

# Психологическая мастерская для родителей на тему «Маленькие «щустрики» или дети-«катастрофы» (гиперактивные дети)



*Педагог-психолог МБДОУ №45 «Малыш»  
Анодина Татьяна Петровна*

**Цель:** познакомить родителей с природой данного нарушения, с особенностями гиперактивного ребенка и ребенка с двигательной активностью. Научить родителей, как с минимальными затратами сил и времени осуществлять целенаправленную работу по коррекции поведения в домашних условиях.

## **Ход мастер – класса:**

Здравствуйте уважаемые родители. Представляю вашему вниманию мастер – класс, задача которого является научить вас, родителей, как с минимальными затратами сил и времени осуществлять целенаправленную работу по коррекции поведения вашего ребенка в домашних условиях.

И сегодня, уважаемые родители, я хочу предложить вам очень простые, но в тоже время очень интересные, а главное познавательные игры, которые Вы можете организовать с детьми. А самое главное, что такие игры не требуют особой подготовки, а материалом для игр послужит то, что легко найти в каждом доме.

## **Девизом нашего мастер-класса будет:**

Послушай – и ты узнаешь,  
посмотри – и ты поймешь,  
сделай сам – и ты научишься.

«Активный» - от латинского «actīvus» - деятельный, действенный. «Гипер» – от греческого «Нурег» – над, сверху – указывает на превышение нормы. «Гиперактивность это особенность личности, которая проявляется несвойственными для нормального, соответствующего возрасту, развития ребенка невнимательностью, отвлекаемостью, дефицитом активного внимания импульсивностью и повышенной двигательной активностью» (Психологический словарь, 1997, с.72).

Синдром дефицита внимания (СДВ) представляет собой самое распространенное нарушение у детей, причем мальчики страдают значительно чаще, чем девочки.

Первые проявления гиперактивности можно наблюдать в возрасте до 7 лет. Пики проявления данного синдрома совпадают с пиками психоречевого развития. В 1-2 года, 3 года и 6-7 лет. В 1-2 года закладываются навыки речи, в 3 года у ребенка увеличивается словарный запас, в 6-7 лет формируются навыки чтения и письма (Заваденко Н.Н., 2000).

Большинство исследователей отмечают три основных блока проявления гиперактивности: дефицит внимания, импульсивность, повышенная двигательная активность (Шевченко Ю.С., 1997; Заваденко Н.Н., 2000 и др.). Но существуют другие классификации. Так, американский психолог Виктор Клайн (1991) выделяет четыре основных блока: сверхактивность, разбросанность или рассеянность, импульсивность, повышенная возбудимость.

В основе гиперактивности, как правило, лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД), которая и является причиной возникновения школьных проблем примерно половины неуспевающих учащихся (Шевченко Ю. С, 1997, Кэмпбелл Р., 1997, Заваденко Н. Н., 2000).

Несмотря на то, что этой проблемой занимаются многие специалисты (педагоги, дефектологи, логопеды, психологи, психиатры), в настоящее время среди родителей и педагогов все еще бытует мнение, что гиперактивность - это всего лишь поведенческая проблема, а иногда и просто «распушенность» ребенка или результат неумелого воспитания. Причем чуть ли не каждого ребенка, проявляющего в группе детского сада или в классе излишнюю подвижность и неусидчивость, взрослые причисляют к разряду гиперактивных детей. Такая поспешность в выводах далеко не всегда оправдана, так как синдром гиперактивности - это медицинский диагноз, право на постановку которого имеет только специалист. Основными причинами возникновения гиперактивности у детей прежде всего являются патология беременности, родов, инфекции и интоксикации первых лет жизни малыша, генетическая обусловленность. В 85% случаев возникновения гиперактивности диагностируется патология беременности и/или родов (Заваденко Н. Н., 2000).

Проводимые электроэнцефалографические исследования, как правило, выявляют изменения активности головного мозга, нарушения структурно-функциональной организации левого полушария, незрелость системы регуляции уровня внимания и торможения и т. д.

Н. Н. Заваденко отмечает, что многие дети с диагнозом «синдром дефицита внимания с гиперактивностью» (СДВГ) имеют нарушения в развитии речи и трудности в формировании навыков чтения, письма и счета, 66% с диагнозом СДВГ - обнаруживали признаки дислексии и дисграфии, 61% с тем же диагнозом - признаки дискалькулии. Включение в обучение игровых ситуаций - это один из способов, способствующих эмоциональной стимуляции ребенка и более его успешному освоению знаний.

Специалисты утверждают, что некоторые дети с диагнозом «синдром гиперактивности» обладают достаточно высокими компенсаторными возможностями. Однако для включения компенсаторных механизмов необходимо наличие определенных условий. Прежде всего ребенок должен развиваться в благоприятной обстановке без интеллектуальных перегрузок, с соблюдением соответствующего режима, в ровной эмоциональной атмосфере.

