## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С СДВГ

#### Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Изо дня в день время приема пищи, выполнения домашних заданий и сна должно соответствовать этому распорядку.

#### Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».

#### Говорите сдержанно, спокойно, мягко.

#### Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

#### В определенный отрезок времени давайте ребенку только одно задание, чтобы он мог его завершить.

#### Время игр ограничивайте ребенка одним партнером.

#### Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (работа с кубиками, раскрашивание и т.п.).

#### Избегайте мест и ситуаций, где собирается много людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках, в ресторанах оказывает на ребенка чрезмерно стимулирующее действие. Во

#### В отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите его каждый раз, когда он этого заслужил, подчеркивайте успехи. Это поможет укрепить уверенность ребенка в собственных силах.

#### Давайте ребенку возможность для расходования избыточной энергии. Полезны ежедневные физические занятия на свежем воздухе, длительные прогулки, бег.

#### Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению у него самоконтроля и нарастанию гиперактивности.