

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Детский сад №17 «Буратино»**



**Консультация для родителей
на тему: «Правила работы с гиперактивными детьми»
Педагог-психолог: Алиханова Эйнара Гасановна**

г. Каспийск 2023г.

Сегодня мы с вами поговорим о непростой, но очень важной теме — как правильно поддерживать и помогать гиперактивным детям.

Такие дети часто кажутся родителям и педагогам неудобными: они суетливы, невнимательны, легко возбуждаются, часто нарушают правила. Но за этой внешней неорганизованностью скрывается огромный внутренний мир — любознательный, открытый, невероятно энергичный.

Наша задача — не "сломать" активного ребёнка, не заставить его "быть как все", а помочь ему научиться управлять своей энергией, справляться с эмоциями и развивать свои сильные стороны.

Кто такие гиперактивные дети?

Гиперактивные дети — это дети с повышенной двигательной активностью, импульсивностью и дефицитом внимания.

Характерные особенности:

- Ребёнок постоянно в движении: бегают, прыгает, крутится, даже когда нужно сидеть спокойно.
- Ему сложно долго концентрировать внимание на одном деле.
- Он часто перебивает, не дослушивает до конца, быстро теряет интерес.
- Может быть импульсивным: сначала делает — потом думает.
- Часто испытывает трудности в соблюдении правил и режимных моментов.

Важно понимать: гиперактивность — это не капризы и не «плохое воспитание». Это особенность работы нервной системы, которая требует особого подхода.

Как мы можем помочь гиперактивному ребёнку?

1. Чёткие и понятные правила

Гиперактивным детям особенно важно знать границы. Причём правила должны быть:

- Короткими
- Ясными
- Понятными

Например: вместо «Веди себя хорошо», лучше сказать: «На занятии мы сидим на стуле и слушаем.»

Повторяйте правила регулярно, спокойно, без раздражения. Важно не количество правил, а их последовательность и неизменность.

2. Структура дня

Гиперактивному ребёнку очень помогает режим. Когда день состоит из предсказуемых блоков (утро — зарядка — завтрак — прогулка), ребёнку проще ориентироваться и собираться.

Совет: Используйте визуальные подсказки — картинки или схемы дня. Это снижает тревожность и помогает не забывать важные моменты.

3. Дробление заданий

Большие задачи пугают и рассекают внимание. Делите задания на маленькие шаги.

Например: вместо «Убери игрушки», скажите: «Сначала собери машинки в коробку. Когда закончишь — скажи мне.»

Похвалите ребёнка за каждый выполненный этап — это очень важно для поддержания мотивации.

4. Физическая активность — обязательно!

Энергия гиперактивного ребёнка должна находить выход.

- Включайте в день активные игры, прогулки, занятия спортом.
- Делайте маленькие «физкультминутки» даже во время выполнения домашних дел или уроков.

Важно: движение для гиперактивного ребёнка — это необходимость, а не баловство!

5. Спокойная и доброжелательная атмосфера

Дети с гиперактивностью очень чувствительны к настроению взрослых.

- Старайтесь говорить спокойным, ровным голосом.
- Избегайте криков, угроз и упрёков.
- Поддерживайте позитивный настрой даже в трудных ситуациях: "Ничего страшного, давай попробуем ещё раз."

6. Поощрение, а не наказание

Гиперактивные дети часто сталкиваются с критикой. Очень важно чаще ловить ребёнка на успехах и отмечать их:

- "Как здорово, что ты сейчас спокойно сидел за столом!"
- "Я вижу, ты старался слушать внимательно — молодец!"

Наказания и частые замечания только усиливают тревожность и вызывают ещё больше трудностей в поведении.

На что обратить особое внимание?

- **Импульсивность.** Постарайтесь заранее обговорить с ребёнком ожидаемые действия: "Когда мы войдём в магазин, мы будем идти рядом и говорить тихим голосом."
- **Эмоции.** Гиперактивные дети часто не умеют регулировать эмоции. Учите их этому: "Я вижу, ты сердишься. Давай вместе подышим глубоко."
- **Самооценка.** За частыми замечаниями может прятаться растущее чувство "я плохой". Очень важно формировать у ребёнка уверенность: "Ты хороший. Ты учишься справляться. Я рядом."

Практические советы для родителей

- Говорите короткими, ясными фразами.
- Смотрите в глаза ребёнку, когда обращаетесь к нему.
- Давайте пошаговые инструкции.
- Делайте короткие перерывы между заданиями.
- Используйте таймеры и визуальные напоминания.
- Хвалите конкретные действия, а не общие качества: не "Ты молодец", а "Ты аккуратно убрал игрушки".
- Уважайте особенности ребёнка. Не сравнивайте его с другими детьми.

И ещё один важный момент...

Гиперактивный ребёнок — это не проблема. Это — личность со своими особенностями и огромным потенциалом.

Ваше принятие, терпение, ваша вера в него способны творить чудеса.

Порой путь к успеху будет непростым, будут усталость и сомнения. Но каждый маленький шаг — это большой вклад в развитие самостоятельности, уверенности и счастья вашего ребёнка.

Заключение

Работа с гиперактивным ребёнком требует от взрослых особой мудрости и любви. Давайте будем не теми, кто гасит активность детей, а теми, кто помогает им научиться управлять собой, раскрыть свои лучшие качества и идти по жизни с радостью!

Спасибо вам за ваше терпение, доброту и желание понимать своих детей!