

## **Рекомендации для родителей гиперактивного ребенка-дошкольника.**

**Гиперактивность** - проявляется избыточной двигательной активностью, беспокойством и суетливостью, посторонними движениями, которых **ребенок не замечает**. Для таких детей свойственно чрезмерная болтливость, неспособность усидеть на месте, сон этих детей всегда меньше нормы. В двигательной сфере у них обнаруживаются нарушения двигательной координации, несформированность мелкой моторики.

Существуют различные мнения о причинах возникновения **гиперактивности**: это могут быть генетические факторы, особенности строения и функционирования головного мозга, родовые травмы.

В основе синдрома **гиперактивности** лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД, наличие которой определяет врач невропатолог после проведения специальной диагностики. При необходимости назначается медикаментозное лечение).

### **Критерии гиперактивности:**

1. Непоследователен, не способен долго удерживать внимание
2. Не слушает, когда к нему обращаются
3. Испытывает трудности в организации
4. Забывчив
5. Избегает скучных заданий, требующих умственных усилий
6. Постоянно находится в движении
7. Спит меньше, чем другие дети
8. Очень говорлив
9. Отвечает, не дослушав вопроса
10. Плохо сосредотачивает внимание
11. Не терпелив

12. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает разные результаты.

Если до 7 лет проявляются хотя бы 6 из перечисленных признаков, можно предположить, что **ребенок гиперактивный**.

### **Рекомендации для родителей**

#### **Как вести себя с гиперактивным ребенком**

- **Ребенку** требуется психологическая поддержка. **Гиперактивный ребенок** не всегда может быть успешным в каких-либо делах. Поэтому старайтесь давать задания, которые **ребенок непременно выполнит**.

- **Ребенок** будет делать только то, что ему интересно, поэтому как только ему надоест или **ребенок** устал, следует переключить его на другой вид деятельности.

- Старайтесь делать меньше замечаний, лучше отвлеките **ребенка**. Количество запретов должно быть разумным.

- Если **ребенок в чем-то не прав**, не нужно ему читать длинных нотаций, т. к. длинная речь не будет выслушана до конца и осознана.

- Не превышайте нагрузки, не стоит усиленно заниматься с **ребенком**, чтобы он был таким, как другие дети.

- Чаще хвалите за то, что получается. Хвалите не слишком эмоционально во избежание перевозбуждения.

- Приобщайте **ребенка** к подвижным и спортивным играм, в которых можно разрядиться от бьющей ключом энергии. **Ребенок** должен понять цель игры и учиться подчиняться правилам, учиться планировать игру.

- Договариваться о тех или иных действиях заранее.

- Давать четкие и конкретные инструкции.

- Предоставлять **ребенку право выбора**.

- Всегда оставаться спокойным.

- Когда становится совсем тяжело, вспомните, что к подростковому возрасту, а у некоторых детей и раньше, **гиперактивность проходит**. Важно, чтобы **ребенок** подошел к этому возрасту без груза отрицательных эмоций.

### **Игры с гиперактивными детьми**

*«Найди отличие», «Съедобное несъедобное», «Запрещенное движение», «Кричалки - шепталки-молчалки», «Передай мяч», «Слушай хлопки», «Замри», «Морские волны», «Ловим комаров» и т. д.*

“Час тишины и час “можно””

Цель: дать возможность **ребенку** сбросить накопившуюся энергию, а взрослому — научиться управлять его поведением. Договориться с **ребенком**, что, когда он устанет или займется важным делом, в комнате будет наступать час тишины. Он должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать. Но в награду за это иногда у него будет час “можно”, когда ему разрешается прыгать, кричать, бегать и т. д.

“Часы” можно чередовать в течение одного дня, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в вашей доме.

Игры за столом

*«Многоножки»*

Перед началом игры руки находятся на краю стола. По сигналу взрослого многоножки начинают двигаться к противоположному краю стола или в любом другом, заданном направлении. В движении принимают участие все пять пальцев.

“Двуножки”

Игра проводится аналогично предыдущей, но в гонках” участвуют только 2 пальца: указательный и средний. Остальные прижаты к ладони. Можно устраивать гонки между “двуножками” левой и правой руки, между двуножками” мамы и папы.

“Ушки на макушке”

Прежде чем начать с **ребенком играть в "Ушки на макушке"**, узнайте, как он понимает смысл этого выражения применительно к людям. Если окажется, что переносный смысл этой фразы остается для малыша неясным, поясните ему сами образное выражение: о людях так говорят, когда они внимательно прислушиваются. А в применении к животным данная фраза имеет прямой смысл, так как, прислушиваясь, звери обычно приподнимают уши.

Теперь можно объяснять правила игры. Вы будете произносить самые разные слова. Если в них слышится определенный звук, например [с], или тот же звук, но мягкий, то **ребенок** должен немедленно встать. Если же вы произносите слово, где этот звук отсутствует, то **ребенку** следует оставаться на своем месте.

Примечание. Эта игра развивает слуховое внимание, то есть внимание к звукам. Поэтому она будет очень полезна тем детям, которые готовятся к поступлению в школу и только начинают учиться читать и писать. Для ребят, у которых имеются какие-либо логопедические трудности, особенно нарушения фонематического слуха (что должен установить логопед, такая игра может стать не только развивающей внимание, но и корректирующей некоторые недостатки развития.

Желаю Вам успехов!