

«Мой любимый непоседа»

Советы педагогам как работать с гиперактивными детьми

«Дети-катастрофы», «дети-ураганы» - как только детей с гиперактивностью не называют. С каждым годом их становится всё больше.

Работа с ними сложна, кропотлива, требует много физических и душевных сил, чёткой организации, но такой, которая бы не подавляла активность ребёнка, а помогала ему в усвоении правил поведения знаний, навыков.

Всю свою работу с гиперактивным ребёнком мы строим, опираясь на два «не».

Нельзя «идти на поводу», допуская вседозволенность – это приводит только к усилению хаоса. В то же время от него нельзя требовать, что ему не под силу, это вызывает непослушание, протест, а самое неприятное – отношение к самому себе как плохому, непослушному.

Четыре направления в работе с гиперактивными детьми.

- *Снятие напряжения и излишней двигательной активности.*

Работать с гиперактивным ребёнком непросто. Нужно глубоко, душой понять беду, постигшую маленького человека. И только тогда реально подобрать верный тон, не сорваться на крик или не впасть в безудержное сюсюканье. (К сожалению, это получается не всегда).

Слова запрета, нотаций, окрики для таких детей пустой звук. Для них важнее зрительный, тактильный контакт. У нас гиперактивные дети всегда сидят на занятиях за первым столом. Это обеспечивает с ним постоянный зрительный контакт (“глаза в глаза”). Но вот нашему “урагану“ уже нет сил сидеть. Он начинает вертеться, дёргаться.... Здесь достаточно подойти к нему, молча положить на плечо руку, погладить по плечу или слегка похлопать. “Непоседа“ успокаивается на какое-то время.

Вот он несётся за кем-то из детей полный гнева. Мы прижимаем его к себе: «Давай с тобой подышим и посчитаем вдохи». И ребёнок отвлётся. И нет уже места гневу.

В качестве лечения детям с гиперактивностью показана физкультура. Она успокаивающе действует на нервную систему ребёнка, помогает выработать правильную координацию движения, восстановить поведенческие реакции. Более того, лечение детей с СДВГ обязательно должно включать физическую реабилитацию.

Но не все виды физической культуры показаны таким детям.

Во-первых, лечебная физкультура должна проводиться под контролем педиатра, невропатолога и врача ЛФК.

Во-вторых, им нельзя участвовать в играх, где сильно выражены эмоции: соревнования, командные игры (футбол, баскетбол), показательные выступления.

У нас гиперактивные дети занимаются танцами, хореографией. Родителям советуем отдать их на плавание.

Во время прогулки, если наш “непоседа” перевозбудился, мы вовлекаем его в лёгкий бег: «Давай с тобой пробежимся по площадке. Во время бега можно менять его виды: змейкой, челночный бег и т.д. После бега нервное напряжение оставляет ребёнка.

Гиперактивные дети часто страдают так называемой дизритмией – у них с трудом устанавливается суточный биоритм, они плохо засыпают, с трудом просыпаются. Мы всегда сидим рядом с таким ребёнком, держа его за руку или поглаживая плечико, голову, пока он не уснёт.

Тренировка внимания. Поскольку для гиперактивных детей характерны также нарушения внимания и самоконтроля, важно с ними проводить простые игры на развитие данных функций.

В этом хорошо помогают игры с правилами. Причём, игры и правила к ним придумываем сами, когда педагог, но чаще – ребёнок. Например: отбить о землю мяч, поймать его, хлопнуть в ладоши, поймать, снова отбить и т.д. Побеждает тот, кто не собьётся с ритма.

Вот пример ещё одной игры: добежать до противоположного конца площадки, 3-5 раз присесть и возвратиться. Как видим, и задания и правила просты, но и они часто вызывают затруднения. Но любая игра должна заканчиваться на положительной ноте.

Ребёнку обязательно надо дать почувствовать, что прилагая определённые усилия, он может со всем справиться.

Хорошо также тренируют внимание такие игры, например «Назови всё деревянное», «Назови всё зелёное», «Найди признаки осени (зимы, весны, лета), «Море волнуется», «День и ночь», «Что изменилось», «Лабиринты», «Чем похожи, чем отличаются», «Найди лишнее», «Зоркий глаз», «Внимание, фотографируем» (произносятся слова: «Внимание, фотографируем» и ребёнку показывается сюжетная картинка. Ребёнок её 3-5 секунд рассматривает. Картинка убирается. Ребёнок должен запомнить как можно больше предметов, изображённых на картинке.

Мы всегда призываем ребёнка с СДВГ поддерживать во всём порядок. Помним, что беспорядок и раскиданные вещи – очень характерная черта жизненного пространства гиперактивного ребёнка. Он так быстро переключается с одной деятельности на другую, что времени и внимания, для того чтобы положить взятую вещь на место, просто не оказывается. В то же время беспорядок сильно дезорганизует внимание, мешает сосредоточиться.

Метод поучений и нотаций в данном случае не годится (ребёнку в большинстве случаев действительно не по силам самому поддерживать порядок). Мы стараемся быть постоянно рядом с таким детьми.

Дети оделись на прогулку. Педагог: «Посмотрите внимательно на себя в зеркало, всё ли в порядке. Посмотрите друг на друга, помогите друг другу». Это с одной стороны воспитывает опрятность, с другой – тренирует внимание.

После прогулки мы часто привлекаем гиперактивного ребёнка к себе в помощники.

- «Руслан, наведи порядок в своём шкафчике, а затем мы с тобой поможем другим детям навести в своих шкафчиках такой же отличный порядок, как у тебя».

Игрушки мы убираем с гиперактивным ребёнком вместе, при этом даём ему небольшие поручения. «Руслан, ты сложи в коробку кубики, а я уберу машинки».

Следование за ребёнком. Гиперактивный ребёнок плывёт по течению. Мысли его хаотичны. Они порхают с одного предмета на другой, подолгу ни на чём не задерживаясь. Важно увидеть тот момент, когда “непоседу“ что-то заинтересовало и постараться удержать его внимание на этом предмете, объекте как можно дольше, расспросить, чем заинтересовал его этот предмет, предложить описать его детали как можно подробнее. И мы вместе с ребёнком стараемся их как-то прокомментировать.

Все перечисленные мероприятия не избавляют ребёнка от гиперактивности, но позволяют держать ситуацию под контролем.

Литература:

1. Арцишевская И.Л. Работа с гиперактивными детьми в детском саду.-М.: Книголюб,2011г.
2. Бабурова Е. ,Васильев С. «Сто не даёт ногам покоя?» Ж-л «Мой ребёнок» 2010г.
3. В.Волина. Как стать хорошим, СПб., Дидактика плюс, 2001г.
4. Заваденко Н.Н. Диагноз и дифференцированный диагноз синдрома дефицита внимания с гиперактивностью у детей // Школьный психолог.2000.№4.
5. Лютова Е.К. , Моница Г.Б. Шпаргалка для родителей Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми.-м.:Речь, 2010 г.