

Взаимодействие с ребенком, проявляющим повышенную двигательную активность

Высокая двигательная активность, неустойчивость внимания и импульсивность являются нормальной характеристикой ребенка-дошкольника. А потребность движения в нем заложена самой природой. Но существует группа детей, у которых эта потребность достигает патологического уровня. Таких детей называют гиперактивными, т.е. сверхподвижными.

“Гипер...” — (от греч. *Hyper* — над, сверху) — составная часть сложных слов, указывающая на превышение нормы. Слово “активный” пришло в русский язык из латинского “*activus*” и означает “действенный, деятельный”.

Авторы психологического словаря относят к внешним проявлениям гиперактивности следующие признаки:

- невнимательность,
- отвлекаемость,
- импульсивность,
- повышенную двигательную активность,
- проблемы во взаимоотношениях с окружающими,
- трудности в обучении,
- низкая самооценка.

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) является самым распространенным среди детей поведенческо-возрастным и неврологическим расстройством, характеризующимся нарушениями внимания, двигательной расторможенностью (гиперактивностью) и импульсивностью поведения. Обусловлено это нарушением функции центральной нервной системы, мозгу такого ребенка сложно обрабатывать внешнюю и внутреннюю информацию и стимулы. Уровень интеллектуального развития у детей не зависит от степени гиперактивности и может превышать показатели возрастной нормы.

Первые проявления гиперактивности наблюдаются в возрасте до 7 лет и чаще встречаются у мальчиков, чем у девочек.

Существуют различные мнения о причинах возникновения гиперактивности:

- это могут быть генетические факторы,
- особенности строения и функционирования головного мозга,
- пренатальная патология,
- родовые травмы,
- инфекционные заболевания, перенесённые ребёнком в первые месяцы жизни,
- психосоциальные – стиль воспитания в семье.

Очень часто СДВГ имеет множественную этиологию и представляет собой симптомокомплекс, сочетающий различные проявления.

Как правило, в основе синдрома гиперактивности лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД), наличие которой определяет врач-невропатолог после проведения специальной диагностики. Это может быть результатом тяжелого токсикоза или резус-конфликта, осложненных родов или тяжелых заболеваний в первые месяцы жизни. Дело не в наследственности, и поиски виновных, даже если они были (скажем, неопытная акушерка), ничего не дают. Нужно лишь сплотиться вокруг «трудного» малыша и сделать все, чтобы он выправился. При необходимости назначается медикаментозное лечение.

Многие родители боятся медикаментозного лечения. Они готовы обращаться к кому угодно, но только не давать ребенку таблетки, которые прописывает врач. Другие - занимаются с психологами. Но при подобных нарушениях этого мало. Ребенка надо лечить. А параллельно учить - терпеливо, настойчиво учить, как надо себя вести. Ведь ни одна таблетка этому не научит. Что касается побочных эффектов, то детям обычно дают лекарства в микродозах. Гораздо вреднее, когда ребенок постоянно возбужден и выматывает всех, в том числе и себя. Это затормаживает его развитие, ведь большая часть энергии расходуется не по назначению. Если диагноз «гиперактивность» поставлен достаточно рано и родители выполняют рекомендации специалистов, к школе симптомы сходят на нет. Но, к сожалению, многие родители обращаются за помощью, когда ребенок уже посещает школу и, начались проблемы с учебой. Резко ухудшается общее состояние и поведение ребенка, теряется интерес к учебе, не усваивается программа, появляется неадекватное поведение.

Важно помнить, что ребенок не может вести себя так, как требуют взрослые, не потому, что не хочет, а потому, что его физиологические возможности не позволяют ему сделать это. Постоянные окрики, замечания, угрозы наказания не улучшают его поведения, а порой даже становятся источниками новых конфликтов. Кроме того, такие формы воздействия способствуют формированию у ребенка «отрицательных» черт характера. В результате страдают все: и ребенок, и взрослые, и дети, с которыми он общается. Добиться того, чтобы гиперактивный ребенок стал послушным и покладистым, еще не удавалось никому, а научиться жить в мире и сотрудничать с ним — вполне посильная задача.

