**Советы в воспитании гиперактивных детей.**

- Узнать причину гипердинамичности ребёнка. Проконсультироваться с нужным специалистом: болезнь это или нет, следствием каких причин это является.

- Если гиперактивность обусловлена болезнью, необходимо выполнять все предписания врача и правильно дозировать лекарственные средства,не прерывать лечение.

-Всё то, что может вызвать в доме и в классе «любознательность» ребёнка ,последствием которой будет детский травматизм, родители должны убрать хотя бы из поля зрения.

- Самое главное -это общение с ним, адаптация к дальнейшей жизни.

-Любое разногласие в семье и в школе в вопросах воспитания такого ребёнка усиливает его отрицательные качества. Поэтому между членами семьи и между родителями и педагогами не должно быть недосказанности, непонимания.

- Постарайтесь продумать режим дня ребёнка до мелочей. Старайтесь следовать режиму. Пусть ваш ребёнок чётко знает, когда он должен встать, поесть, выучить уроки, пойти погулять ,играть с друзьями. Сами не засиживайтесь в гостях.

-Друзей у вашего ребёнка должно быть мало: чем больше будет товарищей по играм, тем больше он будет возбуждаться с ними. Старайтесь, чтобы среди них не было таких же гиперактивных детей. Общение с ними увеличит отрицательный эффект.

-Игра для вашего ребёнка-главное лекарственное средство. Не жалейте времени на игры с ребёнком.

-Старайтесь приобщать ребёнка к подвижным и спортивным играм, в которых можно разрядиться от бьющей ключом энергии.

-Учите его правилам игры и соблюдению условий. Ребёнок должен научиться планировать свою игру, чтобы планирование важнейших дел потом смогло войти в привычку.

- Гиперактивного ребёнка с ранних лет желательно занять каким-то видом спорта, доступным его возрасту и темпераменту.

-Не путайте гиперактивность с темпераментом ребёнка, особенно тогда, когда в семье ребёнок-холерик.

--Чтобы выработать у гиперактивного ребёнка хоть какую-то усидчивость, необходимо приучать его играть помимо шумных игр в тихие настольные: конструктор, мозаику, лото, домино…Они учат концентрировать внимание.

- Гиперактивного ребёнка можно отвлечь от «двигательной бури» рисованием, рукоделием и чтением любимых книг.

- Не раздражайтесь, если ваш ребёнок всё делает наоборот. Спокойно повторите ему снова своё задание, объясните суть и покажите ещё и ещё раз.

- Запомните, что все старания гиперактивного ребёнка и даже слабые попытки что-то сделать, о чём вы просили, необходимо сразу поощрить, даже если они не имеют ожидаемого результата.

-Чтобы создать условия для концентрации внимания во время его деятельности, необходимо убрать лишнее, что может попасть ему на глаза.

- Просмотр телевизора необходимо минимально ограничить. Ни в коем случае ребёнок не должен видеть фильмы ужасов и криминальные истории .

- Не надо приглашать большое количество гостей и брать ребёнка в шумные компании.

-Учите его сдерживать « бурные эмоции» и постарайтесь не выплёскивать свои. Запомните, что ребёнок подражает вам.

- Попытайтесь погасить конфликты, в которые замешан ваш ребёнок, с первой искры. Не ждите, когда дело зайдёт слишком далеко, не бойтесь лишний раз принести извинения.

- Будьте последовательны и в наказаниях, и в поощрениях ребёнка.

- Не забывайте, что наказание словесной ,телесной агрессией обычно вызывает идентичную ответную реакцию у ребёнка. Эффективнее наказывать его лишением свободы действий.

-Если есть возможность, повремените с оформлением ребёнка в школу. Отсроченное обучение- ещё один шанс подготовить его нервную систему к школьному режиму.

- Выберите класс с небольшим наполнением, программа не должна быть повышенного уровня сложности. Умерьте свои амбиции.

- Воспитывайте ребёнка в семье не как придётся, как вздумается каждому, а выработайте совместные действия, правила.

-Давайте задания, которые он сумеет сделать. Или подробно инструктируйте его. Слишком непосильное задание спровоцирует эмоциональную вспышку.

-Не поощряйте ребёнка чрезмерно, не давайте понять, что жалеете его, не балуйте его.

Если вы сумели найти ключик к ребёнку и направили его энергию в необходимое вам русло, безусловно, он преодолеет основные негативные моменты, связанные с его гипердинамичностью.