Консультация для родителей

из опыта работы с гиперактивными детьми

Подготовила учитель-логопед Рулева Анна Олеговна

Что делать, если ваш ребенок гиперактивен?

Практические рекомендации по общению родителей с гиперактивными малышами

- Важно стараться строить взаимоотношения с ребенком по принципу позитивной модели.
- Не забывайте заслуженно хвалить ребенка, подчеркивать его успехи. Это поможет укрепить его уверенность в своих силах.
- В основном избегайте слов «нет», «нельзя», категорических запретов должно быть не много.
- Не давайте несколько заданий сразу. Одна инструкция на определенный участок времени, чтобы малыш мог ее завершить. Проконтролируйте выполнение задания. Подкрепляйте устные задания зрительной стимуляцией. Не имеет смысл повышать голос, т.к. ребенок Вас «не слышит», его мозг устал. Если речь взрослого будет спокойна, то ребенок начнет прислушиваться. При общении с ребенком важен зрительный контакт, желательно на уровне глаз ребенка.
- Поощряйте все виды деятельности, требующие концентрации внимания (кубики, чтение, рисование).
- Поддерживайте четкий распорядок дня и в выходные дни. Обязателен дневной сон!

- По возможности избегайте детей в местах скопления людей. Ограничьте прием гостей дома, т.к. это приводит к переутомлению и перевозбуждению малышей, нарушениям сна.
- Во время игр ограничивайтесь одним партнером.
- Оберегайте ребенка от утомления, т.к. снижается самоконтроль и повышается гиперактивность.
- Ограничивайте просмотр телепередач и время проведенное ребенком за компьютером.
- Важно, обеспечить ребенку достаточный ночной сон.
- Реализация двигательной активности ребенка должна быть рациональной: пешие прогулки, спорт. Рекомендуются виды спорта, где нет проявления импульсивности (лыжи, катание на велосипеде, плавание).

Помните, что присущая детям гиперактивность хоть и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем.