



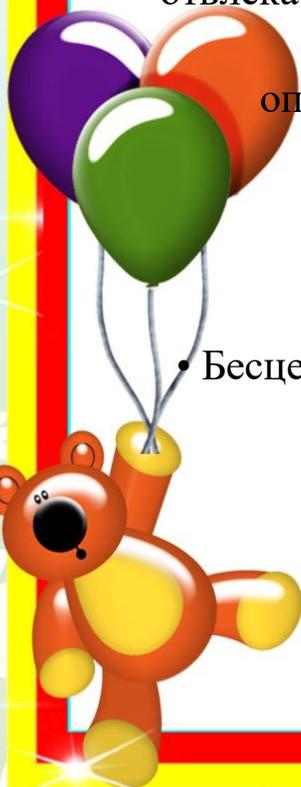
## СИНДРОМ НАРУШЕНИЯ ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТИ У ДЕТЕЙ

Нарушение внимания (по типу дефицита) определяется при сохранении не менее 6 месяцев как минимум 6 из нижеперечисленных признаков:

- неспособность выполнить задание без ошибок, вызванных невозможностью сосредоточиться на деталях;
- неспособность доводить выполняемую работу до конца;
- неспособность вслушиваться в обращенную речь;
- неспособность организовать свою деятельность;
- избегание нелюбимой работы, требующей усидчивости;
- потеря предметов, необходимых для выполнения заданий (книги, письменные принадлежности и т. д.);
- забывчивость в повседневной деятельности;
- отвлекаемость на посторонние стимулы.

Чрезмерная гиперактивность и импульсивность определяется при присутствии у ребенка не менее 4 из следующих симптомов в течение 6 месяцев:

- Ребенок суетлив, не может сидеть спокойно.
  - Вскрикивает с места без разрешения.
- Бесцельно бегает, карабкается в неадекватных ситуациях.
  - Не может играть в тихие игры, отдыхать.
  - Выкрикивает ответ, не дослушав вопрос.
  - Не может дождаться своей очереди.





## Рекомендации родителям

- Хвалите ребенка, когда он это заслужил, подчеркивайте даже незначительные успехи.
  - Не прибегайте к физическому наказанию. Отношения с ребенком должны строиться на доверии, а не на страхе.
  - Чаще говорите «да», избегайте слов «нет», «нельзя».
  - Если Вы запрещаете что-то ребенку, обязательно объясните ему, почему вы это делаете.
  - Поручите часть домашних дел ребенку и ни в коем случае не выполняйте их за него.
  - Заведите дневник самоконтроля и отмечайте в нем вместе с ребенком его успехи в детском саду и дома. Введите балльную или знаковую систему поощрения.
  - Избегайте завышенных или заниженных требований к ребенку.
  - Определите для ребенка рамки поведения. Эти дети не нуждаются, чтобы их отстраняли от требований, которые применяются к другим.
  - Проводите больше времени с ребенком: играйте, учите, как правильно обращаться с другими людьми, как вести себя в общественных местах.
  - Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Награждайте ребенка за его соблюдение.
  - Дома следует создать для ребенка спокойную обстановку. Выделите ребенку отдельную комнату с минимальным количеством предметов, чтобы не отвлекать ребенка, со спортивным уголком.
  - Избегайте по возможности большое скопление людей, это оказывает на ребенка чрезмерно возбуждающее действие.
  - Следите, чтобы ребенок выспался.
  - Развивайте у ребенка осознанное торможение, учите контролировать себя.
- Перед тем как что-то сделать, пусть посчитает от 10 до 1.
- Помните! Ваше спокойствие – лучший пример для ребенка.
  - Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – прогулки, спортивные занятия.

*Информацию подготовила: учитель-логопед Палехова В.В.*