Интересный факт! Во время изучения результатов записи эхоэнцефалографии мозга учеными было обнаружено удивительное свойство работы головного мозга гиперактивных детей. Практически все результаты в записи ЭЭГ в состоянии спокойного бодрствования с закрытыми глазами, подтверждают наличие сопряженного торможения теменно-затылочной зоны правого полушария головного мозга и ограничение связей этой зоны с другими структурами, способными снять или уменьшить такое торможение. Однако поразительные изменения этих взаимоотношений наблюдаются во время гипервентиляции – усиленной дыхательной активности, которая в обычных условиях эквивалентна усиленному дыханию при энергичной двигательной активности ребенка. В ответ на гипервентиляцию происходит временное восстановление полноценных связей теменно-затылочной зоны правого полушария с другими областями головного мозга. Другими словами, в фоне наблюдается нарушение межструктурных связей по сравнению с нормой, а при гипервентиляции происходит их восстановление. В состоянии спокойного бодрствования у детей с СДВГ обнаруживается значительное нарушение межструктурных связей по сравнению с нормой. Это касается и нарушения взаимодействия лобных структур с другими отделами мозга. У большинства таких детей во время гипервентиляции наблюдается почти полное восстановление связей. Если провести параллели между гипервентиляцией и работой мозга при интенсивной двигательной активности, окажется, что такая активность является приспособительной защитной реакцией организма, направленной на восстановление и поддержание генетически запрограммированных связей между структурами головного мозга, и тем самым сохраняющей нормальное интеллектуальное развитие ребенка. Интенсивное восстановление таких связей не только предотвращает отставание в развитии интеллекта ребенка, но и в ряде случаев способствует временному опережению возрастного развития ребенка.

Особенности гиперактивного ребенка

Известный американский психолог В. Оклендер так характеризует этих детей: «Гиперактивному ребенку трудно сидеть, он суетлив, много двигается, вертится на месте,

иногда чрезмерно говорлив, может раздражать манерой своего поведения. Часто у него плохая координация или недостаточный мышечный контроль. Он неуклюж, роняет или ломает вещи, проливает молоко. Такому ребенку трудно концентрировать свое внимание, он легко отвлекается, часто задает множество вопросов, но редко дожидается ответов” (1997, с. 228). Дело в том, что при неустойчивости внимания все сигналы из окружающего мира и от собственного организма не могут быть разделены на более сильные и слабые, на сигналы первостепенные, на которые надо ответить сразу, и второстепенные или совсем неважные, на которые не стоит откликаться. Иерархия раздражителей складывается у ребенка с трудом, за более длительное время, а ее формирование требует утроенных усилий от взрослого.

Зная эти особенности психики, необходимо так организовывать жизненное пространство этого ребенка, чтобы раздражители и сигналы, которые он воспринимает, были немногочисленны, постоянны, конкретны и однозначны.

Гиперактивность (синдром дефицита внимания с гиперактивностью – СДВГ) проявляется у детей с не свойственной для нормального развития импульсивностью, двигательной расторможенностью, отвлекаемостью, невнимательностью. Такие дети, как правило, не могут сосредоточиться на одном предмете более или менее длительное время, не способны завершить выполнение поставленной задачи, небрежны в её выполнении. Продуктивность выполнения задания обычно низкая. Часто отмечается повышенная утомляемость. Умственная деятельность детей с СДВГ характеризуется цикличностью: они могут продуктивно работать в течение 5-15 минут, после чего их мозг «отдыхает» 3-7 минут, накапливая необходимую энергию для дальнейшей работы. В эти моменты своеобразного «отключения» ребенок не реагирует на замечания, но внешне может быть столь же сосредоточен, как и в период целенаправленной деятельности, он как бы накапливает силы, подзаряжается. Затем снова включается в деятельность. Отсюда невозможность работы в общегрупповом режиме. Состояние утомления сопровождается беспричинным раздражением, плаксивостью, истериками. Могут отмечаться нарушения пространственной координации, проявляющиеся в двигательной неловкости, неуклюжести.

