ЗПР

биологическая причина

* наследственность, генетическая предрасположенность;
* нарушение нормального течения беременности;
* тяжелые токсикозы первого триместра;
* интоксикация;
* инфекции, приводящие к тяжелой гипоксии плода;
* недоношенность;
* поздние или травматичные роды;
* травмы;
* осложнения после гриппа и простудных заболеваний, приводящие к поражениям ЦНС;
* операции с наркозом.социальная
* нездоровая атмосфера в семье;
* отсутствие должного воспитания со стороны родителей;
* психологическая травма (вызванная конфликтами и ссорами);
* частые физические наказания;
* постоянные унижения личности;
* сложные условия жизни и быта в доме;
* частые переезды с одного места на другое.

Симптомы:

До 1 года

* поздно начинают держать голову, говорить и делать первые шаги;
* испытывают затруднения при еде из-за неспособности научиться пользоваться ложкой.

С раннего детства:

* замкнуты и погружены в себя;
* не заинтересованы в общении с друзьями;
* м.б. вялость и слабая подвижность;
* ограничен интерес к окружающему миру;
* задают мало вопросов;
* не разговаривают, нелюдимы;
* м.б. повышенная тревожность, агрессивность;
* плохо спят по ночам;
* стучат ночами;
* до позднего возраста м.б. анурез.

В саду (отстают от других детей в приобретенных навыках):

* испытывают затруднения при одевании;
* долго путают правый ботинок с левым;
* не умеют завязывать шнурки.

В школе:

* трудно принимает активные решения;
* внимание рассеянно, малоэффективно;
* постоянно ноет и отвлекается;
* ерзает на стуле;
* стучит ногами и мнет что-то руками;
* беспрестанно разговаривает без всякой цели и смысла;
* не в состоянии узнавать знакомые предметы в незнакомой обстановке;
* плохо ориентируется на местности;
* медленно соображает, если находится в сложной ситуации;
* трудно представляет предмет по его словесному описанию;
* слабая память;
* испытывают проблемы с развитием речи (не выговаривает буквы, переставляет слоги в словах, лексикон скуден и беден) или не могут говорить;
* плохо решают задачи, связанные с анализом, сравнением, обобщением;
* отсутствие образного мышления.

ЗПР диагностируют не раньше 5-7 лет.

К каким специалистам обращаться:

* детский невропатолог;
* психоневролог;
* логопед;
* ЛОР;
* дефектолог;
* психолог.

**Методы коррекции**

В дошкольном возрасте у детей с ЗПР выявляется отставание в развитии общей и, особенно, тонкой моторики. Выявляются недостатки психомоторики, зрительно-моторной координации, что тормозит формирование графомоторных навыков. Отмечаются недостаточная динамическая и статическая координация движений пальцев, кисти руки.

Задержка в развитии моторных функций проявляется в быту, игровой деятельности, действиях с предметами. Дети не любят завязывать шнурки, застегивать пуговицы. Это связана с трудностями овладения точными дифференцированными движениями.

1. **Массаж.**

Эффективными при коррекции нарушений и для психического развития детей являются приемы и упражнения самомассажа, которые можно использовать в условиях семьи и детского сада.

При систематическом проведении массажа улучшаются функции рецепторов, проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. Под влиянием массажа в рецепторах кожи и мышцах возникают импульсы, которые, достигая коры головного мозга, оказывают тонизирующее воздействие на центральную нервную систему, в результате чего повышается ее регулирующая роль в отношении всех систем и органов.

**Массаж ушных раковин**

1. «Улитка» - помассировать мочки ушей, затем всю ушную раковину.

2. «Трубочка» - растереть уши руками, свернуть и развернуть ушные раковины. Упражнение можно выполнять в парах.

3 «Ключики» - ввести большой палец в наружное слуховое отверстие, а указательным пальцем прижать находящийся впереди выступ ушной раковины - козелок. Сдавливать и поворачивать его во все стороны в течение 20-30 сек.

4. «Слон» - оттянуть уши вперёд, затем – назад, медленно считая до 10. Начинать упражнение с открытыми глазами, затем с закрытыми. Повторить 7 раз.

**Самомассаж рук**

Существуют следующие приемы массажа или самомассажа рук:

* поглаживание
* растирание
* разминание
* выжимание
* активные и пассивные движения.

В комплекс входят упражнения трех видов:

- самомассаж тыльной стороны кистей рук

-самомассаж ладоней

- самомассаж пальцев рук.

1. «Чистим обувь» - Подушечки четырех пальцев правой руки устанавливаются у оснований пальцев левой руки с тыльной стороны ладони. Пунктирными движениями кожа смещается на 1 см вперед-назад, постепенно продвигаясь к лучезапястному суставу («пунктирное» движение). То же самое необходимо проделать и для левой руки.

2. «Пила» - Кисть и предплечье левой руки располагаются на столе. Ребром ладони правой руки имитируется «пиление» по всем направлениям тыльной стороны левой ладони («прямолинейное» движение). Проделать тоже для другой руки.

3. «Шуруповёрт» - Фалангами сжатых в кулак пальцев производятся движения по принципу «буравчика» на ладони массажируемой руки. Поменять руки.

4. «Утка хватает червячков» - Самомассаж пальцев рук. Кисть и предплечье левой руки располагается на столе. Согнутыми указательным и средним пальцами правой руки делаются хватательные движения на пальцах левой руки («прямолинейное» движение). Проделать то же для правой руки.

5. «Тёплые ручки» - растирать и разминать пальцы рук и всей кисти от кончиков пальцев и обратно. Особое внимание уделить большим пальцам.

6. «Здороваемся» - имитация силового пожатия рук. Упражнение можно выполнять в парах.

**Самомассаж головы**

1. «Обезьяна расчёсывается» - пальцами правой руки массировать кожу головы от левого виска к правой части затылка и обратно; затем - левой рукой от правого виска к левой части затылка.

2. «Мытьё головы шампунем» - слегка расставить пальцы рук и немного согнуть их в суставах. Кончиками пальцев массировать голову в направлении ото лба к макушке; ото лба до затылка; от ушей к шее.

Воспитателям в условиях детского сада и родителям для дополнительной афферентации тела ребенка рекомендовано:

1. Ежедневное обтирание влажным махровым полотенцем
2. Самомассаж стоп: хождение по массажным коврикам, переступание по гимнастической палке песку, гальке, траве;
3. Плавание, контрастные души
4. Прокатывание «бревнышком» и т. д.
5. **Глазадвигательные упражнения.**
6. Дыхательные упражнения
7. Двигательные упражнения.