

«Гиперактивность»

Воспитатель: Марусенко М.С.

Проблема гиперактивности детей интересует исследователей уже давно, в настоящее время эта проблема становится все более значимой, т.к. количество гиперактивных детей растет. У каждого ребенка свои причины гиперактивности. Потому прежде чем заниматься коррекцией, необходима диагностика проявлений и причин гиперактивного поведения.

Анализируя литературные источники можно говорить о том, что исследователями уделяется много внимания проблемам коррекции гиперактивности. Они предлагают различные методы и методики в зависимости от причины, степени и стадии гиперактивности.

Гиперактивность - это не поведенческая проблема, *не результат плохого воспитания*, а медицинский и нейропсихологический диагноз, который может быть поставлен по результатам специальной диагностики.

Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями. Гиперактивный ребёнок имеет нейрофизиологические проблемы, *справиться с которыми самостоятельно не может*. Меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребёнка, а, скорее, ухудшат его.

Эффективные результаты коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности достигаются при оптимальном сочетании методов, к которым относятся также *игры и упражнения*.

Чтобы помощь гиперактивным детям была эффективной нужно, чтобы каждый специалист, работающий с ребенком, мог внести свой вклад. Незаменима и бесценна конечно помощь и участие родителей. Важно применять правильные методы в поощрении и пресечении каких-то поведенческих проявлений, тренировать навыки управления своим вниманием и поведением. Именно в этом лучше всего может помочь *игра*.

Но прежде, чем перейти к описанию игр, определим правила, которые нужно соблюдать при общении с гиперактивным ребенком.

Правило 1. Начинать нужно с тренировки только одной функции (например, только внимания).

Правило 2. Недопускать переутомление и перевозбуждение ребенка: вовремя переключать его на другие виды игр и занятий, но не слишком часто. Важно также соблюдать режим дня, обеспечить ребенку полноценный сон и спокойную обстановку.

Правило 3. Так как гиперактивному ребенку сложно контролировать себя, то он нуждается в контроле со стороны взрослого. 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.

Правило 4. Начинать заниматься с гиперактивным ребенком лучше индивидуально и только потом постепенно вводить его в групповые игры, так как индивидуальные особенности таких детей мешают им сосредоточиться на том, что предлагает взрослый, если рядом есть сверстники.

Игры для развития внимания

«Корректор»

Эту игру дети обычно любят за то, что она дает им возможность почувствовать себя взрослыми и важными. Для начала нужно объяснить им смысл непонятого слова "корректор". Вспомнить с ребенком его любимые книги и детские журналы. Встречал ли он в них когда-нибудь ошибки и опечатки? Конечно, нет, если речь идет о хорошем издательстве. А ведь авторы тоже могут допускать ошибки. Кто же занимается их исправлением и не пропускает в печать разные опечатки? Этот человек и есть корректор. Далее ребенку предлагается поработать на такой ответственной должности.

Нужно взять старую книгу или журнал, где есть большие тексты. Договорится с ребенком о том, какая буква сегодня будет условно "неправильной", то есть какую букву он будет вычеркивать. Затем выбрать фрагмент текста или засечь время работы (не более десяти минут). Когда пройдет это время или будет проверен весь выбранный отрывок, необходимо проверить текст. Если дети отыскали все нужные буквы, то обязательно похвалить их. Корректору можно даже выдать премию (например, в виде сладостей или маленьких сюрпризов).

Если же корректором были допущены пропуски или ошибки, то ему есть в чем совершенствоваться.

Для фиксирования результатов работы нужно взять листок в клеточку и начертить на нем систему координат. Вверх по вертикальной оси отложить столько клеточек, сколько ошибок допустил ребенок. При повторном проведении игры на этом же чертеже правее отложить следующее количество ошибок. Соединить полученные точки. Если кривая поползла вниз, значит, ребенок работает более внимательно, чем раньше.

Описанную игру желательно проводить с невнимательными детьми систематически. Тогда она станет эффективным инструментом, способным исправить этот недостаток. Если ребенок уже без труда справляется с заданием, то можно его усложнить следующими способами. Во-первых, можно предложить корректору вычеркивать не одну букву, а три, причем разными способами. Так, например, букву "М" нужно вычеркивать, букву "С" подчеркивать, а "И" обводить в кружок. Во-вторых, можно вносить шумовые помехи, которые будут отвлекать ребенка от работы над заданием. То есть в отведенное для "корректур" время вместо того, чтобы хранить молчание и помогать ребенку сосредоточиться, педагог будет играть роль "вредного": шуметь, шуршать, рассказывать истории, ронять предметы, включать и выключать магнитофон и выполнять прочие действия.

