



**ШПАРГАЛКА  
ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ  
ИЛИ КАК ОБЩАТЬСЯ  
С ГИПЕРАКТИВНЫМИ  
ДЕТЬМИ**

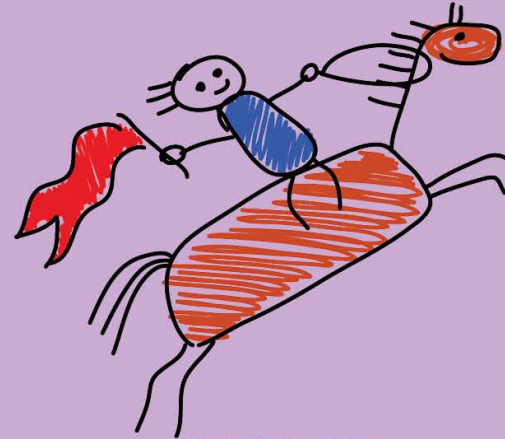
**ПРОФИЛАКТИКА ОТКЛОНЕНИЙ  
В РАЗВИТИИ ДОШКОЛЬНИКОВ**



## РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ.

Родители нередко испытывают трудности при общении с гиперактивными детьми. Некоторые стремятся дисциплинарными методами победить непослушание сына или дочери – увеличивают нагрузки, строго наказывают за провинности. Другие избирают путь вседозволенности и предоставляют ребенку полную свободу действий.

- В первую очередь родители должны понять, что их чадо столь активно не назло им, и не потому, что не хочет правильно себя вести. Ребенок поступает так неумышленно, поэтому родительские эмоциональные всплески – нападки, ругань и угрозы – могут только навредить.
- Если вы хотите, чтобы малыш выполнил какую-то просьбу, то ее формулировка должна быть предельно ясной и точной.
- Не стоит давать несколько заданий сразу. Лучше последовательно просить выполнить каждое указание.
- Выполнение задания должно быть ограничено конкретными временными рамками. О смене вида деятельности ребенку нужно сообщить заранее – за 10-15 минут, а об истечении срока выполнения задания пусть его оповестит будильник или таймер.
- Запрещая ребенку что-либо, лучше избегать слов «Нет» и «Нельзя». В любой ситуации следует разговаривать спокойно, не на повышенных тонах.
- Устные инструкции стоит подкреплять визуально. Это может быть план-календарь или красочный ежедневник, куда Вы вместе с ребенком будете записывать время приема пищи, выполнения домашних заданий, прогулок и сна.
- Поощрять ребенка следует сразу же, не откладывая на будущее.
- Обдумывая рацион ребенка, отдавайте предпочтение правильному питанию, в котором не будет недостатка витаминов и микроэлементов. Гиперактивному ребенку больше, чем другим детям необходимо придерживаться золотой середины в питании: поменьше жареного, острого, соленого, копченого; побольше вареного, тушеного и свежих овощей и фруктов. Еще одно правило: если ребенок не хочет есть - не заставляйте его!
- Своевременное обращение к специалистам – психологам, неврологам, дефектологам необходимо. Это помогает полностью справиться с проблемой гиперактивности ребенка.



## ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ ГИПЕРАКТИВНОСТИ РЕБЕНКА:

- ПРОБЛЕМЫ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ И РОДОВ
- ИНФЕКЦИИ И ИНТОКСИКАЦИИ В ПЕРВЫЕ ГОДЫ ЖИЗНИ МАЛЫША
- ГЕНЕТИЧЕСКАЯ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЬ

В основе гиперактивности лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД). Именно из-за нее у детей возникают трудности в учебе. Отмечено, что к подростковому возрасту повышенная двигательная активность исчезает, а вот невнимательность и импульсивность, напротив, могут прогрессировать. Кроме того, гиперактивные дети зачастую испытывают трудности с письмом и речью, произнесением сложных слов, скороговорок.

**ГИПЕРАКТИВНОСТЬ** - состояние, при котором активность и возбудимость человека превышает норму. С проявлениями гиперактивности родители могут столкнуться уже с первых дней жизни ребенка:

- дети плохо, беспокойно спят, много плачут
- во время бодрствования очень подвижны, возбуждены
- чувствительны ко всем внешним раздражителям – свету или шуму
- не способны сосредоточиться на одном занятии, внимание рассеяно; например, не хватает терпения дослушать до конца сказку или играть в «тихие» игры, требующие концентрации внимания
- не могут ни минуты спокойно сидеть на стуле, ерзают, шумят

Ситуация усугубляется в детском саду, а позднее и в школе. Занятия требуют крутятся-вертятся, а ребенок дружит-вертится, шумит, отвлекает других детей.

При высоком уровне интеллектуального развития он учится на «тройки», а на уроках ему скучно. Из-за своей импульсивности ребенок часто попадает в разные

переделки, действует, не подумав, в результате чего дневник пестрит замечаниями учителей, а отношения с одноклассниками не складываются.

