

Консультация для родителей «Игры для гиперактивных детей»

Гиперактивность - это хроническое расстройство поведения в детском возрасте, которое характеризуется сверхподвижностью ребенка, импульсивностью поведения, легкой отвлекаемостью, рассеянностью и другими признаками. Сейчас это называют по-новому – СДВГ (Синдром дефицита внимания и гиперактивности). Но бояться этого диагноза не нужно, нужно уметь разбираться в данной проблеме. Так пик активности проявления гиперактивности у ребенка приходится на 7-8 лет, при хорошо организованной помощи ребенку в возрасте от 3 до 7-8 лет все эти проявления нормально урегулируются сами собой. При неорганизованной помощи со стороны родителей в подростковом возрасте могут проявляться в виде отклоняющегося поведения. На что нужно обратить внимание в первую очередь?



Гиперактивный ребенок:

- Находится в постоянном движении и просто не может себя контролировать, то есть даже если он устал, он продолжает двигаться, а выбившись из сил окончательно, плачет и истерит.
- Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задает миллион вопросов, но редко выслушивает ответы на них.
- Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно. У него часто кишечные расстройства. Для гиперактивных деток всевозможные аллергии не редкость.
- Ребенок - неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых условиях (дом, магазин, детсад, детская площадка) ведет себя одинаково активно.
- Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию - дерется, кусается, толкается, пускает в ход подручные средства (палки, камни и т.д.).



Рекомендации родителям по воспитанию детей с признаками гиперактивности

Первая группа рекомендаций относится к внешней стороне поведения близких ребёнку взрослых людей.

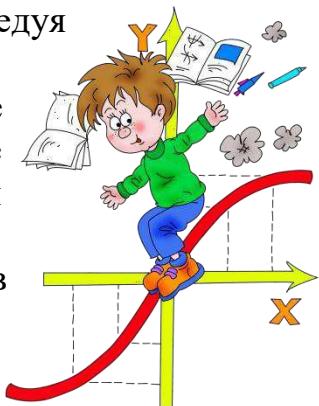
- Страйтесь по возможности сдерживать свои бурные аффекты, особенно если вы огорчены или недовольны поведением ребёнка. Хвалите его в каждом случае, когда он того заслужил, подчёркивайте успехи, какими бы незначительными они ни были. Воспитывайте в себе интерес к тому, чтобы глубже познать и понять ребёнка.
- Избегайте категоричных слов и выражений, жёстких оценок, упрёков, угроз, которые могут вызвать конфликт в семье. Страйтесь реже говорить «нет», «нельзя», «прекрати», а лучше попробуйте переключить внимание малыша и, если удастся, сделайте это, легко, с юмором.
- Следите за своей речью, страйтесь говорить спокойным голосом, не унижайте ребёнка.

Вторая группа рекомендаций касается организации среды и окружающей обстановки в семье.

- Если есть возможность, пострайтесь выделить для ребёнка комнату или её часть для

занятий, игр, уединения (то есть его собственную территорию). В оформлении желательно избегать ярких цветов. На столе и в ближайшем окружении ребёнка не должно быть отвлекающих предметов.

- Страйтесь поддерживать дома чёткий распорядок дня, следуя которому, проявляйте одновременно гибкость и упорство.
- Определите для ребёнка круг обязанностей, а их исполнение держите под постоянным наблюдением контролем, но не слишком жёстко. Чаще отмечайте и хвалите его усилия, даже если результаты далеки от совершенства.
- Избегайте по возможности скопления людей. Пребывания в крупных магазинах, на рынках и т. д.



Третья группа рекомендаций направлена на активное взаимодействие ребёнка с близким взрослым, на развитие способности, почувствовать друг друга, сблизится эмоционально. И здесь совершенно незаменима самая важная для детей деятельность игра, поскольку она близка и понятна ребёнку.

- Во время игр ограничивайте ребёнка лишь одним партнёром. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.
- Оберегайте ребёнка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
- Давайте ребёнку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе.
- Постоянно учитывайте недостатки поведения ребёнка. Детям с синдромом дефицита внимания, присуща гиперактивность, которая неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.



1. Ориентир на позитивные стороны ребенка.
2. Отказ от физического наказания!
3. Говорить «ДА», вместо «НЕТ» (научитесь переводить ситуацию в другое русло)
4. Домашняя обязанность (посильная по возрасту).
5. Заведите дневник успехов ребенка, где будут отметки явных маленьких достижений.

Предлагаем вам несколько вариантов игр в домашних условиях с гиперактивным ребенком, с целью эмоционального сближения друг с другом:

«Будь внимателен». Ребёнок выполняет по команде взрослого гимнастическое упражнение по словесной команде, например, по команде «Зайчик» - прыжки на месте; «Птицы» - взмахи руками; «Лягушки» - присесть и скакать в присядку и так далее. Команды должны быть разнообразными и подаваться с различными интервалами.

«Час тишины и час можно». Эта игра даст возможность ребёнку сбросить накопившуюся энергию, а взрослому – научиться управлять его поведением. На сигнал «Час тишины» ребёнок должен вести себя тихо, спокойно разговаривать, рисовать. А на сигнал «Можно» разрешается бегать, прыгать, кричать. Лучше заранее оговорить, какие конкретно действия разрешены, а какие запрещены.

«Клубочек». Расшалившемуся ребёнку можно предложить смотать в клубочек яркую пряжу. Скажите ему, что это не простой, а волшебный клубок. Как только он начнёт

его сматывать, то сразу же успокоится.

«Археология». В таз с песком или крупой опустите кисти рук и засыпьте их. Предложите ребёнку «откопать» ваши руки. При этом нельзя дотрагиваться до кистей. Как только он закончит раскопки, поменяйтесь с ним ролями.

«Подхвати палку». Это упражнение можно выполнять стоя с гимнастической полкой или сидя за столом – с карандашом. Взрослый придерживает палку или карандаш пальцем и подаёт условленную заранее команду, одновременно отпуская палку. Ребёнок должен подхватить её пока она не упала и становится ведущим.

Педагог: наша консультация подошла к концу, и мы готовы ответить на все интересующие вас вопросы. (Родители задают вопросы, делятся впечатлениями). В ваших брошюрах вы так же можете найти некоторые полезные игры, которые использовать в общении с детьми, они направлены на развитие внимания. В них можно играть ежедневно, несколько меняя правила игры. Любая игра способствует сближению, в связи с этим, мне кажется, вы сможете найти общий язык со своим ребенком. А главное, систематическое ваше внимание, терпеливое отношение и контроль поможет Вам сблизиться и понять друг друга.