Дети с гиперактивностью обращают внимание на себя с первых лет жизни. Они плохо спят, чрезмерно чувствительны к внешним раздражителям, имеют повышенный мышечный тонус. В среднем дошкольном возрасте они обнаруживают неспособность дослушать сказку, выполнить какое-то действие до конца. Их интересы поверхностны и недолговечны, нет попыток проникнуть в суть какого-либо явления. Действия беспорядочные, спонтанные, а игры шумные. Такие дети никогда не задумываются о последствиях своих поступков, не обращают внимание на состояние близких людей. Они часто эгоистичны, демонстративны и требовательны, что приводит к постоянным конфликтам и развитию агрессивности. Отмечается болтливость. Дети легко идут на контакт, иногда злоупотребляя терпеливостью окружающих.

Гиперактивный ребенок не способен долго переживать обиды, складывается впечатление, что с него все «как с гуся вода». Поэтому о таких детях говорят как о бесчувственных, а иногда и жестоких. Данный факт можно объяснить тем, что на нейрофизиологическом уровне у детей с СДВГ снижен болевой порог, т. е. они менее чувствительны к боли, чем их сверстники. Поэтому они не обращают внимание на то, что причиняют боль другим, не понимают этого.

Опасность СДВГ заключается в том, что в подростковом возрасте он может развиваться в асоциальное поведение.

Выявление гиперактивного ребенка

Чтобы выявить гиперактивного ребенка в группе детского сада необходимо длительно наблюдать за ним, проводить беседы с родителями и педагогами.

Основные проявления гиперактивности можно разделить на три блока: дефицит активного внимания, двигательная расторможенность, импульсивность.

Дефицит внимания – это неспособность произвольно удерживать внимание определенное время.

Гиперактивность – двигательная расторможенность, которая возникает как следствие утомления и низкого тонуса.

Импульсивность – склонность к поспешности, к совершению необдуманных поступков.

Американские психологи П. Бейкер и М. Алворд предлагают следующие критерии выявления гиперактивности у ребенка.

Критерии гиперактивности (схема наблюдений за ребенком)

Дефицит активного внимания:

1. Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание.
2. Не слушает, когда к нему обращаются.
3. С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.
4. Испытывает трудности в организации.
5. Часто теряет вещи.
6. Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий.
7. Часто бывает забывчив.

Двигательная расторможенность (гиперактивность)

1. Постоянно ерзает.
2. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегают, забирается куда-либо).
3. Спит намного меньше, чем другие дети, даже во младенчестве.
4. Очень говорлив.

Импульсивность:

1. Начинает отвечать, не дослушав вопроса.
2. Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает.
3. Плохо сосредоточивает внимание.
4. Не может дождаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза).
5. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабо управляемо правилами.
6. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты. (На некоторых занятиях ребенок спокоен, на других — нет, на одних уроках он успешен, на других — нет).

Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы шесть из перечисленных признаков, педагог может предположить (но не поставить диагноз!), что ребенок, за которым он наблюдает, гиперактивен.

Что же делать, если у ребенка выявлены признаки гиперактивности? В этом случае родителям нужно обратиться к специалисту: неврологу, невропатологу, психологу. Диагноз поставить может только врач.

Рекомендации «Помощь гиперактивному ребенку»

Как же помочь гиперактивному ребенку? Во-первых - осознать, что ребенку нужна помощь невролога, невропатолога и психолога. Потому что нетипичность его поведения является следствием нарушения деятельности нервной системы. Именно это будет отправной точкой для дальнейшей коррекции. Если врач-невропатолог назначает курс лекарств, массаж, особый режим, необходимо строго соблюдать его рекомендации. Если диагноз «гиперактивность» поставлен достаточно рано и родители выполняют рекомендации специалистов, к школе симптомы сходят на нет. Но, к сожалению, многие родители обращаются за помощью, когда ребенок уже посещает школу и, начались проблемы с учебой. Резко ухудшается общее состояние и поведение ребенка, теряется интерес к учебе, не усваивается программа, появляется неадекватное поведение.

