

# Консультация для родителей:

*«Как научить ребенка управлять своим поведением.*

*Развитие произвольности детей».*



Составила: Зиновкина  
Татьяна Николаевна –  
педагог-психолог

У вас подвижный ребенок?! Он просто сводит Вас с ума? Для него усидеть на месте – большая проблема. На него постоянно жалуются воспитатели: он не умеет..., ему тяжело..., он постоянно не слушает...

---

От таких слов становится еще тяжелее... И хочется сразу ... броситься в бой, крикнуть: «Он не такой!». *Он просто сводит нас с ума. Что же делать?*

Ответ прост, помогать своему ребенку. Да, у подвижного ребенка много проблем: и с контролем поведения, и с вниманием, и развитием общения. Чтобы помогать своему ребенку. Необходимо в первую очередь, правильно выстраивать с ним свои взаимоотношения, помогать ему выстраивать отношения с другими людьми. Вот несколько правил взаимодействия с подвижными детьми:



1. В своих отношениях с ребенком придерживайтесь позитивной модели. *Старайтесь чаще его хвалить.* Если есть необходимость сделать замечание, делайте его сразу и спокойным голосом, избегая словосочетаний; «ты как всегда», «постоянно говорю тебе об этом» и т.п. Старайтесь, чтобы похвала звучала гораздо чаще, чем замечания. Помните, что подвижные дети игнорируют выговоры и замечания, но очень чувствительны к похвале.



2. Не прибегайте к физическому наказанию. Ваши отношения с ребенком должны основываться на доверии, а не на страхе. Он всегда должен чувствовать вашу помощь и поддержку. Совместно решайте возникающие трудности.

---

3. Чаще говорите «ДА». Избегая слов «НЕТ» и «НЕЛЬЗЯ».

4. Поручайте ему часть домашних дел, которые необходимо выполнять ежедневно.

5. Помните! Ваше спокойствие – лучший пример для ребенка.



6. Заведите дневник самоконтроля и отмечайте в нем вместе с ребенком его достижения.



7. Введите знаковую систему вознаграждения (можно каждый хороший поступок отмечать звездочкой, а определенное из количество вознаграждать сладостями, игрушкой, и т.п.).
8. Избегайте завышенных или заниженных требований. Старайтесь ставить перед ребенком задачи, соответствующие его возрасту и способностям.
9. Никогда не обсуждайте негативные стороны ребенка при нем – кроме агрессии это ни к чему не приведет.



10. Определите для ребенка рамки поведения – что можно и что нельзя. Вседозволенность однозначно не принесет никакой пользы. Несмотря на наличие определенных недостатков, гиперактивные дети должны справляться с обычными для всех проблемами. Эти дети не нуждаются в том, чтобы их отстраняли от требований, которые применяются к другим.



11. Не навязывайте ему жестких правил. Ваши указания должны быть указаниями, а не приказами. Требуйте выполнить правила касающиеся его безопасности и здоровья.

12. Вызывающее поведение Вашего ребенка – это его способ привлечь Ваше внимание. Проводите с ним больше времени: играйте, учите, как правильно общаться с другими людьми, как вести себя в общественных местах, переходить улицу и другим социальным навыкам.



13. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Прием пищи, игры, прогулки, отход к сну должны совершаться в одно и то же время. Награждайте ребенка за его соблюдение.



14. Создайте необходимые условия для детского творчества. Используйте краски и пластилин (это развивает усидчивость)

---

15. Избегайте по возможности большого скопления людей. Пребывание в магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребенка возбуждающее действие.

16. Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию двигательной активности. Не позволяете подолгу сидеть у телевизора.

17. Старайтесь, чтобы ребенок высыпался. Недостаток сна ведет к еще большему ухудшению состояния внимания и самоконтроля. К концу дня ребенок может стать неуправляемым.



18. Давайте ребенку больше возможности расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – длительные пешие прогулки, плавание. Развивайте гигиенические навыки, включая закаливание.



19. Воспитывайте у ребенка интерес к какому – нибудь занятию. Ему важно ощущать себя умелым и компетентным в какой-либо области. Задача родителей найти те занятия, которые бы «удавались» ребенку и повышали его уверенность в себе.

---

*Как указывают специалисты, соблюдение этих простых правил поможет Вам и нашему ребенку чувствовать себя таким же, как и все, способным на многое и понятным окружающим.*



---

**Спасибо за внимание!**

# Консультация для родителей:

*«Как научить ребенка управлять своим поведением.*

*Развитие произвольности детей».*



Составила: Зиновкина  
Татьяна Николаевна –  
педагог-психолог