**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД №20 «КОЛОСОК» ГОРОДСКОГО ОКРУГА МЫТИЩИ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**



**Консультация для родителей**

**Тема: «Гиперактивный ребенок»**

**Подготовила:**

**воспитатель**

**Южакова М.Д.**

**с. Марфино**

**2017г.**

*«Мой****ребенок гиперактивный****. Что делать?»* - это самый часто задаваемый вопрос родителей. Нередко родители сами ставят этот диагноз **ребенку,** иногда помогают в этом воспитатели детского сада, психологи или врачи.

Но хотелось бы сказать, что грамотные врачи и психологи не поставят такой диагноз **ребенку до 5 лет.**

Если вашему **ребенку уже есть 5 лет,** вы видите, что он не может заниматься одним видом деятельности 15-20 минут, тяжело засыпает, *«ерзает»* сидя на одном месте, у него резко меняется настроение, то необходимо обратиться за консультацией к неврологу. Врач проведет необходимое обследование и назначит необходимую терапию.

Если все таки вам поставили диагноз СДВГ (синдром дефицита внимания, **гиперактивность**, то вам можно посоветовать:

1. Работать с **ребенком в начале дня**, а не вечером;

2. Уменьшить рабочую нагрузку на **ребенка;**

3.Снизит требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.

4.Использовать **тактильный контакт**(элементы массажа, прикосновения, поглаживания);

5. Давать конкретные и четкие инструкции;

6. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний;

7. Договариваться с **ребенком о всем заранее**;

8. Предоставлять **ребенку возможность выбора**;

9. Оставаться спокойным и терпеливым!

Мини-тест для мам.

Выберите один ответ *«да»* или *«нет»*.

1. Вашему **ребенку меньше 5 лет**?

2. Ваш **ребенок** может заниматься одним делом 5-10 минут *(играть или рисовать)*

3. Ваш **ребенок** спит более 3 часов подряд во время ночного сна?

4. Ваш **ребенок** может посидеть у вас на руках или самостоятельно на месте?

5. Ваш **ребенок** способен спокойно употреблять пищу? Находясь при этом на стуле или на руках?

Если хотя бы 4 из 5 ответов *«да»* - у вас просто **активный ребенок.**

Помните, что **ребенок** развивается в движении, ему это жизненно необходимо. Вы можете только соблюдать несколько советов:

1. Если вы хотите, чтобы **ребенок** вас слышал и выполнял то, что вы просите, давайте краткую и четкую инструкцию;

2. Уменьшайте количество запретов;

3. Давайте **ребенку время**! Прежде чем добиться результата, предупреждайте 3-4 раза с интервалом в 5 минут.

4. Не давайте сто заданий сразу. Делите их на мелкие части.

5. Ограничивайте «гаджеты» и мультики.

6. Придерживайтесь режима дня.

7.Постоянно поддерживайте обратную связь в общении с **ребенком**. Сочиняйте вместе сказки-диалоги! Это очень помогает привлечь внимание **ребенка**!

Удачи вам и терпения!