

## Как распознать гиперактивного ребенка?

Гиперактивный ребенок – это ребенок с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), неврологическими и поведенческими нарушениями, развивающимися в детском возрасте. Поведению гиперактивного ребенка свойственны неусидчивость, отвлекаемость, трудности концентрации внимания, импульсивность, повышенная двигательная активность.

### Симптомы гиперактивного поведения:

- неусидчивость;
- вздрагивает;
- беспокойство;
- импульсивность;
- эмоциональная нестабильность;
- агрессивность;
- несоблюдение правил и норм поведения;
- проблемы со сном

По вопросам, связанным с воспитанием, социализацией, коррекцией детско-родительских отношений, можно получить консультацию педагога-психолога



### Наш адрес:

г.Тамбов, ул. Пензенская, д.62

Тел: 8-9204722964

Эл.почта: [cvrsp@yandex.ru](mailto:cvrsp@yandex.ru)

Сайт: [cvr.68edu.ru](http://cvr.68edu.ru)



## МБУДО «Центр внешкольной работы» Рекомендации для родителей гиперактивных детей



Федеральный  
проект  
«Современная  
школа»

## Причины гиперактивности:

тяжёлая беременность;  
нездоровый образ жизни или курение матери в период ожидания малыша;  
стрессы и переживания, испытываемые будущей матерью;  
внутриутробная асфиксия;  
токсикозы во время вынашивания плода;  
гипоксия



## Рекомендации, которые помогут родителям оптимально организовать жизнь гиперактивного ребенка:

**Запрещайте правильно.** При общении с гиперактивным ребёнком не используйте отрицания, отрицательную частицу «не», слова «нет» и «нельзя». Если Вы что-то запрещаете, сразу предлагайте альтернативу.

**Задачи ставьте чётко.** В общении с ребёнком употребляйте короткие простые фразы, избегая сложных формулировок.

### **Соблюдайте последовательность.**

Гиперактивным, невнимательным детям лучше не давать несколько поручений одновременно, как «переоденься, и сложи одежду, помой руки и скорей садись обедать». Ребёнку будет трудно сразу воспринять всю информацию. Скорей всего, он отвлечётся и забудет выполнить всё, что нужно. Лучше давать поручения одно за другим, сохраняя логическую последовательность.

### **Приучайте к режиму дня.**

Распорядок дня — основа нормальной жизни гиперактивного ребёнка. Ребёнок должен получать достаточное количество времени спать (не менее 8-10 часов в сутки), кушать, заниматься

## Рекомендации, которые помогут родителям оптимально организовать жизнь гиперактивного ребенка:

**Запрещайте правильно.** При общении с гиперактивным ребёнком не используйте отрицания, отрицательную частицу «не», слова «нет» и «нельзя». Если Вы что-то запрещаете, сразу предлагайте альтернативу.

**Задачи ставьте чётко.** В общении с ребёнком употребляйте короткие простые фразы, избегая сложных формулировок.

### **Соблюдайте последовательность.**

Гиперактивным, невнимательным детям лучше не давать несколько поручений одновременно, как «переоденься, и сложи одежду, помой руки и скорей садись обедать». Ребёнку будет трудно сразу воспринять всю информацию. Скорей всего, он отвлечётся и забудет выполнить всё, что нужно. Лучше давать поручения одно за другим, сохраняя логическую последовательность.

### **Приучайте к режиму дня.**

Распорядок дня — основа нормальной жизни гиперактивного ребёнка. Ребёнок должен получать достаточное количество