



## *Если в семье гиперактивный ребенок*

*Гиперактивность – состояние, при котором двигательная активность и возбудимость человека превышает норму, поскольку является неадекватной и непродуктивной. Данное состояние проявляется главным образом в неуместной двигательной активности: у детей в виде бега взад-вперед, суетливости, а также болтливости [1].*

- 1. Проводите работу с ребенком в начале дня, а не вечером.*
- 2. Уменьшите рабочую нагрузку ребенка.*
- 3. Делите работу на более короткие, но более частые периоды. Используйте физкультминутки.*
- 4. Будьте драматичным, экспрессивным педагогом.*
- 5. Снизьте требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.*
- 6. Посадите ребенка во время занятий рядом с собой (другим взрослым).*
- 7. Используйте тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).*
- 8. Договаривайтесь с ребенком о тех или иных действиях заранее.*
- 9. Давайте короткие, четкие и конкретные инструкции.*
- 10. Используйте гибкую систему поощрений и наказаний*
- 11. Поощрять ребенка необходимо сразу же, не откладывая на будущее*
- 12. Предоставляйте ребенку возможность выбора.*
- 13. Оставайтесь спокойным. Нет хладнокровия - нет преимущества!*

### *Список использованных источников*

*Лютова Е.К., Моница Г.Б.  
Шпаргалка для родителей:  
Психокоррекционная работа с гиперактивными,  
агрессивными, тревожными и аутичными детьми. СПб., 2013.*



