***«Безобидный» непоседа***

  Давайте поговорим о «непоседливых» и «рассеянных» детях. В чем причина непоседливости и так ли она безобидна? Откуда берутся «рассеянные»? Нужно ли родителям искоренять эти «недостатки» у ребёнка?

Шустрому, непоседливому ребёнку вовсе не хочется огорчать воспитателей и родителей, а уж тем более быть наказанным, но дело   том, что он физически просто не способен  просидеть спокойно более 5 минут. Такие «непоседы», конечно же, доставляют немало проблем родителям и педагогам. Их опасно оставлять одних дома, с ними невозможно ходить в гости, а травм полученных одним таким ребёнком за год с лихвой хватило бы на 20 человек. Немало проблем и с обучением: легко отвлекаемый малыш не может сосредоточиться на правильном выполнении задания, а отсюда – не усвоение программы. Вот и получается: раз ребёнок плохо занимается и плохо себя ведет, он плохой! Подобное заключение и соответствующее отношение часто приводят к тому, что из доброго, умного, но гиперактивного ребёнка вырастает агрессивный шалопай и хулиган.  
***Гиперактивный ребёнок – это ребёнок:***

1) с повышенной энергетикой -  вариант нормального развития, не требующий коррекции;

2) с двигательной расторможенностью (нуждается в психологической помощи).

Как же помочь ребёнку? Как избежать такого печального результата?  
Прежде всего, необходимо определить, что является причиной плохого поведения и низкой успеваемости ребёнка – заурядная невоспитанность или гиперактивность. Для этого ответьте на следующие вопросы, касающиеся вашего ребёнка.

• Часто ли наблюдаются у ребёнка беспокойные движения в кистях рук и стопах?

• Встаёт ли он внезапно со своего места во время занятий?

• Проявляет ли бесцельную двигательную активность, когда это не нужно?

• Может ли спокойно и тихо проводить досуг?

• Находится ли в постоянном движении?

• Часто не в меру разговорчив, болтлив?

• Отвечает на вопросы, не задумываясь, не выслушав до конца?

• С трудом дожидается своей очереди, участвуя в играх или других мероприятиях?

• Бесцеремонно вмешивается в беседы взрослых и игры других детей, мешает им?

Утвердительные ответы следует давать, если перечисленные признаки проявляются в течении длительного времени (не менее полугода) в детском саду, дома, вне зависимости от ситуации. Если вы ответили утвердительно на 6 и более вопросов, то ребёнка можно считать гиперактивным.

  При всей сложности ситуации гиперактивность может удерживаться под разумным контролем с помощью некоторых мер, например таких:

• старайтесь избегать крайностей: вседозволенности, с одной стороны, и чрезмерной пунктуальности, с другой.

• Хвалите ребёнка в каждом случае, когда он этого заслужил, подчёркивайте его успехи.

• Избегайте запретительных слов, все запреты обязательно объясняйте.

• Говорите спокойным мягким тоном.

• Давайте ребёнку только одно задание на определённый отрезок времени, чтобы он мог его завершить.

• Поддерживайте чёткий распорядок дня.

• Для подкрепления устных объяснений используйте наглядные зрительные примеры.

• Избегайте, по возможности, мест скопления людей.

• Во время игр ограничивайте ребёнка лишь одним партнёром, оберегайте вашего «непоседу» от общения с шумными детьми.

• Оберегайте ребёнка от утомления, так как оно ведёт к снижению самоконтроля.

• Давайте возможность ребёнку расходовать избыточную энергию: полезна физическая активность на свежем воздухе, длительные прогулки, спортивные занятия.

• И в заключение: всегда помните об индивидуальных особенностях ребёнка!  
  Если вы не можете решить вопросы  по воспитанию, своих детей не можете определить его состояние и индивидуальные особенности,  обращайтесь к педагогу-психологу детского сада.

