

Игры, в которые играют...

гиперактивные дети

1. «Клубочек» (Черепанова Г.Д.)

Цель: Обучение ребенка одному из приемов саморегуляции.

Содержание: Расшалившемуся ребенку можно предложить смотреть в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться всё больше и больше.

Взрослый сообщает ребенку, что этот клубочек волшебный. Как только мальчик или девочка начинает его сматывать, так сразу же успокаивается.

Когда подобная игра станет для ребенка привычной, он сам обязательно будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, когда почувствует что он огорчен, устал или «завелся».

2. «Что нового»

Цель: Развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Содержание: Взрослый рисует на листе бумаги любую геометрическую фигуру, каждый раз пририсовывая какие-либо детали, создавая картину. В то время когда взрослый рисует ребенок сидит с закрытыми глазами, и, открывает их по команде взрослого, говорит, что изменилось. Чем дольше длится игра, тем сложнее искать новые детали.

3. «Разговор с руками»

Цель: Научить детей контролировать свои действия.

Содержание: Если ребёнок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт своих ладоней. Затем предложить ему оживить ладошки – нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики.

После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: «Кто вы, как вас зовут?», «Что вы любите делать?», «Чего не любите?», «Какие вы?». Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог

сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина.

Закончить игру нужно «заключением договора» между руками и хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, ещё более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать.

Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки или хозяина.

4. «Разговор с телом» (модификация игры «Разговор с руками»)

Цель: *Научить ребёнка владеть своим телом.*

Содержание: Ребёнок ложится на пол, на большой лист бумаги или кусок обоев. Взрослый карандашом обводит контуры фигуры ребенка. Затем вместе с ребенком рассматривает силуэт и задает вопросы: «Это твой силуэт. Хочешь, мы можем разрисовать его? Каким бы цветом ты хотел разукрасить свои руки, ноги, туловище? Как ты думаешь, помогает ли тебе твое тело в определенных ситуациях, например, когда ты спасаешься от опасности и др.? какие части тела тебе особенно помогают? А бывают ли такие ситуации, когда твое тело подводит тебя, не слушается? Что ты делаешь в этом случае? Как ты можешь научить свое тело быть более послушным? Давай договоримся, что ты и твое тело будут стараться лучше понимать друг друга».

5. «Послушай тишину»

Цель: *Развивать внимание гиперактивного ребенка и умение владеть собой*

Содержание: По первому сигналу колокольчика ребенок начинает бегать по комнате, кричать, стучать и т.д.

По второму сигналу он должен сесть и прислушаться к тому, что происходит кругом. Затем ребенок рассказывает, какие звуки он услышал.

6. «Маленькая птичка»

Цель: *Развивать мышечный контроль*

Содержание: Ребёнку в ладоши дают пушистую, мягкую, хрупкую игрушечную птичку (или другого зверька).

Взрослый говорит: «Прилетела к тебе птичка, она такая маленькая, нежная беззащитная. Она так боится коршуна! Подержи её, поговори с ней, успокой её»

Ребёнок берёт в ладоши птичку, держит её, гладит, говорит добрые слова, успокаивая её и вместе с тем успокаивается сам.

В дальнейшем можно птичку уже не класть ребёнку в ладошки, а просто напоминать ему: «Помнишь, как надо успокаивать птичку? Успокой её снова». Тогда ребёнок сам садится на стульчик, складывает ладошки и успокаивается.

Игры с песком и водой

Специалисты считают, что игры с песком и водой просто необходимы для гиперактивных детей. В эти игры не обязательно играть только летом у озера. Можно их организовать и дома. Такие игры успокаивают ребенка.

Первое время взрослые должны помочь ребёнку в организации игры. Желательно, чтобы они подобрали соответствующие игрушки: лодочки, тряпочки, мелкие предметы, мячики, трубочки и др.

Если кто-то из родителей не хочет вносить в дом песок (а затем делать уборку в квартире), можно заменить его крупой, предварительно поместив её в горячую духовку.

1. «Археология»

Цель: *Развитие мышечного контроля*

Содержание: Взрослый опускает кисть руки в таз с песком или крупой и засыпает её. Ребенок осторожно «откапывает» руку – делает археологические раскопки. При этом нельзя дотрагиваться до кисти руки. Как только ребенок коснется своей ладони, он тут же меняется ролями со взрослым.