

ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЁНОК



ГИПЕРАКТИВНОСТЬ

- совокупность симптомов, связанных с чрезмерной психической и моторной активностью.

«Гипер»



«Активный»

повышенный,
преувеличенный,
превосходящий норму

деятельный,
действенный

«активный выше нормы»

Признаки гиперактивности:

1. Беспокойные движения в кистях и стопах. Сидя на стуле, корчится, извивается.
2. Не может спокойно сидеть на месте, когда этого от него требуют.
3. Легко отвлекается на посторонние стимулы.
4. С трудом дожидается своей очереди во время игр и в различных ситуациях в коллективе (на занятиях, во время экскурсий и праздников).
5. На вопросы часто отвечает, не задумываясь, не выслушав их до конца.
6. При выполнении предложенных заданий испытывает сложности (не связанные с негативным поведением или недостаточностью понимания).
7. С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.
8. Часто переходит от одного незавершённого действия к другому.
9. Не может играть тихо, спокойно.
10. Болтливый.
11. Часто мешает другим, пристаёт к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).
12. Часто складывается впечатление, что ребёнок не слушает обращенную к нему речь.
13. Часто теряет вещи, необходимые в детском саду, школе, дома, на улице.
14. Иногда совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях, но приключений или острых ощущений специально не ищет (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).

Мы их можем называть:

**«подвижные»
«вулканчик»**

**«импульсивные»
«норовистые»**



**«шустрики»
«вечный двигатель»**

**«моторчик на
ножках»**

Причина гиперактивности



Биологические (имеют решающее значение в первые 2-3 г. жизни ребенка)

- **Пренатальная патология:** токсикозы, хронические заболевания, инфекционные заболевания, принятие больших доз алкоголя, несовместимость по резус-фактору, угроза выкидыша, стрессы, нежелание ребенка, попытки прервать беременность, возраст родителей, у женщин выше 30, а возраст отца – 39 лет;
- **Осложнения при родах:** ММД (нехватка кислорода);
- **Перинатальная патология** преждевременные, скоротечные или затяжные роды; маленький вес при рождении 1,5 – 2,5 кг; недоношенные дети;
- **Заболевания детей в младенчестве**



Генетические

Врождённая неполноценность функциональных систем мозга, регулирующих психомоторную и вегетативную деятельность организма (10-20 % детей)



1. Пищевые красители и консерванты;
2. Рафинированные продукты питания;
3. Дефицит витаминов и микроэлементов;
4. Отравление свинцом, нитратами, диоксидами



Социальные

1. **Психологический микроклимат в семье** (ссоры, конфликты, алкоголизм, аморальное поведение);
2. **Особенности воспитания – гиперопека**, воспитание по типу «кумир семьи»; воспитание в неполных семьях; повторный брак родителей; продолжительная разлука с родителями;
3. **Эмоционально неустойчивая мама** «заряжает» ребенка тревогой, напряженностью, ожиданием опасности.
4. **Главная детская потребность – в материнской любви и ласке.** Ребенок испытывает дефицит эмоционального и физического контакта с мамой.

Формирование самооценки

Самооценка у гиперактивного ребёнка, как правило, снижена. Поэтому особое внимание при воспитании такого ребёнка следует уделять **формированию адекватной самооценки**. Для этого в общении с ним придерживайтесь следующих правил:

- 1. Не ругайте ребёнка при ком-то. Все спорные вопросы выясняйте наедине.**
- 2. Не прибегайте к физическому наказанию. Если он поступил плохо, не говорить, что он плохой. Не сравнивать его с другими детьми.**
- 3. Уметь признавать свои ошибки при ребёнке. Этим показать ему, что каждый человек имеет право на ошибку и идеальных людей не бывает.**

Оптимальный возраст для коррекции СДВГ – 5-7 лет. В этом возрасте у ребёнка хорошо развита психомоторная сфера, поэтому используя подвижные игры, можно формировать у ребёнка концентрацию внимания и память.

Родителям и педагогам важно помнить, что:

Ребёнок не специально ведёт себя так, чтобы доставить всем неприятности или кого-то разозлить. Он просто плохо управляет собственным поведением и эмоциями;

Необходимо оберегать ребёнка от переутомления, от избытка впечатлений (стараться не посещать с ним многолюдные места, ограничивать просмотр телевизора и т.п.), по мере возможности установить режим.

Не следует запрещать активные действия, особенно в категоричной форме, нельзя кричать на ребенка—от шума, громкого голоса возбуждение только усиливается. Лучше направить его энергию в конструктивное русло, переключить на другое занятие, другую деятельность, по возможности предложить ему активно подвигаться;

Воспитывать гиперактивного ребёнка—огромная психологическая нагрузка для отдельно взятого родителя и для всей семьи, поэтому по мере возможности важно расширять круг знакомых и помощников, способных помогать ребёнку в его деятельности и развитии.

