

ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК.



В последнее время родители, воспитатели и учителя всё чаще сталкиваются с детьми, двигательная активность которых выходит за рамки представлений о просто подвижном ребёнке. Большинство детей отличаются подвижностью, импульсивностью, эмоциональностью.

Родители жалуются на то, что ребёнок не даёт им покоя – он постоянно вмешивается в разговоры взрослых, с ним всё время что-то случается, а для того, чтобы добиться послушания, приходится повышать голос, но замечания и наказания не приносят результатов. Гиперактивное поведение начинает проявляться после 4 лет и продолжается до подросткового возраста.

Наиболее сложный период жизни гиперактивных детей связан с поступлением в школу. Несмотря на то, что после 7 лет дети становятся более усидчивыми, проблемы продолжают, и на первый план выступает так называемый «дефицит внимания». Детям с гиперактивностью трудно сосредоточить внимание и удержать его на чём-то одном, трудно запоминать и выполнять инструкции педагога.

Какую помощь ребёнку мы можем оказать при выявлении у него нарушений внимания, сочетающихся с гиперактивностью?

Во-первых, необходимо обратиться за консультацией к психоневрологу для постановки точного диагноза.

Во-вторых, следует помнить и принимать во внимание, что чрезмерная болтливость и недисциплинированность не являются умышленными, ребёнок в этом не виноват.

Рекомендации для родителей по воспитанию гиперактивных детей:

1. 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 собственных силах.
2. Избегайте повторений слов «нет» и «нельзя».

3. Говорите сдержанно, спокойно, мягко.

4. Давайте ребёнку только одно задание на определённый промежуток времени, чтобы он мог его завершить.

5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

6. Поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, конструктором, настольными играми, раскрашивание, чтение).

7. Поддерживайте дома чёткий распорядок дня.

8. Избегайте посещения мест скопления людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребёнка чрезмерное стимулирующее действие.

9. Во время игр ограничивайте ребёнка лишь одним партнёром. Избегайте шумных приятелей.

10. Оберегайте ребёнка от утомления, по сколько оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

11. Давайте ребёнку расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – бег, прогулки, спортивные занятия.

12. Помните о том, что присущая детям гиперактивность может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

ГОУ детский сад №1321
СВАО г. Москвы