**Рекомендации для** **родителей по воспитанию детей с СДВГ**

1. В своих отношениях с ребенком поддерживайте позитивную установку. Чаще хвалите его, подчеркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребенка в собственных силах, повышает его самооценку.   
            2. Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».

3. Говорите с ребенком в сдержанном, спокойном, мягком тоне.   
            4. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он смог его завершить.

5. Учите расставлять приоритеты при выполнении задания: что сначала, что потом и что для этого нужно. Важно, также, учить по ходу действия приспосабливаться к вполне возможным изменениям в ситуации.

6.      Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию (картинки, схемы, образец и т.д.).   
            7. Особенно поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (работа с конструктором, раскрашивание, чтение).   
            8. Поддерживайте дома четкий распорядок дня (время для приема пищи, выполнения домашних заданий и сна).   
            9. Избегайте по возможности пребывания с ребенком в местах скопления людей. Посещение крупных магазинов, рынков и т.д. оказывает на него негативное действие.   
           10. Во время игр ограничивайтесь для ребенка лишь одним партнером, избегая шумных, беспокойных приятелей.   
           11. Оберегайте ребенка от утомления, оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.   
           12. Нельзя сдерживать физическую подвижность такого ребенка, это противопоказано состо­янию его нервной системы. Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию (полезны ежедневные длительные прогулки на свежем воздухе, бег, спортивные занятия).   
           13. Помните о том, что, присущая детям, с синдромом дефицита внимания гиперактивность, может быть минимизирована с помощью перечисленных мер с учетом индивидуальных особенностей (недостатков) ребенка.