Наказание

Наказание

1. Не кричать на ребёнка – от этого страдает его психика. Объясните всё спокойным тоном, что бы общение происходило на «равных» позициях;
2. Самое страшное наказание для ребёнка – постановка в угол. В таком положении он ограничен физически и пространственно, что отрицательно сказывается на его психическом состоянии. Такая мера наказания может развить фобии, комплексы.
3. Самый лучший способ взаимодействия с ребёнком – сотрудничество. Поговорите с ним, попытайтесь вместе определить причины его поступка, дайте возможность ребёнку осознать свою неправоту, попросить прощения и разработать план действий, то есть способы ликвидации последствий плохого поступка.

Гиперактивному ребёнку необходимо признание его важности.

Как работать с гиперактивным ребёнком?

1. Принять ребёнка таким, каков он есть.
2. Работать с ребёнком в начале дня, а не вечером.
3. Работать в тесном сотрудничестве с родителями, психологом.
4. На занятии использовать визуальные опоры.
5. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний.
6. Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физкультминутки.
7. Убрать лишние раздражители из поля зрения ребёнка.
8. Занятия с ребёнком должны проходить в эмоционально-привлекательной форме.
9. Посадить ребёнка во время занятий рядом со взрослым.
10. Использовать тактильный контакт (прикосновение, поглаживания).
11. Договариваться с ребёнком о тех или иных действиях заранее.
12. Давать короткие, чёткие и конкретные инструкции.
13. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.
14. Начинать и заканчивать занятия заданиями, с которыми ребёнок справится.
15. Предоставлять ребёнку возможность выбора.
16. Спокойный, уверенный настрой при работе с таким ребёнком.
17. В отношениях с ребёнком придерживайтесь «позитивной модели».
18. Проводите беседы о нравственных и этических нормах поведения.
19. Посадите его рядом со спокойным ребёнком.
20. Не допускайте утомления ребёнка.
21. Ограничьте участие такого ребёнка в мероприятиях с большим скоплением людей.

Игры для гиперактивных детей

Игры для гиперактивных детей должны быть направлены на:

- на развитие внимания;
- на преодоление расторможенности и тренировку усидчивости;
- на тренировку выдержки и контроль импульсивности.

Между занятиями, на перемене можно предложить следующие игры (педагогу достаточно начать): **«Съедобное - не съедобное»**, **«Да-нет»**, **«Угадай что я загадал»**, **«Море волнуется»** и т.п.

Для дошкольников и младших школьников можно проводить игры за партами:

«Многоножки»

Перед началом игры руки находятся на краю стола. По сигналу педагога многоножки начинают двигаться к противоположному краю стола или в любом другом, заданном педагогом, направлении. В движении принимают участие все пять пальцев.

«Двуножки»

Игра проводится аналогично предыдущей, но в гонках” участвуют только 2 пальца: указательный и средний. Остальные прижаты к ладони. Можно устраивать гонки между “двуножками” левой и правой руки, между «двуножками» соседей по парте.

«Морские волны»

Цель: научить детей переключать внимание с одного вида деятельности на другой, способствовать снижению мышечного напряжения.

По сигналу педагога «Штиль» все дети «замирают». По сигналу «Волны» дети по очереди встают за своими столами. Закончить игру надо командой «Штиль».

«Ловим комаров» (Лютова Е.К., Моница Г.Б.)

Цель: снять мышечное напряжение с кистей рук, дать возможность гиперактивным детям подвигаться в свободном ритме и темпе.

Скажите детям: «Давайте представим, что наступило лето, я открыла форточку и к нам в класс (группу) налетело много комаров. По команде «Начали!» вы будете ловить комаров. Вот так! Педагог в медленном или среднем темпе делает хаотичные движения в воздухе, сжимая и разжимая при этом кулаки. То поочередно, то одновременно. Каждый ребенок будет «ловить комаров» в своем темпе и в своем ритме, не задевая тех, кто сидит рядом. По команде «Стой!» вы садитесь вот так: педагог показывает, как надо сесть (на свое усмотрение). Готовы? «Начали!»... «Стоп!» Хорошо потрудились. Устали. Опустите расслабленные ноги вниз, встряхните несколько раз ладонями. Пусть руки отдыхают. А теперь — снова за работу!»

Дополнительно....





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

Использованная литература:

1. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребёнок, или Всё о гиперактивных детях. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Психотерапия, 2008. – 208 с.
2. картинки: www.yandex.ru
3. http://adalin.mospsy.ru/l_02_00/l_02_07k.shtml
4. <http://www.2mm.ru/zdorovie/144>