МДОУ «Детский сад № 158»

Консультация на тему:

*«Советы родителям гиперактивных детей»*

Подготовила учитель – дефектолог:

**Большакова К. Л.**

 **Гиперактивность** представляет собой совокупность симптомов, связанных с чрезмерной психической и моторной активностью. Диагноз «гиперактивность» обычно ставится, когда родители жалуются, что ребёнок слишком подвижен, непоседлив и плохо себя ведёт, его руки и ноги в постоянном движении, он ёрзает на стуле, не успокаивается ни на минуту и не способен концентрировать взгляд на чём – то одном. Однако не существует точного определения данного состояния или особого теста, который бы однозначно подтверждал диагноз. Как правило, двигательная расторможенность начинается в младенчестве или в возрасте двух – трёх лет. Подобное состояние часто сопровождается нарушением сна.

В возникновении гиперактивности, по мнению большинства специалистов, важнейшую роль играют те факторы, которые сказываются на развитии головного мозга в период беременности, родов и младенчества. Это могут быть инфекции, травмы, токсикоз, нервные стрессы у будущей мамы, приём некоторых лекарственных препаратов во время беременности, преждевременные или трудные роды. Иногда можно говорить о гиперактивности как наследственной черте.

 Гиперактивные дети нуждаются в строгом режиме, вся их деятельность должна носить максимально регулярный характер. Чтобы малыши охотно занимались и добивались успеха там, где прежде терпели только неудачу, им нужна частая похвала, ободрение и особое внимание. Хорошо отдать ребёнка в спортивную секцию. Показаны такие виды спорта, в которых необходимо соблюдать правила, контролировать себя, взаимодействовать с другими игроками (хоккей, футбол, баскетбол и др.). По мере роста и взросления симптомы гиперактивности ослабевают.

**Полезные советы родителям гиперактивных детей:**

1. Проявляйте последовательность в соблюдении установленных правил и в применении мер наказания.
2. Следите за своей речью, старайтесь говорить медленно, спокойным тоном.
3. Держите, по возможности, свои эмоции в охлаждённом состоянии, укрепляя нервы для того, чтобы выдержать ожидаемые эксцессы. Обращайте внимание и реагируйте на любые проявления позитивного поведения детей, как бы незначительны они не были.
4. Избегайте непрерывного отрицательного реагирования. Старайтесь реже говорить: «Нет», «Прекрати», «Нельзя».
5. Отличайте формы поведения, которые вам не нравятся, от личностных качеств своего ребёнка. Например, можно сказать так: «Я тебя люблю, но мне не нравится, что ты растаскиваешь грязь по всему дому».
6. Предлагайте малышу четкое расписание повседневных дел. Составьте распорядок дня, в котором определите время утреннего подъёма, еды, игры, просмотра телевизора и др. Следуя расписанию, проявляйте гибкость и упорство, так как ребёнок всё равно будет его нарушать. Постепенно такая организация жизни будет действовать на него успокаивающе. Он обретёт уверенность и сможет в дальнейшем много делать самостоятельно.
7. Учите ребёнка выполнять новые и сложные задания, используя для этого сочетание практических действий с коротким, ясным объяснением в спокойном тоне. Повторяйте эти уроки, пока он не научится выполнять их так, как надо.
8. Постарайтесь выделить для ребёнка комнату или её часть, которая будет его собственной, особой территорией. Избегайте при этом ярких цветов и сложных композиций в её оформлении. Поставьте рабочий стол так, чтобы малыш видел перед собой пустую стену, на которой ничего его не отвлекает.
9. Предлагайте ребёнку не больше одного дела одновременно; давайте ему только одну- единственную игрушку; когда малыш садится выполнять задания, уберите со стола всё лишнее, выключите радио и телевизор.
10. Определите для ребёнка круг обязанностей, которые имеют существенное значение для его развития. Задания должны быть в пределах его возможностей, а исполнение обязанностей следует держать под постоянным наблюдением и контролем. Всегда хвалите ребёнка, даже если результаты далеки от совершенства.
11. Старайтесь расшифровать сигналы, предупреждающие о возможности взрыва в поведении ребёнка. Спокойно вмешайтесь в ситуацию, чтобы избежать неприятностей. Постарайтесь отвлечь малыша и обсудить возникшую конфликтную ситуацию.
12. Ограничивайте число товарищей по играм одним, самое большее двумя детьми одновременно из – за того, что ребёнок легко возбуждается. Лучше всего приглашать детей к себе в дом, так как здесь можно обеспечить контроль за ситуацией и влиять на направление игры.
13. Старайтесь не проявлять к ребёнку излишней жалостливости, не надоедайте ему расспросами, не обнаруживайте своих страхов за него, но не допускайте и всепрощения. Помните, что его нервная система находится в особом состоянии, но она поддаётся управлению и улучшению.
14. Не забывайте о лекарствах, которые выписаны малышу. Следите за их воздействием на ребёнка и сообщайте об этом лечащему врачу.

Признаки гиперактивности наблюдались у множества известных людей: Эдисона, Линкольна, Дали, Моцарта, Пикассо, Диснея, Шоу, Ньютона, Пушкина и др.