

Понятие «гиперактивность» - это совокупность симптомов, связанных с чрезмерной психической и моторной активностью. Слово «гиперактивный» происходит от слияния двух частей: «гипер» - (от греч. *Hyper* - над, сверху) и «активный», означающее «действенный, деятельный».

Гиперактивным детям чрезвычайно полезна работа с песком, крупой, водой, глиной, рисование с помощью пальцев. Все это помогает снять напряжение. А вообще, как считают психологи, работа здесь должна строиться по нескольким направлениям: снять напряжение и излишнюю двигательную активность, тренировать внимание и следовать за интересами ребенка, то есть пытаться проникнуть в его мир и вместе его анализировать. Например, если ребенок рассматривает что-то на улице, взрослому обязательно надо проследить за взглядом и найти этот предмет, затем постараться удержать внимание малыша на нем, расспросить, что заинтересовало, и попросить подробно описать детали предмета, вместе как-то их прокомментировать. Как писал В. Оклендер: «Когда таким детям уделяют внимание, слушают их, и они начинают чувствовать, что их воспринимают всерьез, они способны каким-то образом свести до минимума симптомы своей гиперактивности».

Но прежде чем перейти к описанию игр, оговорим правила, которые родитель должен соблюдать как в игре, так и в обычной жизни при общении с гиперактивным ребенком.

Правило 1.

Не ожидайте всего и сразу. Начинать нужно с тренировки только одной функции (например, только внимания, при этом вы должны быть терпимы к ерзанию на стуле или перебиранию всех предметов на столе в процессе этой работы). Помните, что если вы одергиваете ребенка, то его усилия тут же переключаются на контроль своих действий, а сконцентрироваться на задании ему уже будет трудно. Только через продолжительное время ваших совместных усилий можно начинать требовать не только внимания, но и общепринятого поведения во время ваших игровых занятий.

Правило 2.

Предупреждайте переутомление и перевозбуждение ребенка: вовремя переключайте его на другие виды игр и занятий, но не слишком часто. Важно также соблюдать режим дня, обеспечить ребенку полноценный сон и спокойную обстановку.

Правило 3.

Так как гиперактивному ребенку сложно контролировать себя, то он нуждается во внешнем контроле. Очень важно, чтобы взрослые при

выставлении внешних рамок из «можно» и «нельзя» были последовательны. Также необходимо учитывать, что ребенок не способен долго ждать, поэтому все наказания и поощрения должны появляться вовремя. Пусть это будет доброе слово, маленький сувенир или условный знак-жетон (сумму которых вы обменяете на что-то приятное), но их передача ребенку должна являться достаточно быстрым проявлением вашего одобрения его действий.

Правило 4.

Начинать заниматься с гиперактивным ребенком лучше индивидуально и только потом постепенно вводить его в групповые игры, так как индивидуальные особенности таких детей мешают им сосредоточиться на том, что предлагает взрослый, если рядом есть сверстники. Кроме того, невыдержанность ребенка и его неумение придерживаться правил групповой игры могут провоцировать конфликты среди играющих.

Дети в детском саду охотно участвуют и в такой игре, которая называется «Хлопки». Воспитатель заранее договаривается со всеми ребятами, что, когда он начнет хлопать в ладоши и считать вслух, все они тоже начинают считать и хлопать. Сначала воспитатель хлопает в быстром темпе, затем постепенно замедляет темп, затем доводит его до оптимального. Таким образом воспитатель не только переключает внимание расшалившихся детей на совместную деятельность, но и присоединяет их к определенному ритму. Если после этой игры детям надо спать, то взрослый заканчивает ее в предельно медленном темпе, если дальше им предстоит серьезная работа, темп — размеренный, если дальше последует спортивная эстафета — закончить надо в очень быстром темпе. Одно из главных условий игры — дети не должны совершать хлопки раньше взрослого, что на первых порах бывает достаточно трудно для импульсивных детей.

Для развития наблюдательности, умения действовать по правилам, повышения уровня волевой регуляции гиперактивных детей можно использовать «Кричалки-шепталки-молчалки». Из разноцветного картона вырезаются три силуэта детской ладони: красный, желтый, зеленый. Это сигналы. Воспитатель объясняет детям, что в группе можно играть, разговаривать, строить из кубиков, но иногда должно быть очень тихо (например, когда дети выполняют важное задание). И чтобы все ребята знали, что такие минуты наступили, воспитатель будет показывать им красную ладошку — «молчалку». Как только дети увидят ее, они должны замолчать, и если они не должны в это время писать или рисовать (или выполнять другое задание), то замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Когда же они увидят желтую ладошку — «шепталку», то они могут переговариваться шепотом, тихо передвигаться по группе. Если же воспитатель покажет зеленую ладошку — «кричалку», можно делать все, что не запрещено групповыми правилами. Дети очень любят «Кричалки-шепталки-молчалки» и охотно подчиняются им, но только в том случае, если взрослые «ведут честную игру». Прежде всего, нельзя злоупотреблять «молчалками» и

заставлять детей подолгу сидеть неподвижно (дошкольникам иногда трудно оставаться без движения даже 5 минут). Кроме того, дети должны быть уверены, что «кричалка» — зеленая ладошка — не «останется без работы», будет использоваться воспитателем.

Иногда «Кричалки-шепталки-молчалки» используются педагогами при выполнении учебных заданий. Как правило, гиперактивные дети выполняют задание быстрее других, и им трудно сидеть спокойно, пока остальные закончат дело. Тогда можно дать красную ладошку — «молчалку» ребенку, чтобы он при помощи ее следил за тишиной в группе: показывал ее каждому нарушителю дисциплины. При этом разговаривать, делать замечания ребенок не может, он должен только обратить внимание непоседы на знак. Подобная делегация обязанностей педагога ребенку, который сам зачастую является нарушителем, поднимает его статус в собственных глазах и в глазах сверстников, приучает его к ответственному выполнению поручения.