Уважаемые родители!

- Сообщите педагогам, воспитателям о проблемах ребенка, чтобы они учитывали особенности его поведения, дозировали нагрузку.

- Максимально упорядочите жизнь и внутренний мир ребенка. Таким детям больше, чем всем остальным, нужен строгий режим дня. Нежелательно изменять его даже в исключительных ситуациях.

- Не сосредотачивайтесь на негативных чертах своего малыша. Для ребенка это означает, что замечаются только его недочеты и неудачи, но остаются без внимания достижения и успехи. Эффективная система воспитания должна включать в себя как наказания, так и поощрения. Чтобы ребенок воспринимал наказание (не физическое), он должен научиться получать поощрение и похвалу. Поэтому поощрение должно стать более частым, чем наказание.

- Привыкайте говорить размеренно и успокаивающе, без раздражения. Общайтесь с таким ребенком мягко, спокойно, т.к. он, будучи очень чувствительным и восприимчивым к настроению и состоянию близких людей, «заражается» эмоциями, как положительными, так и отрицательными.

- Сохраняйте спокойствие и помните, что в основе гиперактивности лежат органические нарушения и ребенок не виноват в этом.

- Выработайте единую линию поведения в семье, соблюдайте согласованность всех воспитательных воздействий.

- Не превышайте нагрузки, не стоит усиленно заниматься с ребенком, чтобы он был таким, как другие сверстники. Бывает, что такие дети обладают неординарными способностями, и родители, желая их развить, отдают ребенка сразу в несколько секций, «перескакивают» через возрастные группы. Этого делать не следует, т.к. переутомление ведет к ухудшению поведения, к капризам.

- Не заставляйте ребенка долгое время спокойно сидеть. Если Вы читаете сказку, дайте ему в руки мягкую игрушку, малыш может встать, походить, задать вопрос. Следите за ним, если вопросов становится слишком много и не по теме, ребенок ушел в другой угол комнаты, значит, он уже устал.

- Освойте элементы массажа, направленные на расслабление и регулярно проводите его. Поможет сосредоточиться легкое поглаживание по руке, по плечу в процессе чтения или другого занятия.

- Всегда убирайте опасные предметы из поля зрения малыша (острые, бьющиеся предметы, лекарства, бытовую химию и т.д.).

- Позаботьтесь о рабочем месте ребенка. Оно должно быть тихим и спокойным — не около телевизора или постоянно открывающихся дверей, а там, где ребенок мог бы заниматься без помех. В ходе выполнения домашнего задания находитесь рядом и при необходимости помогайте беспокойному сыну или дочке.

- Если ребенок в чем-то неправ, не читайте ему нотаций, так как длинная речь не будет до конца выслушана и осознана. Четко объясните, что не так, и что нужно сделать.

- Давайте ребенку время и возможность выплеснуть свою энергию так, чтобы это не принесло вреда ни ему, ни окружающим: кувыркаться на матрасе, пролезать под стульями, сжимать в руке мячик или силомер и т.д.

- Дозируйте впечатления, даже приятные. Лучше уйти из театра раньше времени, если вы видите, что ребенок начинает перевозбуждаться. Но это не должно выглядеть как наказание. Лучше сказать: «Ты устал, пойдем, тебе надо отдохнуть».

- Детей старше 4 лет в минуты возбуждения вовлекайте в диалог. Но не о поведении, а на постороннюю, интересную тему. Задавайте простые вопросы. Пока он весь во власти эмоций, но ему волей-неволей придется обдумывать ответы, и он вернется в спокойное состояние.

