

**Рекомендации педагога – психолога МБОУ «СОШ № 81»  
в рамках акции «Дети улиц»**

**Синдром дефицита внимания  
(рекомендации для родителей и педагогов)**



Детей с синдромом дефицита внимания невозможно не заметить, поскольку они резко выделяются на фоне сверстников своим поведением. Одной из специфических черт такого ребенка, является его чрезмерная активность, излишняя подвижность, суетливость, невозможность длительно сосредоточить внимание на чем–либо.

Что может говорить о наличии у вашего ребенка синдрома дефицита внимания?  
Психологи выделяют следующие характерные проявления у детей:



1. Неумение спокойно сидеть на месте, когда это требуется.
2. Неумение сосредоточиться при выполнении сложных заданий.
3. Неумение взять себя в руки по просьбе родителей или педагогов.
4. Неумение сохранять внимание при выполнении заданий или во время игр.
5. Неумение играть тихо, спокойно. Если что–то делает, то с шумом.
6. Неумение заканчивать то, что начинает делать.
7. Легкая отвлекаемость на посторонние стимулы.
8. Нетерпение, трудно переносит ожидание своей очереди.
9. Во время разговора склонен к лишним движениям, выраженной жестикуляции.
10. На вопросы часто отвечает, не задумываясь, не выслушав их до конца. Слушает, но, кажется, что не слышит.
11. Часто переспрашивает. Болтлив.
12. Выкрикивает, шумит в классе во время урока.
13. Должен всегда что –нибудь делать.
14. Частые срывы при длительной, монотонной работе.
15. Чрезвычайно возбудим.

У вашего ребенка синдром дефицита внимания, если у него наблюдается хотя бы 7 из перечисленных характерных черт.

**Для более эффективной работы с учащимися с подобной педагогической проблемой необходимо учитывать их особенность, придерживаться правил поведения с ними. Вот некоторые из них:**

1. Избегайте повторений слов «нет», «нельзя» (желание не исчезнет, оно будет только нарастать).
2. Говорите сдержанно, спокойно и тихо. Не кричите.
3. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
4. Хвалите ребенка в каждом случае, когда он этого заслужил, особенно за все виды деятельности, требующие концентрации внимания.
5. Используйте зрительную стимуляцию для подкрепления устных инструкций.
6. Замечание, как правило, является отвлекающим фактором для учащегося с синдромом дефицита внимания.
7. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Время приема пищи, выполнения домашнего задания, прогулок, сна всегда должно соответствовать этому распорядку.
8. Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
9. Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию (спортивные секции: плавание, бег, футбол и др.).
10. Постоянно учитывайте недостатки поведения ребенка. Детям с синдромом дефицита внимания присуща гиперактивность, которая неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

