

## Рекомендации родителям гиперактивных детей.

Особую категорию среди детей занимают гиперактивные дети. Чрезмерная двигательная активность и невозможность сосредоточиваться длительное время на выполнение необходимого задания обращают на себя внимание педагогов уже в первые месяцы обучения. Возрастная динамика этого синдрома такова: его проявления постепенно уменьшаются с возрастом, к 12-14 годам почти исчезают и трансформируются. В поведении остается импульсивность реакций, некоторый дефицит внимания.

1. В своих отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчеркивайте его успехи. Это поможет укрепить уверенность ребенка в собственных силах.
2. Избегайте постоянных слов «нет» и «нельзя».
3. Говорите мягко, сдержанно, спокойно.
4. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
5. Для укрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию
6. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, чтение, работа с конструктором).
7. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Время приема пищи, выполнения домашних заданий и сна ежедневно должны соответствовать этому распорядку.
8. Избегайте по возможности скопления людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках оказывает на ребенка чрезмерное стимулирующее действие.
9. Во время игр ограничивайте ребенка одним партнером. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.
10. Давайте ребенку расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные занятия.
11. Главное, чтобы ребёнок чувствовал свою значимость для вас. Так он научится принимать себя положительно. Это очень важно!