь у детей с синдромом Дауна появляется намного позже, чем у обычных детей (в 4-5 лет). Поэтому специалисты рекомендуют для развития навыков общения таких  деток использовать жестовый язык. Не умея говорить,  дети-дауны способны понимать речь окружающих. Обучение использованию жестовой речи с ранних месяцев жизни, впоследствии положительно сказывается на языковом и речевом развитии.

Как пользоваться языком жестов?  Жестами следует обозначать только ключевые слова, чтобы ими можно было пользоваться в повседневной жизни, например, «все», «еще», «привет», «на ручки» и т. п. Следите за взглядом ребенка, когда вы пытаетесь сообщить ему что-либо жестом. Малыш должен  смотреть на вас.  Чтобы обучить ребенка  жесту, положите свои руки сверху на его руки и помогите  воспроизвести жест. Одновременно с жестами работайте и над развитием речи. Побуждайте ребенка произносить звуки, когда он общается с  вами жестами. На этом этапе не следует обращать внимание на правильное произношение. Занятия языком жестов должны стать частью повседневной жизни.

**Речь ребенка.**

Разучивайте со своим ребенком детские песенки, потешки, стишки и обязательно сопровождайте их движениями. Детям нравится пение и музыка, это самые приятные  способы обучения для них. Они помогают развивать способность различать звуки, развивают слуховое внимание, способствуют пополнению словарного запаса ребенка, знакомят с новыми понятиями. Заученные тексты песенок, потешек, стихов помогают впоследствии ребенку составлять фразы и предложения. Развитию координации движений способствуют песенки, которые сопровождаются жестами. Вашему ребенку необходимы занятия с логопедом, но родители, при этом, должны  систематически отрабатывать и закреплять приобретенные ребенком  речевые навыки.

**Познавательная деятельность (восприятие, мышление, внимание, память).**

«Солнечные дети» обладают различным исходным уровнем и индивидуальным темпом развития. Помочь определить исходный уровень развития и выбрать подходящие только для вашего ребенка развивающие игры и упражнения помогут специалисты: учитель-дефектолог, учитель-логопед,  педагог-психолог.   Дома родители (по заданиям специалиста) должны повторять и закреплять полученные навыки с помощью рекомендованного дидактического материала и конечно включать их в бытовую и игровую деятельность.

**Простые игры для  развития  представлений о размере, цвете, форме.**

* Цвет. Возьмите разноцветные пуговицы, мозаику. Пусть ребенок разложит их по цвету в коробочки. Используя кукольную посуду, можно попросить ребенка подобрать для кукол чашки к блюдцам по цвету и т.п.
* Форма. Дайте ребенку задание угостить мишку печеньем круглой формы, а собачку – треугольной формы.
* Величина. Дайте ребенку задание угостить большого мишку – большими шишками, а белочку — маленькими шишками и т.

**Развитие логического мышления.**

Предложите ребенку подобрать пары карточек с изображением предметов, связанных ассоциативно, например: руки — варежки; заяц — морковка; собачка — косточка и т. д.

**Конструктивная деятельность.**

Ваш ребенок хорошо копирует образец.  Предложите ему  сложить по вашему образцу дорожки и башенки  из кирпичиков, кубиков.  Не заканчивайте работу на этом. Постройки должны обыгрываться. Например, по построенной  дорожке прокатить машинку. Развивать  конструктивную деятельность можно используя игры с досками — вкладышами, «почтовым ящиком», мозаикой, складыванием разрезных картинок, разрезанных на 2, 3 и более частей, пазлов.

**Внимание и память.**

Спрячьте  3-4 игрушки в разных местах комнаты на глазах у ребенка,  и попросите его найти их.

Можно использовать карточки по текущей логопедической теме. Переверните 3-4 карточки с предметами на глазах у ребенка, а затем спросите  «Где стул?» «Где мишка?» и т. д.

Чтобы развивать память  родители обращаются к ребенку с просьбой, состоящий из 2-х, 3-х действий. Малыш  должен запомнить их и выполнить. Например: «Принеси чашку и носки» и т. п. Также развитию памяти способствует разучивание стишков, песенок, разыгрывание маленьких кукольных спектаклей «Репка», «Теремок», «Колобок». Только учтите, что повторять придется неоднократно, малыш с синдромом Дауна не сразу все запоминает.

