**Уважаемые родители!**
Мы готовы ответить на вопросы, связанные с развитием, образованием и воспитанием ваших детей, и оказать вам консультативную помощь на безвозмездной основе.

Услуги психолого-педагогической, методической и консультативной помощи по вопросам развития, обучения и воспитания ребёнка оказываются опытными и высококвалифицированными специалистами: педагогами-психологами, учителями-логопедами, учителями-дефектологами, социальными педагогами, методистами, учителями.

Специалисты будут работать с вами по вашему запросу и по интересующей вас тематике.

Вы сможете оценить качество оказанной услуги:
- заполнив анкету при встрече со специалистом;
- направив отзыв через сайт службы

Нам важно ваше мнение!

Мы надеемся на активное сотрудничество с вами!

Изготовлено за счёт гранта в рамках реализации мероприятия Государственная поддержка некоммерческих организаций в целях оказания психолого-педагогической, методической и консультативной помощи гражданам, имеющим детей федерального проекта «Современная школа» национального проекта «Образование»

**Контакты:**

Единый телефон краевой службы консультативной помощи родителям (законным представителям) по вопросам развития и образования детей

8-800-700-24-04

660043, г.Красноярск, ул.Гагарина, д.48а

Телефон: +7(963)268-10-90

[http://мыпомогаемродителям.рф](http://мыпомогаемродителям.рф/)



Центр психолого-педагогической, методической и консультативной помощи

«Доброе начало»

email: mdou-16@mail.ru

662150, г.Ачинск, м-он 6, стр.17

Телефон: 8 962 066 15 09

8(39151)7-63-46

<http://Доброеначало.рф>



Служба консультативной помощи родителям (законным представителям) по вопросам развития и образования детей

 Национальный проект

 «Образование»

Федеральный проект «Современная школа»

***Гиперактивный ребёнок***



Центр психолого-педагогической, методической и консультативной помощи

«Доброе начало»

**Гиперактивность** – это состояние, при котором активность и возбудимость ребёнка превышает общепринятые нормы и становится не просто проявлением темперамента, а проблемой для самого ребёнка и окружающих.

Не стоит путать данное состояние с обычным активным поведением у ребенка. Родителям очень важно проанализировать поведение ребенка в динамике, и если у него присутствуют описанные ниже признаки, обратиться за помощью к специалисту.

**Важно отметить,** что все перечисленные симптомы можно расценивать, как признаки гиперактивности только в случае последовательного и постоянного их проявления без видимых на то причин. Если какие-либо признаки проявляются эпизодически и связаны с определенными внешними факторами (болезнь ребенка, стресс и т.д.), то говорить о синдроме гиперактивности не стоит.

 **Признаки проявления гиперактивности у детей:**  *Дефицит активного внимания*  **-** Непоследователен, ребёнку трудно долго удерживать внимание. - Проблемы с концентрацией, легко отвлекается, не может выполнять до конца ни игровые, ни учебные задания. - Не слушает, когда к нему обращаются. - С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его. - Испытывает трудности в организации. - Часто теряет вещи (например, игрушки, школьные принадлежности, карандаши, книги, и.т.д.).

- Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий. – Часто, бывает забывчив в повседневных ситуациях. *Двигательная расторможенность* - Постоянно ерзает. - Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегает, забирается куда-либо). - Находится в постоянном движении. - Спит намного меньше, чем другие дети, даже в младенчестве. - Очень говорлив. *Импульсивность* - Начинает отвечать, не дослушав вопроса. - Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает разговор. - Плохо сосредотачивает внимание. - Не может дождаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза) - Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабоуправляемое правилами. - Не способен сдерживать сильные эмоции, подвержен частым вспышкам гнева и истерикам. - При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты: на некоторых занятиях спокоен, на других – нет, на одних занятиях успешен, на других – нет.

**Рекомендации родителям по воспитанию гиперактивных детей:** 1.В своих отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Избегайте жёсткости наказаний, всегда хвалите ребёнка, когда он этого заслуживает. 2. Избегайте повторений слов «нет» и «нельзя». 3. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить. Избегайте завышенных или, наоборот, заниженных требований к ребёнку. Старайтесь ставить перед ним задачи, соответствующие его способностям. 4. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию. 5. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие сосредоточенности, усидчивости, концентрации внимания . 6. Поддерживайте дома четкий распорядок дня и терпеливо требуйте его соблюдения, особенно режима сна. 7.Ограничивайте пребывание ребёнка в больших компаниях. Не провоцируйте ребёнка на шумные игры с участием других детей. 8.Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные занятия. 9. Помогите найти ребёнку какое-то увлечение, хобби. Помогите найти ребёнку какое-то увлечение, хобби. Однако перегружать ребёнка занятиями в разных кружках, где есть значительные нагрузки на память и внимание не следует.

10. Создайте необходимые условия для работы. Постарайтесь выделить для ребенка комнату или ее часть для занятий, игр, уединения. В оформлении желательно избегать ярких цветов, отвлекающих сложных композиций, ребенок сам не в состоянии сделать так, чтобы ничто постороннее его не отвлекало. 11. Оберегайте ребёнка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию двигательной подвижности.

***При подготовке буклета использовались материалы из различных источников в сети Интернет***