***Как надо вести себя родителям с гиперактивным ребенком*.**

1. Главное лекарство ребенка - это ваше пол­ноценное общение с ним. Важнее всего — это мера воспитательных воздействий, система и методика их осуществления.
2. Любое разногласие усиливает у малыша не­гативные проявления.
3. Продумать режим дня ребенка до мелочей. Желательно, чтобы он совпадал с режимом дня в детском саду. Прежде всего, самим родителям чет­ко придерживаться этого режима. Важно, чтобы малыш сам хорошо знал, когда он должен встать, когда пойти гулять и т. д.
4. Используйте возможности игры в полной мере:
   * дидактические игры (лото, мозаика и т. д.) и различные конструкторы помогут ребенку научить­ся сосредоточиваться и быть внимательным;
   * подвижные и спортивные игры помогут ребен­ку переключить свою энергию в положительное русло. Если вы хотите, чтобы ваш ребенок зани­мался каким-либо видом спорта, лучше, если это будет плавание, бег, велосипедный спорт;
   * сюжетные игры помогут вашему ребенку на­учиться налаживать контакт со сверстниками.
5. Займитесь с ребенком рисованием. Начинай­те с листа большого формата с постепенным пере­ходом к маленькому.
6. Читайте вместе с ребенком его любимые сказки.
7. Лучше ограничить пребывание ребенка в боль­ших и шумных компаниях взрослых и детей. Ин­тенсивного общения со сверстниками в течение дня в детском саду ему вполне достаточно.
8. Старайтесь делать так, чтобы в процессе игр ребенок взаимодействовал с какой-нибудь одной игрушкой, чтобы другие не отвлекали его внима­ния.
9. Учитесь владеть собой, исключите крик из вашего общения с ребенком. Вербальная и телес­ная агрессия вызывает обычно такую же ответную реакцию.
10. Не замыкайтесь в себе, поговорите об осо­бенностях своего малыша с воспитателями группы, другими специалистами. Помните, что они ваши союзники и желают лишь добра вашему ре­бенку.
11. Поручите ребенку часть посильных домаш­них дел, которые ему необходимо выполнять еже­дневно. Ни в коем случае не выполняйте их за него.
12. Заведите дневник контроля и отмечайте в нем вместе с ребенком его успехи в детском саду и дома. Продумайте графы и знаковую систему, ко­торая наглядно демонстрировала бы ребенку его успехи.
13. Введите балльную или знаковую систему воз­награждения, с помощью которой вы сможете каж­дый хороший поступок отметить.
14. Старайтесь ставить реальные задачи перед малышом. Не используйте завышенных или зани­женных требований.
15. Четко определите для ребенка рамки дозво­ленного.
16. Не навязывайте жестких правил, ваши ука­зания должны быть именно указаниями, а не при­казами.
17. Вызывающее поведение вашего ребенка — это способ привлечь ваше внимание. Дайте ему по­зитивный способ общения, уделяйте ему больше времени. Учите его правилам взаимодействия.
18. Оберегайте ребенка от переутомления, кото­рое приводит к снижению самоконтроля.
19. Старайтесь дома создать спокойную атмо­сферу.
20. Следите за сном ребенка, он должен высы­паться.
21. Развивайте у ребенка осознанное торможе­ние. Перед тем как что-либо сделать, необходимо подумать, представить свои действия.
22. Ваше спокойствие — лучший пример для ребенка.
23. Используйте физическую нагрузку для рас­ходования физической избыточной энергии, но не переутомляйте ребенка.
24.  Найдите занятие, в котором бы ребенок хо­рошо разбирался. Это увлечение должно стать «по­лигоном успеха», в котором у него будет повышать­ся уверенность в себе. Главное, чтобы это занятие было действительно интересным для малыша.