Семинар-практикум для родителей гиперактивных детей «Шустрые детки»

Проводит педагог-психолог

Семинар – о чем и для кого?

Данный семинар – практикум подойдет, **в первую очередь** – родителям, которые ответственно относятся к воспитанию ребенка. **Во-вторых**, для детей, имеющих синдром гиперактивности и дефицита внимания, ну и, конечно, для специалистов, которые работают с данной группой детей.

Мы с вами сегодня познакомимся с понятием гиперактивность наглядно, проведем экспресс диагностику и узнаем, ваш ребенок гиперактивный или просто непослушный, узнаем, как правильно взаимодействовать и выстраивать режим учебы и отдыха с вашими детьми.

Просмотр мультфильма

ЭКСПРЕСС – тест «Гиперактивность или непослушание?»

Отметьте галочкой пункты, которые соответствуют вашему ребенку:

Невнимательность

- С трудом удерживает внимание во время выполнения школьных заданий и во время игр
- Часто допускает ошибки из-за небрежности
- Часто складывается впечатление, что ребенок не слышит обращенную к нему речь
- Часто оказывается не в состоянии придерживаться инструкции к заданию, не доводит дела до конца
- Ему сложно самому организовать себя на выполнение задания
- Избегает, очень не любит задания, требующие длительного сохранения умственного напряжения.
- Часто теряет свои вещи
- Легко отвлекается на посторонние стимулы
- Часто проявляет забывчивость в повседневных ситуациях

Гиперактивность

- ✔ Наблюдаются частые беспокойные движения, ребенок крутится, вертится, что-то теребит в руках и т.п.
- ✔ Часто встает со своего места на уроках или в других ситуациях, когда нужно оставаться на месте
- ✔ Проявляет бесцельную (только чтоб выплеснуть энергию) двигательную активность: бегает, прыгает, пытается куда-то залезть и т.д.
- ✔ Обычно не может тихо, спокойно играть, заниматься чем-либо на досуге.
- ✔ Часто находится в постоянном движении, «будто к нему прикрепили мотор».
- ✔ Часто бывает болтливым

Импульсивность

Результаты Экспресс-диагностики

РЕЗУЛЬТАТЫ:

5 и более признаков невнимательности из перечисленных выше и 5 и более признаков гиперактивности и импульсивности, причем они устойчивы во времени (сохраняются на протяжении как минимум 6 месяцев) и в ситуации (то есть проявляются и в школе, и дома), то с можно говорить о наличии у этого ребенка СДВГ.

Рекомендации по взаимодействию с шустрыми детками

- С гиперактивным ребенком **необходимо общаться мягко, спокойно**. Если взрослый выполняет вместе с ним учебное задание, желательно избегать как криков и приказаний, так и восторженных интонаций, эмоционально приподнятого тона. Гиперактивный ребенок, будучи чувствительным и восприимчивым, скорее всего, быстро присоединится к настроению взрослого. **Родительские эмоции станут препятствием для эффективных действий**.

- **Соблюдение дома четкого распорядка дня** - еще одно из важнейших условий взаимодействия с гиперактивным ребенком. И прием пищи, и прогулки, выполнение домашних заданий необходимо осуществлять в одно и то же привычное для ребенка время. Чтобы предотвратить перевозбуждение, **ребенок должен ложиться спать в строго определенное время**, причем продолжительность сна должна быть достаточной для восстановления сил.

- По возможности надо **оградить гиперактивного ребенка от длительных занятий на компьютере и от просмотра телевизионных передач**, особенно способствующих эмоциональному возбуждению.

- **Гиперактивному ребенку полезны спокойные прогулки перед сном**, во время которых родители имеют возможность откровенно поговорить с ребенком наедине, узнать о его проблемах. А свежий воздух и размеренный шаг помогут ребенку успокоиться.

Игры дома

«Тише мыши»

Правила: Вы говорите слово, а ребенок старается произнести это слово громче, чем вы. А потом, наоборот, попросите его говорить тише, чем вы.

«Силач»

Правила: предложите ребенку двигать заведомо неподъемный диван, а потом падать и отдыхать.

«Тигр на охоте»

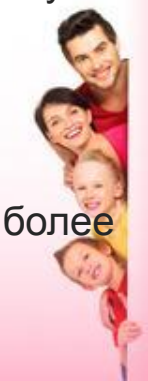
Правила: предложите ребенку представить, что он тигр на охоте. Он должен долго неподвижно сидеть в засаде, а потом прыгать и кого-то ловить. Или вместе с ребенком ловите воображаемых бабочек, к которым нужно медленно и очень тихо подкрадываться. Под каким-нибудь игровым предлогом, спрячьтесь вместе под одеялом и сидите там тихо-тихо.

«Платок»

Правила: возьмите салфетку (платок, лист) и подбросьте вверх. Скажите ребенку, что пока салфетка падает, нужно как можно громче смеяться. Но как только упадет, следует сразу замолчать. Играйте вместе с ребенком.

«Регулятор громкости»

Правила: предложите ребенку повторять за вами все слова и действия. Начинайте показывать быстрые, резкие движения или громко кричите. Постепенно переходите к более спокойным, плавным движениям и тихой речи.



Что почитать?

Рекомендуемая литература:

Деннисон П., Деннисон Г. Программа «Гимнастика мозга». Ч. 1 и 2/ Пер. С.М. Масгутовой. М., 1997

Заваденко Н.Н. Как понять ребенка: дети с гиперактивностью и дефицитом внимания. – М., 2000

Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам. - М.: ТЦ Сфера, 2002 – 128 с.

Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие. М., 1999

Спасибо за ваше внимание!

Что было полезного?

Что вы запомнили?

Какие есть вопросы?