

Как вести себя родителям с гиперактивным ребёнком?

- Проконсультироваться с врачом, правильно выполнять все его предписания и дозировать прописанное лекарство.
- Убрать из поля зрения все лекарственные средства и предметы, которые могут причинить ребёнку вред.
- Помнить, что главное лекарство ребёнка – это ваше полноценное общение с ним. Важнее всего мера воспитательных воздействий, система и методика их осуществления.
- Не забывать, что любое разногласие усиливает у малыша негативное проявление.
- Продумать режим дня ребёнка до мелочей. Желательно, чтобы он совпадал с режимом дня в детском саду. Прежде всего самим родителям следует чётко придерживаться этого режима. Важно, чтобы малыш сам хорошо знал, когда он должен встать, когда пойти гулять и т.д.
- Использовать возможность игры в полной мере: дидактические игры (лото, мозаика, и т.д.) и различные конструкторы помогут научиться сосредотачиваться и быть внимательным; подвижные и спортивные игры помогут ребёнку переключить свою энергию в положительное русло. Если вы хотите, чтобы ваш ребёнок занимался каким-либо видом спорта. Лучше, если, это будут плавание, бег, велосипедный спорт; сюжетные игры помогут вашему ребёнку научиться налаживать контакт со сверстниками. Займитесь с ребёнком рисованием. Начинайте с листа большого формата с постепенным переходом к маленькому.
- Читать вместе с ребёнком его любимые сказки.
- Лучше ограничить пребывание ребёнка в больших и шумных компаниях взрослых и детей. Интенсивного общения со

сверстниками в течение дня в детском саду ему вполне достаточно.

- Стараться делать так. Чтобы в процессе игр ребёнок взаимодействовал с какой-нибудь одной игрушкой, чтобы другие не отвлекали его внимания.
- Учиться владеть собой, исключить крик из вашего общения с ребёнком. Вербальная и телесная агрессия вызывает обычно такую же ответную реакцию.
- Не замыкаться в себе, поговорить об особенностях вашего малыша с воспитателями группы. Другими специалистами. Помните, что они ваши союзники и желают лишь добра вашему ребёнку.
- Поручить ребёнку часть посильных домашних дел, которые ему необходимо выполнять ежедневно. Ни в коем случае не выполнять их за него.
- Завести дневник контроля и отмечать в нём вместе с ребёнком его успехи в детском саду и дома. Продумать графы и знакомую систему, которая наглядно демонстрировала бы ребёнку его успехи.
- Ввести бальную систему или знаковую систему вознаграждения, с помощью которой вы сможете отметить каждый хороший поступок.
- Стараться ставить реальные задачи перед малышом. Не навязывайте жёстких правил. Ваши указания должны быть именно указаниями. А не приказами.
- Вызывающее поведение вашего ребёнка – это способ привлечь ваше внимание. Дайте ему больше времени. Учите его правилам взаимодействия.

- Оберегать ребёнка от переутомления, которое приводит к снижению самоконтроля.
- Стараться создавать дома спокойную атмосферу.
- Следить за сном ребёнка, он должен высыпаться.
- Развивать в ребёнке осознанное торможение. Перед тем, как что-либо сделать, ему необходимо подумать, представить свои действия.
- Не забывать, что ваше спокойствие – лучший пример для ребёнка.
- Использовать физическую нагрузку для расходования физической энергии, но не переутомлять ребёнка.
- Найти занятие, в котором бы ребёнок хорошо разобрался. Это увлечение должно стать «полигоном успеха», в котором у него будет повышаться уверенность в себе. Главное, чтобы это занятие было действительно интересным для малыша.