

Консультация для педагогов «Гиперактивность»

Кадникова Н.И.

Гиперактивность у ребёнка становится заметной уже в дошкольном возрасте. Он стремится успеть как можно больше, однако эта торопливость не носит продуктивного характера. Подобное поведение чревато возникновением трудностей в обучении, восприятии окружающего мира, общении со сверстниками и взрослыми. Поэтому к таким детям нужен особый, индивидуальный подход.

Если ребёнок живой, подвижный и непоседливый – это не всегда свидетельствует о его гиперактивности. Вполне нормально, если он не может усидеть долго за столом, неугомонен перед сном, непослушен в магазине игрушек и бегаёт, не останавливаясь, после длительного переезда. Главное отличие активного ребёнка от гиперактивного заключается именно в том, что последний будет бегать, бесцельно двигаться, не задерживаясь надолго на любом, самом интересном предмете, независимо от ситуации, будь то дома, в гостях или кабинете врача. На него не подействуют ни бесконечные просьбы, ни уговоры, ни подкуп. У него не работает механизм самоконтроля, в отличие от его сверстников, даже самых избалованных. Гиперактивность – это болезнь, которую необходимо лечить.

Понятие «гиперактивность» характеризуется следующими признаками. Гиперактивные дети суетливы, никогда не сидят спокойно. Нередко бывают болтливы. Часто беспричинно двигают кистями рук, стопами, елозят на стуле, постоянно оборачиваются. Они не в состоянии долго усидеть на месте, вскакивают без разрешения, ходят по группе и т.п. Двигательная активность такого ребёнка, как правило, не имеет определённой цели. Он просто так бегаёт, крутится, карабкается, пытается куда-то залезть, хотя порой это бывает далеко не безопасно. Гиперактивные дети не могут играть в тихие игры, отдыхать, сидеть тихо и спокойно, заниматься чем-то определённым. Они всегда нацелены на движение.

Гиперактивные дети на протяжении первого года жизни плохо и мало спят, особенно ночью. Тяжело засыпают, легко возбуждаются, громко плачут. Они чрезвычайно чувствительны ко всем внешним раздражителям: свету, шуму, духоте. Жаре, холоду и т.д. В два – четыре года у них появляется диспраксия, так называемая неуклюжесть.

Дети постоянно что-нибудь переворачивают или опрокидывают, очень медленно выполняют работу, требующую ловкости и работоспособности. Многие с трудом

обучаются езде на велосипеде и удручающе плохо играют в подвижные игры с мячом. Тело ребёнка как бы «не вписывается» в пространство, задевая предметы, натываясь на простенки, дверные проёмы. Несмотря на то, что нередко у таких детей живая мимика, быстрая речь, подвижные глаза, они зачастую оказываются как бы вне ситуации, т.е. «уходят» из неё, а затем спустя некоторое время снова «возвращаются».

Всё более отчётливо проявляется неспособность сосредоточиться на каком-нибудь предмете или явлении. Ребёнок разбрасывает игрушки, не может спокойно дослушать сказку, досмотреть мультфильм.

Такой ребёнок чувствует себя неуютно в коллективе, ведь попав в разряд «неуспевающих», он ощущает негативное отношение со стороны педагогов и сверстников, что ещё больше усугубляется неадекватным активным поведением. Дошкольника часто ругают взрослые, над ним смеются и «не берут в игру» дети. Из-за этого неуравновешенность, вспыльчивость, заниженная самооценка – характерные эмоции при синдроме дефицита внимания с гиперактивностью – получают дополнительный стимул. Вспышки гнева и раздражения случаются довольно часто и порой даже на ровном месте. Многие дети замыкаются и начинают жить своей отдельной внутренней жизнью. Но случается и обратное – гиперактивный ребёнок становится лидером в коллективе.

Многие дети жалуются на частые головные боли (ноющие, давящие, сжимающие), сонливость, повышенную утомляемость. У некоторых наблюдается энурез (недержание мочи), причём не только ночью, но и днём.

