

Гиперактивный ребенок



Гиперактивность



 Синдром дефицита
внимания

Внимание –

Направленность и
сосредоточенность
психической
деятельности на чем-
либо определенном

Причины гиперактивности:



- **1. Генетические**

Наследственная предрасположенность

(как правило, у гиперактивных детей кто-то из родителей был гиперактивным).



• 2. Биологические

Органические повреждения головного мозга во время беременности, родовые травмы, заболевания матери

(гиперактивные дети часто рождаются у матерей, страдающих аллергическими заболеваниями, например, астмой, экземой или мигренью, дефицит жирных кислот в организме (симптомы этого дефицита является постоянное чувство жажды, сухость кожи), дефицит питательных элементов (в организме не хватает цинка, магния, витамина B12)).



- **3. Социально – психологические**

Микроклимат в семье, алкоголизм родителей, условия проживания, неправильная линия воспитания

Симптомы гиперактивности:



1. При невнимании:

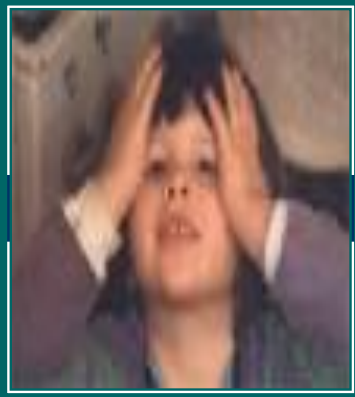
- отличается нарушением устойчивого внимания (не может долго сосредотачиваться на интересном занятии);
- слышит, когда к нему обращаются. Но не реагирует на обращение;

- с энтузиазмом берется за задание, но не заканчивает его;
- имеет трудности в организации (игры, учебы, занятий);
- часто теряет вещи;
- избегает скучных задач и таких, которые требуют умственных усилий;
- часто бывает забывчив.



2. Сверх активность:

- ерзает, не может усидеть на месте;
- проявляет беспокойство (барабанит пальцами, постоянно двигается, даже сидя);
- находится в постоянном движении (с «мотором»);
- очень говорлив.



3. Импульсивность:

- отвечает до того, как его спросят;
- не способен дождаться своей очереди;
- часто вмешивается, прерывает;
- резкие смены настроения;

- не может отложить вознаграждение (сразу и сейчас же);
- не подчиняется правилам (поведения, игры);
- имеет разный уровень выполнения заданий (на одних занятиях спокоен, на других – нет).



Рекомендации:



- В своих отношениях с ребёнком придерживайтесь "позитивной модели";
- Подчёркивайте его успехи и поощряйте его усилия, особенно во всех видах деятельности, требующих концентрации внимания, даже если результаты далеки от совершенства;
- Старайтесь реже говорить "нет" и "нельзя" – лучше попробуйте переключить его внимание;

- **Разговаривайте с ребёнком всегда сдержанно, спокойно, мягко;**
- **Не давайте ребёнку длинных указаний и не читайте долгих нотаций – он Вас просто не выслушает до конца;**
- **Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию;**

- **Оберегайте ребёнка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности;**
- **Невозможно и не следует подавлять повышенную двигательную активность – направьте её в нужное русло.**
- **Поощряйте сильные стороны ребенка. Помогите ребенку стать знатоком и виртуозом в каком-либо деле, которое ему интересно и лучше даётся. Любые знания, умения и увлечения поднимут его самооценку и рейтинг в глазах других детей.**

- **по возможности игнорировать вызывающие поступки ребенка с синдромом дефицита внимания и поощрять его хорошее поведение;**
- **во время урока ограничить до минимума отвлекающие факторы. Этому может способствовать, в частности, оптимальный выбор места за партой в центре класса напротив доски;**
- **предоставлять ребенку возможность быстро обращаться за помощью к учителю в случаях затруднения;**

- **на определенный отрезок времени давать только одно задание;**
- **во время учебного дня предусматривать возможности для двигательной разрядки: занятия физическим трудом.**



Кроме медикаментозной поддержки гиперактивного ребенка, применения правильных методов в поощрении и пресечении каких-то поведенческих проявлений, у ребенка необходимо тренировать навыки управления своим вниманием и поведением.

Именно в этом лучше всего может помочь игра!

Коррекционные игры для гиперактивных детей

- **Игры развивающие внимания;**
- **Игры для релаксации;**
- **Игры развивающие волевою регуляцию;**
- **Коммуникативные игры.**



Но...

прежде чем перейти к описанию игр, оговорим правила, которые должны соблюдать как в игре, так и в обычной жизни при общении с гиперактивным ребенком.

Правило 1.

- **Не ожидайте всего и сразу. Помните, что если вы одергиваете ребенка, то его усилия тут же переключаются на контроль своих действий, а сконцентрироваться на задании ему уже будет трудно.**

Правило 2.

- **Предупреждайте переутомление и перевозбуждение ребенка, вовремя переключайте его на другие виды игр и занятий.**

Правило 3.

- **Так как гиперактивному ребенку сложно контролировать себя, то он нуждается во внешнем контроле. Очень важно, чтобы взрослые при выставлении внешних рамок из "можно" и "нельзя" были последовательны. Также необходимо учитывать, что ребенок не способен долго ждать, поэтому все наказания и поощрения должны появляться вовремя.**

Игры для развития внимания



- «Последний из могикан»;
- «Учитель»;
- «Последний штрих»;
- «Ушки на макушки».

Игры для релаксации



- «Солдат и тряпичная кукла»;
- «Насос и мяч».

Игры, развивающие волевою регуляцию



- «Говори по сигналу»;
- «Замри».

Коммуникативные игры



- «Разговор через стекло»;
- «Чужими глазами».

Активный ребенок – это хорошо, это значит, что он во-первых здоров, во вторых, имеет в своем распоряжении вполне адекватных родителей.

Дети - это наше все, наши цветы жизни.

Создатель:



Селищева Анастасия Ивановна

(педагог – психолог ГОУ СОШ №1913, председатель совета
Молодых педагогов г.Зеленограда)