**Откуда берутся гиперактивные дети?**



У Непоседы ручки -

Хваталки и липучки.

У Непоседы ножки -

Две шустрые рыбешки.

У Непоседы глазки -

Хитрей таежной ласки.

У Непоседы язычок

Во рту стрекочет, как сверчок!

А. Кымытваль

В последнее время появляется все больше детей «непосед». Они не могут посидеть на месте, реагируют на все звуки, хватаются за всё сразу и бросают дела незаконченными.

Непоседы не слышат обращенную к ним речь взрослого, постоянно теряют вещи, перебивают собеседника, нетерпеливы и невнимательны. Они без умолку болтают, не подчиняются правилам, не умеют общаться с детьми и взрослыми.

Это вполне нормальное поведение для младшего дошкольника. Но если так поступает ребенок 6-7 лет в любой обстановке, то скорее всего ему присуща гиперактивность. В науке такое явление называется синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ).

Н.Н. Заваденко в своих работах выделяет **3 причины появления гиперактивности у ребенка:**

1. 84% - повреждение нервной центральной системы в период беременности и родов (инфекции, действие лекарств, угроза выкидыша, кесарево сечение, затяжные роды, отравление наркозом, родовые осложнения и т.д.);
2. 63% - негативно окрашенные внутрисемейные отношения (крики, ссоры, унижения и т.д.);
3. 57% - генетическая предрасположенность.

Синдром дефицита внимания и гиперактивности в легкой форме не сказывается на здоровье ребенка, но вызывает трудности при поступлении в детский сад и в школу. Дошкольнику сложно смириться с дисциплиной, трудно усвоить материал занятий, тяжело общаться с детьми.

**Рекомендации для родителей гиперактивных детей доктора Д.Реншоу.**

1. Будьте последовательны в соблюдении установленных правил.

2. Следите за своей речью, говорите медленно, спокойным тоном.

3. Старайтесь держать свои негативные эмоции «при себе».

4. Избегайте непрерывного отрицательного реагирования («Нет», «Прекрати», «Нельзя»). Например, советую говорить так: «Я тебя люблю, но мне не нравится, что ты растаскиваешь грязь по всему дому» или «Мы пойдем на улицу, когда потеплеет. Сейчас холодно.».

5. Составьте и соблюдайте четкий распорядок дня.

6. Периодически усложняйте для ребенка любые задания.

7. В комнате ребенка избегайте любых раздражителей. Простота, ясные, спокойные цвета и порядок помогают сконцентрировать внимание.

8. Предлагайте ребенку не больше одного дела одновременно.

9. Старайтесь расшифровывать сигналы, предупреждающие о возможности взрыва в поведении ребёнка. Спокойно вмешивайтесь в ситуацию, чтобы избежать неприятностей. Постарайтесь отвлечь его и спокойно обсудить возникшую конфликтную ситуацию. В этих случаях полезно увести ребёнка на несколько минут из зоны конфликта в «священную рощу» - его комнату.

10. Ограничивайте число товарищей по играм одним, самое большее двумя детьми одновременно из-за того, что ребёнок слишком легко возбуждается. Лучше всего приглашать детей к себе в дом, так как здесь вы можете обеспечить контроль за ситуацией и влиять на направление игры или занятий. Объясните маленьким гостям правила, действующие в вашем доме.

11. Старайтесь не проявлять к ребёнку излишней жалостливости, не надоедайте ему расспросами, не обнаруживайте своих страхов за него, но не допускайте и всепрощения. Помните, что его нервная система находится в особом состоянии, но она поддаётся улучшению и управлению.

12. Следите, чтобы ребенок выполнил задание от начала до конца. Хвалите за малейшие успехи. Будьте внимательны, терпеливы и спокойны в разговоре с ребенком.

**В помощь родителям: игры и занятия для гиперактивных детей.**

При обучении у гиперактивных детей возникают трудности в обучении, что связано с невнимательностью, неусидчивостью, эмоциональностью, неразвитой мелкой моторикой.

Поэтому чаще с детьми лепим (пластилин, тесто, глина), рисуем (пальчиками, ватными палочками, кусочками поролона), делаете поделки из крупы (горох, фасоль, рис, гречка, манка). Также для развития мелкой моторики и уравновешивания нервной системы полезно рвать газету на тонкие полоски двумя пальцами, складывать фигурки из спичек, рисовать фигурки на песке или на противне с манной крупой.

Чтобы развить наблюдательность и внимание придумываем игры, где можно найти отличия. Например, ребенок рисует картинку, отворачивается, а взрослый дорисовывает какой-то элемент. Можно ставить перед ребенком несколько игрушек и потом, что-то убирать, добавлять или менять местоположение.

Игры «Съедобное-несъедобное», «Да и нет не говорить» как раз развивает внимательность. По этому образу можно называть овощи-фрукты, птицы-животные, цветы-деревья и т.д.

Чтобы развить координацию движений вместе с вниманием играйте в подвижные игры с правилами («Кошки-мышки», «Море волнуется раз», «Продавец красок»). Можно поиграть в игру «Летает – не летает» (взрослый называет слова, а ребенок поднимает или опускает руки в зависимости от названного предмета), «Руки-ноги» (взрослый постоянно меняет движения, а ребенок должен повторить: ноги вместе - руки врозь, ноги врозь - руки вместе, ноги врозь - руки врозь).

Приучайте ребенка к дисциплине и общению с детьми. Для этого подойдут любые коллективные игры с правилами. Можно поиграть в «Кричалки-шепталки-молчалки» (Из картона делаете детские красную, желтую и зеленую ладошку. При показе взрослым красной ладони можно громко говорить, при желтой – шептаться, а при зеленой – молчать. Заканчивать игру следует «молчалками».)

Понаблюдайте за своим ребенком. Посмотрите, сколько времени ему нужно для выполнения задания. Сколько времени он концентрируется на занятии и когда начинает отвлекаться. Ежедневно увеличивайте время на 1-2 минуты. Занимаясь с гиперактивным ребенком ежедневно по 20 минут, через два месяца вы получите первые улучшения.