Если болезнь не лечить, то с каждым годом проблемы с поведением ребёнка усугубляются. Наиболее ярко симптомы заболевания начинают проявляться в детском саду, примерно в пятилетнем возрасте, и сохраняются приблизительно до 12 лет. Детям дошкольного возраста диагноз синдром дефицита внимания с гиперактивностью при первом обращении специалисты обычно не ставят, а наблюдают за ребёнком несколько месяцев, в течение которых симптомы должны сохраняться. Это позволяет избежать диагностических ошибок. Второй «всплеск» симптомов относят к 14 годам, что совпадает с периодом полового созревания.

Взаимодействие педагогов с гиперактивным ребёнком

С появлением гиперактивного ребёнка в детском саду у педагогов возникает немало проблем. Воспитатели жалуются на исходящее от него непрекращающееся беспокойство, замечают, что он вмешивается во все дела, болтает без умолку, обижает друзей. При этом

следует помнить, что многое зависит от поведения самих взрослых, стратегии и тактики общения с таким ребёнком. Так, система запретов должна сопровождаться альтернативными предложениями. Например, если ребёнок начинает рвать обои – можно предложить ему порвать ненужный лист бумаги, а затем собрать все клочки в пакетик.

Занятия с детьми должны способствовать снятию напряжения, излишней двигательной активности, снижению агрессивности, развитию умения концентрировать внимание, следовать инструкциям педагога.

Многие дети с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью с трудом выдерживают тихий час в детском саду. В таком случае необходимо сесть с ребёнком рядом, погладить по головке, приговаривая ласковые, добрые слова. Благодаря этому мышечное беспокойство и эмоциональная напряжённость дошкольника будут снижаться. Постепенно он привыкнет отдыхать в это время дня, будет вставать отдохнувшим, менее импульсивным, а порой и выспавшимся. Эмоциональный и тактильный контакт очень эффективен при взаимодействии с гиперактивным ребёнком.

Всё это даёт результаты, если подобную линию поведения по отношению к дошкольнику выберут и его родители.

Конечно же воспитатели детских садов и школьные учителя обязаны помнить, что гиперактивному ребёнку легче работать в начале дня, чем вечером, а также в начале занятия, а не в конце. Интересно, что ребёнок, работая один на один с взрослым, не проявляет признаков гиперактивности и гораздо успешнее справляется с работой. Нагрузка должна соответствовать возможностям ребёнка. Например, если дети в группе детского сада могут заниматься какой-либо деятельностью 20 минут, а гиперактивный ребёнок работает продуктивно лишь 10 минут, не надо заставлять его продолжать занятие дольше. Пользы это не принесёт. Разумнее переключить его на другой вид деятельности: попросить полить цветы, накрыть на стол, поднять «случайно» оброненный карандаш и т.д. Если ребёнок в состоянии продолжить занятие, можно разрешить вернуться к нему. Занятия в подготовительной к школе группе продолжаются 30-35 минут, и любой ребёнок должен подчиняться режиму. К сожалению, гиперактивный ребёнок не в состоянии поддерживать активное внимание в течение такого длительного отрезка времени. Ему будет легче, если занятие разделить на части: например, после выполнения 2-3-х заданий можно поиграть с детьми, провести физкультминутку или сделать гимнастику для пальцев.

Психологи заметили: чем более драматичен, экспрессивен, театрален воспитатель, тем легче он справляется с проблемами гиперактивного ребёнка, которого влечёт всё

неожиданное, новое. Необычность поведения педагога меняет психологический настрой ребёнка, помогает переключить его внимание на нужный предмет.

В процессе обучения, особенно на первых порах, гиперактивному ребёнку очень трудно одновременно выполнять задание и следить за аккуратностью. Поэтому в начале работы педагог может снизить требовательность к аккуратности. Это позволит сформировать у ребёнка чувство успеха (а как следствие, повысить учебную мотивацию). Детям необходимо получать удовольствие от выполнения задания, у них должна повышаться самооценка.