**Игрушки и игры вашего ребенка.**

Игрушки  должны побуждать ребенка к различным действиям и их не должно быть много. Это развивающие игрушки (2-3 мягких игрушки, куклы, звучащие игрушки, ведерки, коробочки, кубики, мячики, машинки).

Помимо этого, ребенок должен играть настоящими бытовыми предметами. Например, пластмассовые «взрослые» чашки, деревянные ложки, алюминиевые кастрюли лучше, чем игрушки изображающие все это. Можно дать ему для игры красивые камушки, шишки, кусочки ткани, губки и т. п. (при условии, что ребенок перестал все «тянуть» в рот).

Играя  со своим ребенком, обучайте его элементам сюжетной игры.  Покажите, как кормить или купать куклу, укладывать ее спать. Используйте настоящую крупу для кормления (манку, пшено). Малыш накладывает «кашу» из кастрюли в тарелку, наливает «компот» из кувшина в чашку, угощает куклу.

Вспоминайте те стишки и потешки, которые изучали с ребенком  и  сопровождайте ими игру. Например, во время купания куклы: «Ах ты, куколка чумазая, где ты носик так измазала?». Такие игры помогают развивать воображение, мышление, речь, моторику ребенка.  Сначала взрослый показывает сам все действия малышу, потом он станет повторять игровые действия совместно с вами. Постепенно ребенок научится играть самостоятельно.

**Мелкая моторика.**

Давайте ребенку задания, которые формируют  навык действия двумя руками (нанизывание бусин на веревочку, занятия с конструкторами «Лего»). Используйте мелкие предметы или продукты  (изюм, сухой завтрак), которые нужно брать и опускать в емкость.  Играйте с водой, сыпучими материалами («живой» песок, мелкая крупа). В процессе одевания и раздевания  привлекайте малыша к тому, чтобы он сам застегивал/расстегивал пуговицы, надевал варежки/перчатки, носочки и т.п.

Малышам чрезвычайно нравится  рисование пальчиком. Вы можете вместе с ребенком рисовать пальчиком по рассыпанной манной крупе, разлитому на подносе йогурту или киселю, кремом для бритья по зеркалу.

Алгоритм обучения ребенка этой деятельности такой же, как и любой другой игре. На первом этапе ребенок рисует совместно с вами,  в дальнейшем он будет рисовать сам по подражанию, повторяя показанный вами рисунок.

Когда ребенок станет старше, используйте  специальные пальчиковые краски или гуашь.  Для этого можно использовать шаблонные заготовки различных изображений (куст, рыбка, елка), а ребенок  пальчиками будет рисовать на кустах ягоды, чешуйки у рыбок, новогодние шарики, огоньки на елке и т. п.

Очень нравится детям делать отпечаток своей ладошки. Намажьте ладошку малыша краской и сделайте ее отпечаток  на листе бумаги. А потом можно превратить этот отпечаток в жирафа или в солнышко.

Используйте для развития пальчиков тесто, пластилин. Приготовьте  просто крутое тесто или соленое тесто, которое можно покрасить в разные цвета. Пусть ребенок сначала мнет его, раскатывает, тычет  пальчиком. Затем в кусок теста или пластилина можно вдавливать палочки или какие–нибудь макаронные изделия (ежик), пуговицы (глазки, цветы). Ребенок будет расти, а ваша задача усложнять задания. Вскоре  он станет рисовать мелками, карандашами, кисточкой.

Помогают развитию тонкой моторики и специальные пальчиковые игры. Такие простые пальчиковые игры можно проводить с детьми, начиная с возраста 3-5 лет. Сопровождайте движения пальцев песенками, стишками.

**Как строить отношения с ребенком.**

Ключ к успеху — правильно построенные занятия. Если ребенку нравится деятельность, которой он занимается, он участвует в ней с удовольствием, значит, вы все делаете правильно.  Обязательно хвалите ребенка. Может так случится, что вы не достигните результата сейчас или результат очень мал. В этом случае необходимо хвалить ребенка за согласие к сотрудничеству. Если ребенок отказывается от какой-либо деятельности — ничего страшного. Предложите ему это занятие  в другой форме, с другими игрушками. Если и это не получается, не настаивайте. Вернитесь к этому заданию через некоторый промежуток времени. Возможно, что ребенку до него надо чуть — чуть дорасти.