«Лови - не лови»

Правила этой игры похожи на всем известный способ играть в "Съедобное - несъедобное". Только условие, когда ребенок ловит мяч, а когда нет, может меняться в каждом коне игры. Например, первый раз договариваются что, если водящий бросает мяч, произнося слово, относящееся к растениям, то игрок ловит его. Если же слово не является растением, то отбивает мяч. Например, один кон игры мог бы называться "Мебель - не мебель". Аналогично можно играть в такие варианты, как "Рыба - не рыба", "Транспорт - не транспорт", "Летает - не летает" и множество других. Количество выбираемых условий игры зависит от фантазии.

«Я весь во внимании»

В этой игре ребенку понадобится все его актерское дарование, а взрослому - изобретательность. Можно ввести участников в игру с помощью представления, действие которого происходит на кинопробах. Юному актерам предлагают изобразить человека, который "весь во внимании", то есть полностью поглощен своими мыслями и чувствами, поэтому он совершенно не замечает того, что происходит вокруг него. Но этим роль не ограничивается. У начинающей звезды экрана есть конкуренты. Они будут всячески мешать ему хорошо сыграть свою роль. Для этого они могут рассказывать анекдоты, обращаться к актеру за помощью, пытаться удивить или рассмешить его, чтобы привлечь к себе внимание. Единственное, чего они не имеют права делать, - это дотрагиваться до актера. Но и у актера есть ограничения в правах: он не может закрывать глаза или уши.

После того как режиссер скажет: "Стоп", все участники перестают играть. Можно даже взять интервью у начинающего артиста, пусть он расскажет, как ему удалось быть внимательным и не отвлекаться на специально создаваемые помехи.

Эта игра будет веселее, если подключить к ней нескольких детей. Но, тогда нужно будет следить за порядком, чтобы "конкуренты" не переусердствовали в стремлении отвлечь "актера". Также участие взрослого может показать детям неожиданные и интересные ходы, которые они могут использовать.

Игры для релаксации

«Тряпичная кукла и солдат»

Воспитатель обращается к детям «Пожалуйста, все встаньте и расположитесь так, чтобы вокруг каждого из вас было свободное место. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку, как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. А теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными... Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. (10 секунд.)

Теперь опять станьте тряпичной куклой, мягкой, расслабленной и подвижной. Снова станьте солдатом... (10 секунд.) Теперь опять тряпичной куклой...»

Просить детей попеременно быть солдатом и тряпичной куклой до тех пор, пока не сложится впечатление, что они уже вполне расслабились.

В конце игры попросить детей встряхнуть руками, как будто они стряхивают с них капельки воды. Стряхнуть капельки воды со спины, с волос, с верхней части ног и ступней.

Заканчивать такие игры следует на стадии расслабления, когда педагог почувствует, что ребенок достаточно отдохнул.

«Шалтай-Болтай»

Персонаж этой игры наверняка понравится гиперактивному ребенку, так как их поведение во многом схоже. Чтобы дети лучше вошли в роль, спросить, читали ли они стихотворение С. Маршака о Шалтае-Болтае. А может быть, они видели мультфильм о нем? Если это так, то пусть ребенок расскажет о том, кто такой Шалтай-Болтай, почему его так называют и как он себя

ведет. После этого можно начинать игру. Воспитатель читает отрывок из стихотворения Маршака, а ребенок изображает героя. Для этого он будет поворачивать туловище вправо и влево, свободно болтая мягкими, расслабленными руками. Кому этого недостаточно, может крутить еще и головой.

Итак, взрослый в этой игре должен читать стихотворение:

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне.

Когда воспитатель произнесет последнюю строчку, ребенок должен резко наклонить тело вперед и вниз, перестав болтать руками и расслабившись. Можно позволить ребенку для иллюстрации этой части стихотворения упасть на пол, но тогда стоит позаботиться о его чистоте и ковровом покрытии.

Чередование быстрых, энергичных движений с расслаблением и покоем очень полезно для гиперактивного ребенка, так как в этой игре он получает определенное удовольствие от расслабленного падения на пол, а значит, от покоя. Чтобы добиться максимального расслабления, повторить игру несколько раз подряд. Чтобы она не наскучила, можно читать стихотворение в разном темпе, а ребенок соответственно будет замедлять или ускорять свои движения.

«Путешествие на облаке» (Фонель К).

Материалы: В качестве сопровождения желательно использовать спокойную инструментальную музыку.

Воспитатель обращается к детям:

- Сядьте удобнее и закройте глаза. Два-три раза глубоко вдохните и выдохните...Я хочу пригласить тебя в путешествие на облаке. Прыгни на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как твои ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Твое облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуешь, как ветер овеивает твое лицо? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть твое облако перенесет тебя сейчас в такое место, где ты будешь счастлив. Постарайся мысленно "увидеть" это место как можно более точно. Здесь ты чувствуешь себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что-нибудь чудесное и волшебное... (30 секунд.) Теперь ты снова на своем облаке, и оно везет тебя назад, на твое место в классе. Слезь с облака и поблагодари его за то, что оно так хорошо тебя покатило... Теперь понаблюдай, как оно медленно растает в воздухе... Потянись, выпрямись и снова будь бодрый, свежий и внимательный.

Помогайте своим детям!