**Гиперактивный ребенок. Причины, признаки, особенности воспитания**

«Активный» в переводе с латинского «деятельный» . «Гипер-» -недвусмысленно указывает на некоторое превышение нормы. Гиперактивность, как правило, проявляется у детей, несвойственными для их возраста импульсивностью, отвлекаемостью, невнимательностью. Несли ребенок гиперактивен, сложности испытывает он сам и его ближайшее окружение: родители, одноклассники , учителя. Такому ребенку нужна своевременная помощь, в противном случае в дальнейшем из гиперактивного ребенка может сформироваться психопатическая или асоциальная личность. На сегодняшний день известно, что среди юных правонарушителей гиперактивные дети составляют весьма значительные процент.

Под гиперактивностью подразумевается чрезмерная умственная и физическая активность у детей, когда над торможением преобладает возбуждение.

По мнению врачей, гиперактивность является прямым следствием весьма незначительного поражения мозга, которую нельзя определить диагностикой и тестами. Первые признаки гиперактивности у ребенка проявляются в раннем детстве. Агрессивность, эмоциональная неустойчивость по мере взросления приводят к конфликтам в школе и семье.

Первые признаки этого синдрома проявляются в период становления речи от 1 до 2 лет. Наиболее ярко выражены в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте. Именно в этот период увеличиваются интеллектуальные нагрузки, учебная деятельность становится ведущей, появляются новые требования: умение концентрировать внимание на продолжительный отрезок времени, до конца доводить начатое дело, добиваться нужного результата.

Критерии выявления у ребенка гиперактивности:

* двигательная расторможенность;
* проявляет признаки беспокойства: двигается на кресле, барабанит пальцами, забирается куда-либо, бегает, двигает костями, стопами;
* не может сидеть спокойно, постоянно ёрзает на стуле;
* спит значительно меньше других, даже будучи младенцем;
* болтлив; испытывает дефицит активного внимания;
* ребенок непоследователен, не может долго удерживать внимание;
* невнимателен, когда к нему обращаются – не слушает;
* с энтузиазмом хватается за задание, но не заканчивает;
* неорганизован; импульсивен; нетерпелив;
* очень часто теряет вещи; забывчив;
* старается избегать требующих умственных усилий и интересных скучных занятий;
* часто вмешивается в учебный процесс, разговор, прерывает, не дожидается своей очереди;
* неспособен контролировать свои действия – поведение ребенка слабо управляемо;
* выполняя задание, показывает разные результаты; По-разному ведет себя: на одних занятиях успешен , спокоен , на других –нет;

Имейте ввиду, если у ребенка ярко выражены хотя бы 6 признаков из вышеперечисленных, педагог может высказывать предположение о гиперактивности ребенка.

**Проблемы обучения:**

Сегодня проблемы детей, которые имеют нарушения в поведении, стали особенно актуальны в обучении. Чрезмерно возбуждаемые, крикливые, непоседливые, невнимательные дети притягивают к себе внимание учителя, поскольку ему приходится следить, чтобы они выполняли задания, сидели спокойно, не мешали одноклассникам. Такие дети на уроке заняты своими делами, заставить их выслушать, выполнить до конца задание и удержать на месте невероятно трудно. Они не слышат учителя, все забывают , теряют. При всех существующих поведенческих проблемах интеллектуальные функции гиперактивных детей не нарушены. Такие дети способны вполне успешно освоить программу общеобразовательной школы, если требования будут соответствовать их возможностям.

**Коррекция в семье**.

Родителям необходимо избегать двух крайностей:

- постановки завышенных требований в сочетании с чрезмерной пунктуальностью, жестокостью , наказаниями;

- проявления чрезмерной вседозволенности и жалости;

Колебания родителей и частое изменение указаний оказывают на подобных детей крайне негативное воздействие.

**Рекомендации родителям.**

1. Если вы недовольны поведением ребенка, старайтесь сдерживать бурные эмоции. Поддерживайте детей в попытках позитивного и конструктивного поведения, даже если они незначительны.
2. Подчеркивайте успехи ребенка, хвалите его , если он этого заслуживает.
3. Избегайте повторения слов «нельзя», «нет».
4. Говорите с ребенком сдержанно, мягко, спокойно, но уверенно. Придерживайтесь такого тона в общении с другими людьми в его присутствии.
5. В семье должны быть уравновешенные и спокойные взаимоотношения.
6. Предъявляемые к ребенку требования должны быть едины для всех членов семьи.
7. Поддерживайте четкий распорядок дня . Перед сном только спокойные игры.
8. Рацион ребенка должен содержать продукты с высоким содержанием магния, калия, кальция, ( сухофрукты: курага, чернослив, изюм; молочные продукты)
9. Избыток сладкого возбуждает систему пищеварения, что приводит к перевозбуждению.
10. По возможности избегайте скопления людей, крупных магазинов, беспокойных и шумных приятелей.
11. Не допускайте утомления. Они приводит к понижению самоконтроля и , как следствие, нарастанию гиперактивности.
12. Дайте ребенку израсходовать лишнюю энергию ( бег, тренировки , прогулки)
13. Попросите учителя посадить ребенка на первую парту.
14. Давайте короткие конкретные , четкие инструкции к действию.
15. Договоритесь о правилах поведения заранее, если вы идете в гости , музей . кино…
16. Старайтесь избегать длительных поездок, духоты и жары.