

Консультация для родителей:

«Гиперактивность — что это? Как помочь гиперактивному ребёнку»

В первую очередь это медицинский неврологический диагноз. Наш мозг развивается неравномерно и процессы возбуждения формируются раньше, чем процессы торможения практически у всех. Например, мы наблюдаем, что малыш, бегаёт, веселится, балуется и считаем, что всё в порядке, как вдруг! Начинаются капризы, истерика... Что же случилось? Ребёнок переутомился. Он бегаёт не потому что полон сил, а наоборот, потому что истощён и не может остановиться. И истерика – это крайнее проявление этого утомления. Такое случается со всеми детьми, и они не обязательно являются **«гиперактивными»**. Это может быть просто разрешаемое взрослыми поведение: *«избалованность»* или *«педагогическая запущенность»*. Поэтому, если у вас есть подозрение, что с вашим малышом что-то не так: посетите врача-невролога, который проведёт специальную диагностику и примет решение – нужны ли медицинские препараты или достаточно только педагогического воздействия.

Основным признаком **гиперактивности** является дефицит внимания (врачи так и пишут: «синдром дефицита внимания с **гиперактивностью** (СДВГ)»). Ребёнок не может долго удерживать внимание (задаёт много вопросов, но не слышит ни одного ответа, не слышит, что ему говорят (восприятие исключительно речевой инструкции формируется к 5-6 годам, совершает импульсивные поступки (и не может их объяснить, двигательно расторможен (*не сидит и не стоит спокойно, отвлекается сам и мешает окружающим*)).

Дети с **гиперактивностью** *«неудобны»* для взрослого: они отвлекают на себя внимание как самого педагога, так и других детей. И чаще всего реакция на поведение такого ребёнка: окрик, замечание, в лучшем случае – тактильный контакт (*обнять, взять за руку*). Этим детям требуется больше внимания взрослого, ведь не нужно забывать, что ребёнок просто не может вести себя так, как нам хочется, ему нужна наша помощь и поддержка, а не замечания.

Чтобы помочь, **гиперактивному** ребёнку необходим комплекс мер:

Во-первых, это медицинская консультация.

Во-вторых, собственно педагогические воздействия. В каждом конкретном случае это могут быть разные меры. Однако, основополагающие принципы таковы:

- Режим дня, как можно более чёткий. Если у вас запланированы мероприятия в выходной день, постарайтесь найти время, чтобы ребёнок всё равно смог отдохнуть и успокоиться.

- Система разрешений и запретов. Причём запретов должно быть немного, они должны быть объяснены и иметь форму правил. Например: *«когда мы переходим через дорогу, нужно держать меня за руку»*. И объяснения: *«потому что на дороге опасно / потому что я за тебя волнуюсь...»*. И правило выполняется всегда. Если ребёнок делает что-то не то, лучше говорить не *«нельзя»*, а *«можно, только другое»*.

- Снизить нагрузку на ребёнка: давать больше перерывов, уменьшать время занятия, не требовать педантичности и аккуратности в начале работы. Отмечать не то, что не получилось, а то, что выполнено правильно. И вся работа получается лучше, если ребёнок ещё не устал: с утра, в начале занятия.

- Дать ребёнку возможность быть успешным, найти то, за что его можно похвалить.

- Чаще использовать тактильный контакт: (*объятия, пальчиковые игры, массажи*).

Все эти правила можно применять к любому ребёнку, независимо есть ли у него диагноз **«гиперактивность»** или нет.