**АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ГИПЕРАКТИВНЫХ ДЕТЕЙ**

*Обведите кружком цифры напротив тех высказываний, с которыми Вы согласны.*

1.Мойребенок очень подвижен, много бегает, постоянно вертится.

2. Спит намного меньше, чем другие дети....

3. Очень говорлив

4.Не может тихо, спокойно играть или заниматься чем-то

5.С трудом дожидается своей очереди (в играх, в магазинах)

6.Начинает отвечать, не дослушав вопроса, или, наоборот, задав вопрос, не слушает ответа ...

7.Часто мешает другим, вмешивается в разговоры взрослых

8.Не может спокойно дожидаться вознаграждения (если, например, обещали ему что-то купить)

9.Часто не слышит, когда к нему обращаются

10.Легко отвлекается, когда ему читают книгу

11.Часто не доводит начатое дело (игру, задание) до конца

12.Избегает занятий, где требуется длительное сосредоточение.

*Сделать заключение о наличии у ребенка СДВГ можно, если в течение* ***полугода*** *и в детском учреждении, и дома наблюдаются не менее 6 перечисенных проявлений поведения.*

 **РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**ПО ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ**

**С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ**

**С ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ\***

1. В своих отношениях с ребенком поддерживайте по­зитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчеркивайте успехи. Это помогает ук­ репить уверенность ребенка в собственных силах.
2. Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».
3. Говорите сдержанно, спокойно, мягко. *(Окрики воз­буждают ребенка".)*
4. Давайте ребенку только одно задание на определен­ный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
6. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требу­ющие концентрации внимания.
7. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Время
приема пищи, выполнения домашних заданий и сна ежед­невно должно соответствовать этому распорядку.
8. Избегайте по возможности скоплений людей. Пребы­вание в крупных магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребенка чрезмерное стимулирующее действие.

9. Во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.

1. Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперак­тивности.
2. Давайте ребенку возможность расходовать избыточ­ную энергию. Полезна ежедневная физическая активностьна свежем воздухе — прогулки, бег, спортивные занятия *(гимнастика, плавание, теннис, но не борьба или бокс, т.к.эти виды спорта травматичны).*
3. Помните о том, что присущая детям с синдромом де­фицита внимания гиперактивность хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.