Активные дети

Активность частенько раздражает взрослых, которым хочется, чтобы все вокруг было «чинным и благонравным». В то же время, для ребенка движение – это и признак, и средство развития и роста, т.е. естественная потребность.

В большинстве своем дети хотят справиться со своими проблемами , потому что видят реакцию взрослых, недовольных их поведением. Но по-настоящему это можно сделать только поняв, действительно ли это проблема, а не естественная потребность ребенка в движении, а так же, выяснив ее причины.

|  |  |
| --- | --- |
| **Как предотвратить проблемы** | **Как справиться с проблемой, если она уже есть** |
| * Важно помочь перевозбужденным детям почувствовать себя уверенно, научить самоконтролю и самоуважению. * Информируйте детей заранее о предстоящих делах : «Сейчас мы оденемся и пойдем гулять .Примерно через час вернемся и будем обедать .Надеваем сапожки , куртку и пойдем». * По возможности , придерживайтесь режима дня –сон, еда , прогулка, в одно и тоже время. * Научитесь видеть положительные стороны в активности ребенка: он быстро включается в действие, быстро выполняет работу * Не предлагайте ребенку занятий , требующих слишком долгого сидения на одном месте | * Слишком энергичному ребенку нужно давать время и возможность выплеснуть свою энергию так , чтобы это не принесло вреда ни ему , ни окружающим: кувыркаться на матраце, пролезать под стульями, сжимать в руке мячик или силомер. * Чтобы помочь активному ребенку сосредоточиться, возьмите его на колени, или придерживайте его рукой за плечи , двумя руками за предплечья. * Как можно чаще , когда ребенок спокоен , давайте ему знать , что его сверхактивное поведение улучшается : «Видишь, ты уже смог надолго сосредоточиться. Наверное , сейчас ты гордишься собой». * Поручайте ему дела, в которых нужно проявление его активности – собрать всех к столу, принести необходимый предмет. |