

Рекомендации для родителей гиперактивных детей.

Консультация подготовлена воспитателем группы раннего возраста № 4
ГБДОУ детский сад № 136 Выборгского района Санкт-Петербурга
А.Б. Степанян

Сейчас увидеть очень активного ребенка на улице не редкость. Такие дети не могут долго стоять на одном месте, мало реагируют на замечания, запреты, перебивают старших, громко говорят. К сожалению, взрослые не понимают, что это недуг, и не стоит раздраженно реагировать на малыша-энергетика.

Данный синдром называется — гиперактивность (дефицит внимания). К таким деткам требуется особое отношение, родители должны помочь своему чаду, скорректировать поведение.

Признаки гиперактивного ребенка

Нервная система слишком активного малыша работает на пределе. Он не может самостоятельно регулировать расход энергии, концентрировать долго внимание на чем-то. Такие симптомы заметны в уже раннем возрасте (в 2-3 годика).

Складывается мнение, что ваш малыш совершенно не слушает вас. Он может отвлекаться на любые шумы, действия, быстро менять занятие. Часто у таких деток наблюдается задержка развития речи, нарушение сна. Они не воспринимают никаких правил, норм. Не любят, когда им запрещают что-либо, забывают, где положили ту или иную вещь, а иногда и вовсе теряют одежду, обувь и другие предметы. Они часто плачут, волнуются. Им присущи беспокойство, эмоциональность, неусидчивость, импульсивность, резкие перемены настроения.

Что делать с гиперактивным ребенком дома

Маме и папе в первую очередь надо проявлять терпение. Не пытайтесь ограничивать движения вашего чада, будьте готовы, что малыш будет бегать, лазить по мебели, прыгать и ещё успевать отвечать на ваши вопросы.

Пытайтесь хвалить малыша, как можно чаще, даже, если он не полностью выполнил поставленную вами задачу. К такого рода похвале гиперактивные дети относятся весьма положительно.

Заметьте, когда ребенок начинает чем-то интересоваться на долгое время, старайтесь не отвлекать его. В следующий раз опять увлеките его этим же занятием.

Регулярно, не отвлекаясь, проводите занятия с ребенком хотя бы две минуты по три раза в день. Постройте график, их проведения и соблюдайте ежедневно время уроков. Тренируйте внимание малыша.

Внимательно следите за своим непоседой, уберите предметы, которые могут навредить малышу.

Играйте с ним в подвижные игры, не пытайтесь за провинность поставить его в угол, усадить на стул. Просто покажите, что малыш вас расстроил тем или иным поступком

Заметьте, когда у непоседы снижается активность, старайтесь в это время ему что-то почитать, чем-то заняться полезным.

Взаимодействие с гиперактивным ребенком

Чтобы был какой-то порядок, вам необходимо приучать малыша к четкому режиму дня. Он должен точно знать, когда можно бодрствовать, когда надо поест и во сколько ложиться спать. За один-два дня, конечно, сделать это не получится, но если настойчиво, без криков, маленькими хитростями обучать малютку установленным правилам, то и вам, и вашему ребенку будет намного легче в дальнейшем.

Дни надо делать немного однотипными. Например, утром малыш проснулся, умылся, почистил зубки, позавтракал, началась активная фаза. Потом через время — небольшое занятие, обед. Затем прогулка на улице, полдник, чтение книги, игры, вечером ужин, общение с папой, который пришел с работы. Ровно в девять вечера, мама расстилает кровать, включает любимый ночничок, кроха после водных процедур ложится в постель. Мама читает любимую книжку.

Советы психолога:

СОВЕТ: Не давайте школьнику сразу несколько заданий. Пусть вначале справится с одной простой работой, затем приступайте к следующей.

СОВЕТ: Не ставьте целей своему непоседе на далекое будущее, он все равно о них забудет. К примеру, если ты будешь целый месяц убираться у себя в комнате, то мы тебе с папой подарим новый велосипед. Лучше скажите, что, если ты сейчас уберешь игрушки, то я тебе дам поиграть на компьютере.

СОВЕТ: За каждое хорошо выполненное задание давайте ребенку поощрение (жетон). К примеру, если ты насобираешь двадцать жетонов, то мы тебе подарим щенка.

СОВЕТ: Если завтра вы собираетесь в поликлинику, то уже сегодня обдумайте, чем можно заняться там, в ожидании очереди к врачу.

СОВЕТ: Старайтесь приучать ребенка ощущать время. Для этого при выполнении какого-либо задания применяйте песочные часы, таймер. В дальнейшем благодаря этому малыш не будет откладывать важные дела на потом.

Занятия с гиперактивными детьми

Такие дети импульсивны, не могут бороться с эмоциями, поэтому надо найти к ним свой подход. Занимаясь со школьником, придерживайтесь нижеперечисленных правил:

- не жалейте для ребенка комплиментов за хорошо выполненную работу.

- не требуйте слишком много от него, но и слишком мало нагружать его тоже не вариант.
- заранее продумайте ситуацию и произведите её, чтоб ребенок смог проявить себя с лучшей стороны.
- игнорируйте плохие поступки детей, не акцентируйте на них всеобщее внимание.

Игры для гиперактивных детей

В основном, игры для таких малышей созданы для корректировки их внимания.

Игра — Внимание

Предложите ребенку запомнить простое движение. Попросите его повторить за вами. Потом второе простое движение, тоже пусть повторит его. Затем пусть повторит первое и второе поочередно. И так доведите до пяти движений. После чего попросите непоседу вспомнить самостоятельно движение № 4, 2, 3, 1, 5.

Игра — Ладони

Подходит для малышей. Хлопните ладонями перед собой. Потом хлопните в ладоши с малышом, опять перед собой. Затем левой рукой с малышом, перед собой и правой. И так повторите несколько раз, пока не получится быстро.

Игра — Светофор

Нарисуйте три круга: красный, желтый, зеленый, вырежьте их. Потом поочередно показывайте детям. Зеленый — значит можно бегать, кричать, прыгать и т.п. Желтый — можно ходить, разговаривать шепотом. Красный — стоять на месте, молчать.

Игра — Лапки зверюшки

Заранее подготовьте несколько предметов: пузырек из стекла, кисточку для макияжа, опушку, ручку. Каждому предмету придумайте название зверюшки. Попросите малыша закрыть глаза. По ручке, щечке погладьте ребенка любым из этих предметов и предложите угадать — что за животное это было.

ВАЖНО: Если непоседа не готов сейчас играть в игры на внимание, усидчивость, отложите данные занятия на потом. Насильно усаживать, заставлять ребенка не надо.

Общение с гиперактивным ребенком

Как писалось выше, важно чтоб у малыша был четкий распорядок. Когда первоклассник собирается в школу, родители должны помогать ему

Без лишней информации и последовательно напоминать: положи тетрадь по математике, когда он сделает это, тогда следующее — положи учебник арифметики и т.д. Но это поначалу, потом можно написать памятку прямо возле его рабочего пространства.

Не говорите слово — «Нельзя». Применяйте его в комплексе со словом — «Можно». Например, не рисуй на обоях, рисуй на этом листке. Не бросай снежки в девочку, бросай в дерево.

Старайтесь переключать негативные реакции малыша на позитивные.