- Приобщайте детей к разным видам спорта, учите их танцевать, пусть играют в подвижные игры на свежем воздухе, но занятия в спортивных секциях, где жесткая дисциплина и тренеры ориентированы на подготовку чемпионов, будут для них чрезмерной нагрузкой.

- Обеспечивайте сначала тренировку только одной функции. Например, если вы хотите, чтобы ребенок был внимательным, выполняя какое-либо задание, постарайтесь не замечать, что он ерзает и вскакивает с места. Получив замечание, ребенок постарается какое-то время вести себя “хорошо”, но уже не сможет сосредоточиться на задании. В другой раз, в подходящей ситуации, вы сможете тренировать навык усидчивости и поощрять ребенка только за спокойное поведение, не требуя от него в тот момент активного внимания.

- В начале работы снизьте требовательность к аккуратности, т.к. в процессе деятельности гиперактивному ребенку очень трудно одновременно выполнять задание и следить за аккуратностью. Это позволит сформировать у ребенка чувство успеха (а как следствие — повысить познавательную мотивацию).

- Помните, что гиперактивному ребенку легче работать в начале дня, чем вечером, а также в начале занятия и урока, а не в конце.

- Не заставляйте ребенка заниматься какой-либо деятельностью, если он уже не может ее выполнять. Переключите его на другой род деятельности: попросите полить цветы, накрыть на стол и так далее. А если ребенок в состоянии будет продолжить занятие, можно разрешить вернуться к нему.

- Учитывайте тот факт, что гиперактивные дети проявляют особые трудности при выполнении работы по заданному образцу (лепка, оригами, срисовывание и т.д.) Дети

упускают важные детали, слишком быстро и неаккуратно выполняют задание, с трудом следуют за действиями ведущего. В связи с этим после выполнения ребенком каждого этапа работы прерывайте деятельность для того, чтобы сравнить полученный промежуточный результат с образцом и при необходимости исправить ошибки. В лепку, например, можно включить планирование и отмечать выполненные пункты. Для особо сложных участков образца нужно использовать короткую словесную инструкцию.

-В совместной деятельности учите ребенка проговаривать свои действия, выстраивать логику и последовательность их выполнения.

- Используйте тактильный контакт. С этой целью во время занятия можно посадить ребенка рядом с собой. В тот момент, когда ребенок начнет отвлекаться, можете положить руку ему на плечо, погладить по голове, приобнять. Это прикосновение работает как сигнал, помогающий “включить” внимание. Взрослого он избавит от необходимости делать замечания и читать бесполезные нотации.

- Заранее договаривайтесь с ребенком, подготавливая его к смене рода занятий. За несколько минут до окончания времени выполнения какого-либо задания можете предупредить: “Осталось 3 минуты”. Для того чтобы у ребенка не возникали отрицательные эмоции по отношению к взрослому, который отрывает его от интересного дела, можно использовать не словесные сигналы, а, например, сигнал таймера, заведенного на определенный отрезок времени. О том, на какое время завести таймер и что необходимо будет сделать после его сигнала, с ребенком тоже договариваются заранее.

- Сделайте специальный стенд, на котором с помощью символов отмечайте основные моменты распорядка дня, очередность выполнения заданий, правила поведения. Такая внешняя опора поможет гиперактивным детям контролировать свое поведение. Однако следует объяснить ребенку, что если он “нечаянно” нарушит какое-либо правило, это не означает, что все для него потеряно и дальше уже незачем стараться. Конечно же, он может исправить свою ошибку. У него все получится. Вы верите в это.

- Давая инструкции гиперактивным детям, имейте в виду: инструкция должна быть очень конкретной и содержать не более 6 - 8 слов. Иначе ребенок не запомнит инструкции, а, следовательно, не сможет выполнить задание.