Лечение и воспитание гиперактивного ребенка должно проводиться комплексно, при участии многих специалистов: невролога, психолога, педагога и др. Но даже в этом случае помощь может оказаться неэффективной без привлечения родителей.

В работе с гиперактивными детьми мы используем три основных направления:

- во-первых, развитие дефицитарных функций (внимания, контроля поведе-

ния, двигательного контроля). Коррекционную работу следует проводить поэтапно, начиная с развития одной отдельной функции. Это связано с тем, что гиперактивному ребенку трудно одновременно быть и внимательным, и спокойным, и неимпульсивным;

- во-вторых, отработка конкретных навыков взаимодействия со взрослыми и сверстниками.

Первоначальная работа с гиперактивным ребенком должна осуществляться индивидуально. На этом этапе работы можно обучить ребенка не только слушать, но и слышать - понимать инструкции взрослого: проговаривать их вслух, формулировать самому правила поведения во время занятий и правила выполнения конкретного задания. Желательно на этом этапе также выработать совместно с ребенком систему поощрений и наказаний, которая поможет ему впоследствии адаптироваться в детском коллективе. Следующий этап - вовлечение гиперактивного ребенка в групповые виды деятельности (во взаимодействии со сверстниками) - тоже должен проходить постепенно. Сначала желательно включать гиперактивного ребенка в работу и в игру с малой подгруппой детей (2—4 человека) и только после этого можно приглашать его участвовать в общегрупповых играх и занятиях. В случае несоблюдения данной последовательности ребенок может перевозбуждаться, что приведет, в свою очередь, к потере контроля поведения, переутомлению, дефициту активного внимания.

Все занятия желательно проводить в занимательной для ребенка форме;

- в-третьих, при необходимости должна осуществляться работа с гневом.

Работа по этим направлениям может осуществляться параллельно или, в зависимости от конкретного случая, может быть выбрано одно приоритетное направление. Например, отработка навыков взаимодействия с окружающими.

Чтобы узнать, гиперактивен ли ваш ребенок, давайте попробуем ответить на вопросы анкеты. Отметьте те признаки, которые в течение длительного времени проявляются у вашего ребенка.

#### **Дефицит активного внимания:**

1. Ребенку трудно долго удерживать внимание.
2. Не слушает, когда к нему обращаются.
3. Не заканчивает занятие, за которое берется.
4. Часто теряет вещи.
5. Часто бывает забывчив.

#### **Двигательная расторможенность:**

1. Постоянно ерзает.
2. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегаем, забирается куда-либо).
3. Спит намного меньше, чем другие дети, даже во младенчестве.
4. Очень говорлив.

#### **Импульсивность:**

1. Начинает отвечать, не дослушав вопроса.
2. Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает.
3. Плохо сосредотачивает внимание.
4. Не может контролировать и регулировать свои действия.
5. Поведение слабо управляемо правилами.

*Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы шесть из перечисленных признаков, вы можете предположить (но не поставить диагноз), что ваш ребенок гиперактивен.*

### **Итак, перейдем к практике.**

Одним из важных приемов развития мелкой моторики являются кинезиологические упражнения (гимнастика мозга).

**Кинезиология** – наука о развитии головного мозга через движение. Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие. Кинезиологические упражнения развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма.

Давайте попробуем выполнить несколько упражнений.

**"Лягушка"** - Сесть за стол. Положить руки на стол: одна рука лежит на столе ладонью вниз, вторая сжата в кулак. Быстро менять положение рук.

**«Кулак - ребро – ладонь»** - Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга: ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром, распрямленная ладонь. Ребенок выполняет движения вместе с взрослым, затем по памяти 8-10 раз.

Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом - левой, затем двумя руками. При затруднениях взрослый предлагает ребенку: *«Помогай себе вслух или шепотом командами «кулак-ребро-ладонь».*

**«Ухо-нос»** - Взяться левой рукой за кончик носа, правой - за противоположное ухо. Одновременно отпустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».

### **Сейчас я предложу вам несколько игр на развитие внимания**

#### **Корректор**

Перед вами листы с текстом. Вам сейчас в течение 1 минуты надо вычеркнуть как можно больше букв «Р». Время пошло...

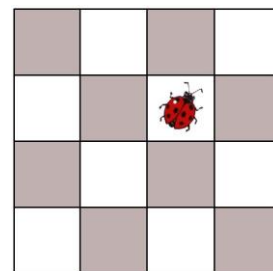
Дома возьмите старую книгу или журнал, где есть большие тексты. Договоритесь с ребенком о том, какая буква сегодня будет условно «неправильной», то есть какую букву он будет вычеркивать. Затем выберите фрагмент текста или засекайте время работы (не более десяти минут). Когда пройдет это время или будет проверен весь выбранный отрывок, проверьте текст сами. Если ваши сын или дочь действительно отыскали все нужные буквы, то обязательно похвалите их. Такому корректору можно даже выдать премию (например, в виде сладостей или маленьких сюрпризов)! Если же вашим корректором были допущены пропуски или ошибки, то тоже не огорчайтесь - ему есть в чем совершенствоваться!

