**Рекомендации педагога-психолога МБДОУ № 75**

**для родителей непоседливых малышей**

Старайтесь по возможности сдерживать свои бурные аффекты, особенно если вы огорчены поведением ребенка.



cheeky Избегайте категоричных слов и выражений, упреков, угроз.

cheeky Следите за своей речью, старайтесь говорить спокойным голосом. Не унижайте ребенка.

cheeky Постарайтесь выделить для ребёнка комнату для игр и уединения.

cheeky Организация всей жизни должна действовать на ребёнка успокаивающее.

cheeky Разговаривайте с ребёнком всегда сдержанно и спокойно.

cheeky Поддерживайте дома четкий распорядок дня.

cheeky Избегайте, по возможности, скопления людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках, в ресторанах, так как это оказывает на такого ребёнка чрезмерно возбуждающее воздействие.

cheeky Во время игр ограничивайте ребёнка одним партнером. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.

cheeky Оберегайте ребенка от утомления.

cheeky Предоставьте ребенку возможность расходовать избыточную энергии. Полезны ежедневная физическая активность на свежем воздухе, длительные прогулки, бег, спортивные занятия, игры.

cheeky Постоянно учитывайте недостатки ребенка.

cheeky Покажите ребенку, как вы хотите, чтобы он себя вел.

cheeky Применяйте действие, когда это необходимо. Например, если ваш ребенок упрямо бегает, держите его за руку, при этом объясняя опасности. Ребенок, который ведет себя агрессивно или несносно, может извлечь пользу, если вы будете крепко держать его, но одновременно с любовью и поддержкой.

cheeky Удалите ребенка из конфликтной ситуации. Выслушайте его, разделите чувства.

cheeky Делайте вместе, играйте вместе.

cheeky Делайте себе перерыв (выйдите из комнаты, позвоните другу, поплачьте, примите душ).

cheeky Выберите способ поощрения (достижения можно поощрять наклейками, со словами: Ты замечательно справился», набрав 20 наклеек, ребенок может получить более ощутимую награду, например, игру за компьютером, посещение друга, посещение развлекательных мест, пойти спать попозже, мороженое)

cheeky Сосредоточитесь на вашем ребенке, любите вашего малыша.