- Используйте гибкую и последовательную систему поощрений и наказаний. Гиперактивный ребенок не умеет долго ждать, поэтому и поощрения должны носить моментальный характер и повторяться примерно через 15— 20 минут. Один из вариантов поощрения — выдача жетонов, которые в течение дня можно обменять на награды. Обычно, получая жетоны, дети меняют свое поведение к лучшему, чего не происходит без наглядного подкрепления.

- Не принуждайте ребенка давать обещания: “Я буду хорошо себя вести”. Можно, например, договориться с ребенком, что он “не будет пинать дверь кабинки” или “с сегодняшнего дня начнет ставить ботинки на место”. На отработку каждого из этих конкретных требований может уйти много времени (две—четыре недели и больше). Однако, не отработав одного пункта, не переходите к следующему. Наберитесь терпения и постарайтесь довести начатое дело до конца. Потом можно будет добиваться выполнения другого конкретного требования.

- Если вы едете со своим ребенком в цирк, театр или в гости, заранее объясните ему правила поведения. Например: “Когда мы выйдем из дома, ты должен дать мне руку и не отпускать ее, пока не перейдем улицу. Когда мы сядем в автобус, постарайся стоять спокойно” и т.д. Можно ввести жетонную систему поощрений: за старания давать жетон. Затем определенное количество полученных за правильное поведение жетонов можно будет обменять на приз (конфету, игрушку и т.д.). Если ребенок будет очень стараться, но случайно что-то сделает не так, то его можно и простить. Пусть он чувствует себя успешным.

- Поручайте ребенку дела, в которых нужно проявление его активности – собрать всех к столу, принести необходимый предмет.

- Как можно чаще, когда ребенок спокоен, давайте ему знать, что его сверхаппетивное поведение улучшается: «Видишь, ты уже смог надолго сосредоточиться. Наверное, сейчас ты гордишься собой. Я горжусь тобой тоже».

-Создавайте ситуации успеха, в которых ребенок смог бы проявить свои сильные стороны.

- Поскольку гипераппетивный ребенок очень импульсивен, его неожиданное действие может вызвать слишком эмоциональную реакцию взрослого. В любой ситуации оставайтесь спокойными. Помните: нет хладнокровия — нет преимущества! Прежде чем реагировать на неприятную ситуацию, остановитесь на несколько секунд и, например, сосчитайте до десяти. Избежав эмоциональной вспышки, вы избежите и чувства вины за проявление своей слабости, сможете лучше понять ребенка, который так нуждается в вашей поддержке.

Коррекционные воздействия на гипераппетивного ребенка должны включать следующие приемы и технологии:

- Обучение приемам саморегуляции через использование релаксаций, визуализаций.
- Обучение самомассажу.
- Игры для развития быстроты реакции, координации движений.
- Игры для развития тактильного взаимодействия.
- Пальчиковые игры.
- Подвижные игры с использованием сдерживающих моментов.
- Психогимнастические этюды для обучения пониманию и выражению эмоционального состояния.
- Работа с глиной, водой, песком.

Рекомендации «Как играть с гипераппетивными детьми»

Подбирая игры (особенно подвижные) для гипераппетивных детей, необходимо учитывать следующие особенности таких детей: дефицит внимания, импульсивность, очень высокую активность, а также неумение длительное время подчиняться групповым правилам, выслушивать и выполнять инструкции (заострять внимание на деталях), быструю утомляемость. В игре им трудно дожидаться своей очереди и считаться с интересами других. Поэтому включать таких детей в коллективную работу целесообразно поэтапно. Начинать нужно с индивидуальной работы, затем можно привлекать ребенка к играм в малых подгруппах и только после этого переходить к коллективным играм.

Желательно использовать игры с четкими правилами, способствующие развитию внимания.

Тренировку слабых функций тоже следует проводить поэтапно. На первых порах надо подбирать такие упражнения и игры, которые способствовали бы развитию только одной функции. Например, игры, направленные на развитие только внимания или игры, которые учат ребенка контролировать свои импульсивные действия, или игры, которые помогут ребенку приобрести навыки контроля двигательной активности.

