**Гиперактивность** – это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз, который может быть поставлен только по результатам специальной диагностики.

Основными признаками гиперактивности являются: расстройство (дефицит внимания), импульсивность, двигательная расторможенность.

Часто родители сталкиваются с тем, что их ребенку очень трудно усидеть на одном месте, он много двигается, суетится, вертится, очень громко говорит, часто мешает другим детям и взрослым. Такие дети часто неловки в своих движениях, у них слабая координация, слабый мышечный контроль. Такому ребенку очень трудно сосредоточиться на чем-то одном, он легко отвлекается, задает много вопросов, пытается заниматься несколькими делами одновременно. Многие родители нетерпеливы при общении с такими детьми, они не доверяют им, не могут спокойно выдержать их поведение. Очень часто применяют физические наказания, которые не оказывают положительного влияния на ребенка.

***При воспитании гиперактивного ребенка:***

* ***Используйте метод поощрения.*** За правильное поведение или выполнение какой-либо задачи ребенок может получить вознаграждение. При использовании этого метода следует иметь в виду, что поставленные задачи должны соответствовать возможностям ребенка, а вознаграждение осуществляться незамедлительно.
* ***Постарайтесь избегать скандалов****.* Неусидчивые дети часто отличаются неуравновешенностью. Есть простой способ смягчить эти расстройства. Нужно удалиться куда-нибудь на то время, когда у ребенка возникает вспышка гнева. Когда ребенок увидит, что за ним никто не наблюдает, его раздражение быстро пройдет.
* ***Будьте осторожны в отношении критических замечаний.*** Если даже ваш ребенок не слишком хорошо справляется с чем-либо или ведет себя неидеально, постарайтесь все-таки похвалить его.
* ***Занимайтесь с ним специальными упражнениями.***Многие неусидчивые дети не имеют правильного представления о времени и скорости. Есть специальные игры, которые помогают ребенку научиться внимательно слушать и вовремя решать задачи. С помощью этих игр можно сформировать у ребенка умение действовать не спеша и концентрировать внимание.

***Игры для гиперактивных детей***

***«Слушай хлопки»***

Дети передвигаются в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста», если два раза – позу «лягушки». На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

***«Клубочек»***

Предложить ребенку смотать в клубок яркую пряжу. Сообщить, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только ребенок начинает его сматывать, то сразу успокаивается.

***«Найди отличие»***

Ребенок рисует картинку и передает её взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

«***Кричалки, шепталки, молчанки»***

Из разноцветного картона сделать три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь («кричалку»), можно бегать, кричать; желтую ладонь («шепталка») – можно тихо передвигаться и шептать; на сигнал «молчанка» (синяя ладонь) дети – должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует молчанкой.