**Памятка для родителей детей с расстройством аутестического спектра**

* Строго придерживайтесь определенного режима и ритма жизни ребенка (при этом, режим прогулок, еды, сна, игр и т.д. составьте с максимально возможным учетом пожеланий самого ребенка).
* Постарайтесь обеспечить комфортную обстановку для общения и обучения. Избегайте переутомления ребенка, сенсорной перегрузки.
* Как можно чаще разговаривайте с ребенком, речь не должна быть быстрой, четко проговаривайте команды.
* Терпеливо объясняйте ребенку смысл его деятельности, используя четкую информацию (схемы, карточки, рисунки).
* Показывайте своё одобрение каждый раз, когда ребёнок успешно выполнил задание, похвалите его. Если ребёнок не будет чувствовать поддержки с вашей стороны, он ещё больше замкнётся и станет избегать контакта
* Будьте внимательны к ребенку, улавливайте малейшие вербальные и невербальные сигналы, свидетельствующие о его дискомфорте

**Коррекционные методики, которые можно использовать**

* 1. Занятия с карточками. Для занятий понадобятся карточки, для начала не больше 5. На них могут быть изображены предметы или люди, выполняющие определенные действия. Эти карточки можно использовать и для объяснения порядка действий. Например, подготовка ко сну разбивается на несколько действий, и на каждое действие заготавливается карточка. Сначала четко произносится: ” Пора спать” и далее демонстрируются карточки. Карточки могут быть следующие: “снять одежду”, “надеть пижаму”, “почистить зубы”, “умыться”, “сходить в туалет”, “пойти спать” и последней, картинка спящего ребенка. Показ картинок должен сопровождается объяснением, но не многословным. Только четкое название действий и ничего больше. Через несколько месяцев, может быть даже через год, достаточно будет сказать “пора спать” и ребенок будет знать, что ему нужно делать. Но, повторяю, это произойдет только в результате регулярных занятий. Такие карточки должны быть на все действия “гулять”, ”кушать”, “читать”, “рисовать”.
* 2. Дети с аутизмом обычно боятся воды. Необходимо предлагать ему игры с водой, но начинать занятия нужно постепенно, например, с мокрого песка, насыпанного в ведро. Постепенно, песок должен становится все более мокрым. На нем можно чертить линии, делать из него различные фигуры.
* 3. Очень важно развивать тактильное восприятие. Для этого можно взять небольшую коробку, заполнить ее любой крупой или песком и внутрь спрятать камушки или крупные пуговицы, для начала 2-3, не больше. Ребенок должен их найти и достать, постепенно количество камешков можно увеличивать до 10-15. Еще одно похожее задание: в миску налейте воду, на дно положите монетки, ребенок должен стараться их достать.
* 4. Упражнение на развитие координации: необходимо взять 2 чашки, наполнить одну из них водой и попросить ребенка переливать воду из одной чашки в другую. По мере развития этого навыка, размер чашки должен уменьшаться.
* 5. Лепка – одна из важнейших коррекционных методик: одновременно будет развиваться и моторика, и сенсорная чувствительность. Для лепки можно использовать массу для моделирования или обычный пластилин. Ребенок раскатывает пластилин, делает из него шарики и просто разминает его.
* 6. Нанизывание бус. Начать лучше с крупных кругов, вырезных из картона, по мере развития навыка можно переходить к более мелким деталям, вплоть до бусинок.
* 7. Пазлы. Можно купить готовые пазлы, с очень крупными частями, а можно сделать их, нарисовав крупную картинку и разрезав ее на несколько частей, для начала на 3-4, со временем, количество частей пазла необходимо увеличивать.
* 8. Еще одно упражнение на моторику. Разложите в ряд одинаковые предметы, и пусть ребенок перевернет их.
* 9. Танцуйте. Можно танцевать дома или найти подходящий кружок для коллективных занятий.
* 10. Необходимо развивать тактильные и кинестетические ощущения. Для этого хорошо подойдут игры с различными материалами. Можно использовать шелк, шерсть, туалетную и наждачную бумагу. Схема занятий может быть следующей: 5 минут занятия с карточками, 5 минут чтение книг, 5 минут пальчиковые игры, затем перерыв и новый блок занятий. Идите от простых упражнений, к более сложным, для начала используйте те задания, с которыми ребенок точно справится, это поможет ему поверить в себя.
* И самое главное правило – такого ребенка необходимо принимать таким, какой он есть, не сравнивая с другими детьми. Он не лучше и не хуже их, он просто, другой…

**Удачи вам и терпенья.**