Проведя работу по тренировке одной слабой функции и получив результаты, можно подбирать игры на тренировку сразу двух функций.

Примеры игр

“Найди отличие”

Цель: развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Ребенок рисует любую несложную картинку (котик, домик и др) и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями. Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

“Разговор с руками”

Цель: научить детей контролировать свои действия. Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки — нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: “Кто вы, как вас зовут?”, “Что вы любите делать?”, “Чего не любите?”, “Какие вы?”. Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно “заключением договора” между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать. Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

“Говори!”

Цель: развитие умения контролировать импульсивные действия.

Скажите ребенку следующее. “Я буду задавать тебе простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: “Говори!” Давай потренируемся: “Какое сейчас время года?” Взрослый делает паузу. “Говори!”; “Какого цвета у нас потолок?”... “Говори!”; “Какой сегодня день недели?”... “Говори!”; “Сколько будет два плюс три?” и т. д.”

“Передай мяч”

Цель: снять излишнюю двигательную активность. Сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу. Можно в максимально быстром темпе бросать мяч друг другу или передавать его, повернувшись

спиной в круг и убрав руки за спину. Усложнить упражнение можно, попросив детей играть с закрытыми глазами или используя в игре одновременно несколько мячей.

«Отыщи-ка ты, дружок»

Цель: развитие концентрации внимания. Ребенка просят найти среди множества игрушек те, которые украшены красным цветом; с желтыми глазками; медвежат и т. д.

«Море волнуется»

Цель: контроль двигательной активности. Дети плавно качают руками из стороны в сторону, приговаривая напевно: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три...» Ведущий неожиданно выкрикивает: «Замри!» И дети сразу же должны замереть.

«Съедобное — несъедобное».

Цель: контроль импульсивности. Игра с мячом. Перечисляются разные предметы: если съедобное, нужно ловить, несъедобное — прятать руки.

«Запомни игрушку и опиши ее»

Цель: развитие памяти, концентрации внимания. Ребенку демонстрируется игрушка. Его просят запомнить ее как можно лучше. Затем игрушку убирают и просят рассказать о ней (кто это, во что одет...).

«Запрещенное движение»

Цель: развитие самоконтроля и коррекция импульсивности. Определяется запрещенное движение, которое нельзя повторять. Взрослый быстро показывает разные движения, а ребенок должен успеть повторить все, кроме запрещенного.

Гиперактивный ребенок - особый, являясь очень чувствительным, он остро реагирует на замечания, запреты, нотации. Иногда ему кажется, что родители его совсем не любят, поэтому такой малыш очень нуждается в любви и понимании. Причем в любви безусловной, когда ребенка любят не только за хорошее поведение, послушание, аккуратность, но и просто за то, что он есть!

Когда становится совсем тяжело, вспомните, что при правильной и систематической работе с детьми, к подростковому возрасту, а у некоторых детей и раньше, гиперактивность проходит. Важно, чтобы ребенок подошел к этому возрасту без груза отрицательных эмоций и комплексов неполноценности.

Список использованной литературы:

1. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок. М., 2001.
2. Лютова Е. К., Моница Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб.: Речь, 2001. – 190 с.
3. Лютова Е. К., Моница Г. Б. Шпаргалка для родителей: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2010. – 136 с.
4. Каюмов Д.Д., Каюмова Е.А. Психокоррекционная помощь воспитанникам с диагнозом СДВГ при подготовке к школе. Журнал «Справочник педагога-психолога. Детский сад» Павлова М. Гиперактивный ребенок //Дошкольное Образование, № 11, 2015.
5. Фесенко Е.В., Фесенко Ю.А. Если у вас «ребенок с моторчиком». – СПб.: ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011.- 64 с.
6. Широкова Г.А. Справочник дошкольного психолога. - Р-н-Д:Феникс, 2003.

7. Широкова Г. А., Жадько Е. Г. Практикум детского психолога. – Р-н-Д: Феникс, 2005. – 320 с.