

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ИРКУТСКАЯ ОБЛАСТЬ

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА БРАТСКА



МБОУ ДОД
«ДШИ №2» МО г. Братска

серия:

- **памяток;**
- **рекомендации;**
- **советов.**

Библиотека для родителей

Выпуск

№3



**2013г
г. Братск**



РЕКОМЕНДАЦИИ

**для родителей
по воспитанию
гиперактивных
детей**

дошкольного возраста

В своих отношениях с ребёнком поддерживайте позитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчёркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребёнка в своих силах.

1. Избегайте **повторения** слов «нет» и «нельзя».
2. Говорите сдержанно, спокойно, мягко. (Окрики возбуждают ребёнка).
3. Давайте ребёнку только **одно задание** на определённый отрезок времени, чтобы он мог **его завершить**.
4. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
5. Поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, конструктором, настольными играми, раскрашивание, чтение).

6. Поддерживайте дома чёткий распорядок дня. Время приёма пищи, выполнения домашних дел сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.
7. Избегайте по возможности скоплений людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребёнка чрезмерное стимулирующее действие.
8. Оберегайте ребёнка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
9. Давайте ребёнку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – прогулки, бег, спортивные занятия (гимнастика, плавание, теннис, но не борьба или бокс, т.к. эти виды спорта травматичны).

**ПОМНИТЕ О ТОМ,
ЧТО ПРИСУЩАЯ ДЕТЯМ ГИПЕРАКТИВНОСТЬ**

**МОЖЕТ УДЕРЖИВАТЬСЯ
ПОД РАЗУМНЫМ КОНТРОЛЕМ
С ПОМОЩЬЮ
ПЕРЕЧИСЛЕННЫХ МЕР.**