Гиперактивный ребёнок очень импульсивен, его неожиданное действие, которое иногда носит даже провокационный характер, 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 (например, сосчитайте до 10). И тогда, избежав эмоциональной вспышки, вы избежите и чувства вины за проявление своей слабости, сможете лучше понять ребёнка, который так нуждается в вашей поддержке.

ПРАВИЛА РАБОТЫ С ГИПЕРАКТИВНЫМИ ДЕТЬМИ

- Работа с гиперактивным ребёнком целесообразней в первую половину дня, а не вечером.
- Уменьшать нагрузку ребёнка следует по времени, но не облегчать её.
- Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физкультминутки
- Быть артистичным, экспрессивным педагогом.
- Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.
- Посадить ребёнка во время занятий рядом с взрослым.
- Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).
- Договариваться с ребёнком о тех или иных действиях заранее.
- Давать короткие, чёткие и конкретные инструкции.
- Использовать гибкую систему поощрений и наказаний.
- Поощрять ребёнка сразу же, не откладывая на будущее.

- Предоставлять ребёнку возможность выбора.
- Оставаться спокойным. Нет хладнокровия – нет преимущества!

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПЕДАГОГА С ГИПЕРАКТИВНЫМ РЕБЁНКОМ:

- * «не замечать» мелкие шалости, сдерживать раздражение и не кричать на ребёнка, так как от шума возбуждение усиливается;
- * применять при необходимости позитивный физический контакт: взять за руку, погладить по голове, прижать к себе;
- * рекомендуется сажать за первую парту, чтобы уменьшить отвлекающие моменты во время занятий;
- * давать возможность в середине занятия подвигаться (попросить что-нибудь поднять, принести, предложить протереть доску и т.п.);
- * хвалить за каждое проявление сдержанности, самоконтроля

ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ С ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ

<p style="text-align: center;">«НАЙДИ ОТЛИЧИЕ»</p> <p><u>Цель:</u> развивать умение концентрировать внимание на деталях.</p> <p>Описание игры: ребёнок рисует любую несложную картинку (котик, домик и др.) и передаёт её взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребёнок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем они меняются ролями.</p> <p style="text-align: center;">Игру можно</p>	<p style="text-align: center;">«ЛАСКОВЫЕ ЛАПКИ»</p> <p><u>Цель:</u> снять напряжение, мышечные зажимы, снизить агрессивность, развить чувственное восприятие, гармонизировать отношения между ребёнком и взрослым.</p> <p>Описание игры: взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Всё это выкладывается на стол. Ребёнку предлагается оголить руку по локоть.</p>	<p style="text-align: center;">«ЗАПРЕЩЁННОЕ ДВИЖЕНИЕ»</p> <p><u>Цель:</u> игра по чётким правилам организует, дисциплинирует и сплачивает детей, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъём.</p> <p>Описание игры: дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнить. Тот, кто</p>
--	---	---

<p>проводить и с группой детей. В этом случае дошкольники 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, что изменилось.</p>	<p>Воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверёк» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверёк» прикасается к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.</p> <p>Вариант игры: «зверёк» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребёнком местами.</p>	<p>повторит запрещённое движение, выходит из игры.</p> <p>Вместо показа движения можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют все цифры, кроме одной, запрещённой, например, цифры 5. Когда дети её услышат, они должны будут хлопать в ладоши (или кружиться на месте).</p>
<p>«ПЕРЕДАЙ МЯЧ»</p> <p><u>Цель:</u> снять излишнюю двигательную активность.</p> <p>Описание игры: сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу.</p> <p>Нужно 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 использовать в игре</p>	<p>«БРОУНОВСКОЕ ДВИЖЕНИЕ»</p> <p><u>Цель:</u> развивать умение распределять внимание.</p> <p>Описание игры: все дети встают в круг, ведущий вкатывает в центр круга один за другим теннисные мячики. Воспитанникам сообщаются правила игры: мячи не должны останавливаться и выкатываться за пределы круга, их можно толкать ногой или рукой. Если участники успешно выполняют правила игры, ведущий вкатывает</p>	

одновременно несколько мячей.

дополнительное количество мячей. Смысл игры – установить командный рекорд по количеству мячей в круге.