**Навыки поведения в обществе.**

Чтобы научить ребенка взаимодействовать с окружающими, нужно помочь ему по-настоящему стать частью семьи. Он должен играть с братьями и сестрами, принимать гостей, помогать в приготовлении  обеда.  Солнечный малыш  наблюдателен  и хорошо копирует действия взрослых.  Малыша нельзя отстранять от участия в играх с другими детьми – он будет копировать их поведение, и повторять слова, а это очень важно. Когда ребенок станет старше, круг его общения расширится и выйдет за рамки семьи. С целью безопасности, родителям необходимо научить ребенка отличать незнакомого человека от  родных людей и друзей.  Объяснять это ребенку надо аккуратно и многократно. Можно использовать понятный для особых деток прием характеристики людей:

* Люди, которых можно обнимать — это только члены семьи и хорошие друзья.
* Люди, которых можно обнимать иногда (например, во время праздника, дня рождения, нового года), но обычно мы говорим им только «Привет», жмем руку или машем.
* Люди, которых никогда нельзя обнимать – это врачи, педагоги, незнакомцы, маленькие дети и люди малознакомые, даже если мы их часто видим (соседи, продавцы в магазине).

Ребенка надо учить отличать общественное место от дома, и тому, что можно и чего нельзя делать. Очень важно объяснять ребенку что никому – даже членам семьи — не разрешается дотрагиваться до его интимных мест. Побуждайте его мыться самостоятельно. Если он все-таки сам плохо справляется, мойте его интимные места не голой рукой, а полотенчиком. Когда ребенок переодевается, пусть дверь в его комнату будет закрытой. Правила поведения в обществе важны, но осваивать их нужно постепенно, шаг за шагом и не все сразу.  Вознаграждайте хорошее «правильное» поведение. Демонстрируйте сами желательное поведение. Запаситесь терпением, потому что усвоение этих правил может потребовать многократных повторений, множества практических занятий. Но время работает на вас.  Ваши  труды окупятся, ведь ребенок в будущем научится поведению, которое не подвергнет его опасности, будет способствовать  успешному построению отношений с другими людьми.

**Напутственное слово**

Никогда невозможно точно предсказать, каким станет ребенок, когда вырастет. Это в равной степени относится к любому новорожденному, в том числе к малышу с синдромом Дауна.

Не бойтесь обратиться за помощью к профессионалам или сообществам родителей солнечных детей. Не прячьтесь от проблемы – она никуда не уйдет, но чем раньше вы ознакомитесь с перспективами жизни и адаптации малыша, со своими правами на помощь от государства, тем увереннее будете чувствовать себя.

Вам может потребоваться достаточно много времени для адаптации. Это  естественно – ведь ваша жизнь кардинально изменилась. Самое главное — суметь понять, что ни вы, ни ваш малыш не виноваты в том, что у него такой диагноз, а для  ребенка с синдромом Дауна, очень важно, чтобы родители приняли и полюбили его таким, какой он есть.

**Интернет-ресурсы:**

1. <http://podrastem.com/publ/21-1-0-28>
2. <http://pandia.ru/text/78/307/6582.php>
3. <http://www.7ya.ru/article/Deti-s-sindromom-Dauna-Vozmozhnosti-socialnoj-adaptacii/>
4. <http://cpms-smol.ru/spec-mp/403-obuchenie-detej-s-sindromom-dauna>
5. <http://ckroir.volkovysk.edu.by/ru/main.aspx?guid=22161>
6. <http://sakura-marypoppins.by/our_children/child_development/deti-s-sindromom-dauna-solnechnye-deti/>
7. <http://medicalinsider.ru/rubrics/osobennosti-sensorno-perceptivnogo-razvitiya-u-detejj-s-sindromom-dauna/>
8. <http://deti.baby-calendar.ru/narusheniya-razvitiya/sindrom-dauna/>
9. <http://morehealthy.ru/material/razvitie-detei-s-sindromom-dauna-osobennosti-i-otlichiya-ot-normalnogo-rebenka-2823.html>
10. <http://www.purimcro.ru/rpmpk/method/parents/808/>
11. <http://rebenkoved.ru/sovety-roditelyam/chto-nuzhno-znat-i-umet/osobennosti-razvitiya-rebenka-s-sindromom-dauna.html>
12. <http://childs.7ya.com.ua/Rebenok__Daun_mify_i_realnost>
13. <http://okeydoc.ru/deti-s-sindromom-dauna-chto-nuzhno-znat-roditelyam/>

***Автор-составитель: учитель-дефектолог Кожевникова Римма Николаевна***