Если же ваш ребенок уже без труда справляется с заданием, то можно его усложнить следующими способами. Во-первых, можно предложить корректору вычеркивать не одну букву, а три, причем разными способами. Так, например, букву «М» нужно вычеркивать, букву «С» подчеркивать, а «И» обводить в кружок. Во-вторых, можно вносить шумовые помехи, которые будут отвлекать ребенка от

работы над заданием. Для детей раннего возраста, не знающих букв, можно предложить вычеркивать все кружочки (буквы «о»).

### Дрессированный жучок

Для этой игры вам потребуется взять лист бумаги и расчертить его на 16 клеток (квадрат из четырех клеток по вертикали и четырех по горизонтали).



Изображение жука можно сделать самим на отдельном маленьком листке или взять пуговку (игровую фишку), которая будет просто символизировать это насекомое. Поместите вашего «жучка» на какую-либо клетку игрового поля. Теперь я будете ему приказывать, на сколько клеточек и в каком направлении нужно перемещаться. Вы должны представить себе *мысленно* эти передвижения. Итак, - одна клеточка вверх, две влево, одна вниз. И поставьте своего жучка на соответствующую клеточку.

Поиграйте с ребенком в такую игру дома. Если ребенок не может мысленно представлять, пусть двигает жучка после каждой инструкции. Продолжайте быть «повелителем жучков».

Если, следя мысленным взором за движениями жучка или передвигая его, ваш ребенок увидит, что он, выполняя ваши инструкции, выполз за пределы клеточного поля, то пусть он немедленно даст вам знать об этом.

Поиграйте дома!

### «Найди два одинаковых числа»

Я предлагаю вам карточку с числами от 1 до 20, расположенными в беспорядке. Попробуйте найти два одинаковых числа.

3		11	20	8
	10		5	1
19		17	3	13
	2	15		18
	12		9	17
4		6	14	7

Еще один вариант этой игры. Возьмите другие карточки. На этих карточках определите, какое число пропущено.

Для развития усидчивости, устойчивости внимания, снижения импульсивности можно использовать любые настольные игры.

### «Бирюльки»

Сложить 20 спичек (счетных палочек) в кучу в беспорядке на столе. Играющие поочередно по одной осторожно берут из кучки палочки так, чтобы не пошевелить другие. Палочки посчитать. Кому удастся собрать большее количество палочек, тот и выиграл.

### «Робот»

Взрослый говорит, что ребенок сейчас превратится в робота, который умеет только подчиняться командам. Ребенок замирает в стойке «смирно». Далее психолог, дает ему команды, например: «Три шага вперед, два шага направо, правую руку вперед, два шага налево, левую руку в сторону, руки опустить, стоять смирно».

### **“Найди отличия”**

Ребенку предлагается две картинки, которые отличаются некоторыми деталями. Он должен обнаружить эти отличия.

### **“Лабиринты”**

Ребенку предлагается отыскать путь по лабиринтам.

Дорогие Родители!

Я сегодня познакомила вас лишь с малой частью того, чем вы можете занять вашего ребёнка дома. Включайте свою фантазию и самое главное, не уставайте постоянно разговаривать с вашими малышами,

Вызывайте положительные эмоции у ребенка!

Помните, чтобы вы не создавали вместе с ребенком, главное – желание продолжать заниматься подобной деятельностью и дальше, поэтому завершайте свои занятия в хорошем настроении и малыша, и вашем.

А чтобы вам было легче вспомнить все упражнения, о которых мы с вами говорили, я приготовила сам брошюрки «Маленькие «шустрики» или дети-«катастрофы». Надеюсь, они будут вам полезны.

До свидания! До новых встреч!



### **Литература:**

1. Баркли Р., Бентон К. Ваш непослушный ребенок. - СПб.: Питер, 2004. - 218 с.
2. Брызгунов И.П., Касатикова ЕВ. Непоседливый ребенок или все о гиперактивных детях. - М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. - 96 с.
3. Заваденко Н.Н. Как понять ребенка: дети с гиперактивностью и дефицитом внимания. М, Школа-Пресс, 2000
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? - М.: ЧеРо, Сфера, 2005. - 240 с.
5. Г.Б. Моница, Е.К. Лютова-Робертс, Л.С. Чутко Гиперактивные дети: психолого-педагогическая помощь /. - СПб: Речь, 2007. - 186 с.
6. Психологический словарь, 1997, с.72
7. Шевченко Ю.С. Коррекция поведения детей с гиперактивностью и психопатоподобным синдромом: Практическое руководство для врачей, психологов и педагогов . - 2-ое изд. – М.: Вита-Пресс 1997.