

«Организация работы воспитателя с гиперактивными детьми»

Структура семинара (1 ч.):

1. Приветствие.

2. Запросы и ожидания участников.

1. Актуализация темы

- *Упражнение «Ассоциации».*

1. Информационный блок

- *Мини – лекция «Что такое гиперактивность. Причины. Клиническая картина. Диагностика»;*
- *Упражнение «Портрет гиперактивного ребенка»*

1. Практикум. Методы коррекции.

- *Развитие навыков взаимодействия со взрослыми и сверстниками.*

Упражнение «Ситуации из жизни»;

- *Психотерапевтическая помощь. Развитие дефицитарных функций (внимание, контроль поведения, двигательный контроль);*
- *Работа с родителями гиперактивного ребенка.*
- *Упражнение «Поощрение и наказание»*

1. Приветствие.

В последние годы воспитатели, психологи и другие специалисты ДОУ отмечают увеличение количества детей, отличающихся чрезмерной подвижностью, расторможенностью. Сталкиваясь с ними, не только молодые, но и опытные педагоги испытывают трудности относительно выбора способа педагогического воздействия, не зная порой, как вести себя с детьми, которые выкрикивают, не дослушав вопроса, или дают первый пришедший в голову ответ, практически не умеют сосредоточиться на выполнении задания, постоянно являются инициаторами ссор, проявляют агрессию без видимой на то причины, да и просто нарушают режимные моменты ДОУ, мешая остальным детям. Не разобравшись серьёзно в такой ситуации, не только воспитатели, но и родители спешат причислить их к **гиперактивным детям**, не всегда точно понимая значение этого термина.

Цель семинара: Познакомить педагогов с физиологическими и психологическими особенностями гиперактивного ребенка, обучить практическим методам организации работы воспитателя с гиперактивным ребенком.

Задачи:

- Знакомство с теоретическими аспектами природы СДВГ;
- Теоретическое ознакомление и практическая апробация способов эффективного взаимодействия с гиперактивным ребенком.

1. Актуализация темы

Упражнение «Ассоциации».

Каждому педагогу предлагается назвать первые ассоциации, которые приходят в голову, когда речь идет о гиперактивном ребенке. Предлагается рассказать о гиперактивных детях в группах ДОУ.

Специалист резюмирует высказывания педагогов и составляет «портрет-описание» гиперактивного ребенка таким, каким его видят педагоги.

4. Информационный блок

Мини – лекция «Что такое гиперактивность. Причины. Клиническая картина». Диагностика

В России синдром дефицита внимания стал диагностироваться не более десяти лет назад, вслед за появившимися работами европейских и американских исследователей. Первоначально его рассматривали в сочетании с гиперактивным поведением ребенка, описывая характерное двигательное беспокойство ребенка и невозможность длительного сосредоточения на каком-либо объекте. Данный синдром был описан на детях с нормальным интеллектом. Дети этой категории, несмотря на хороший интеллект, часто оказывались неуспевающими в школе или относились к "детям с проблемами". Были попытки расценивать синдром

дефицита внимания с гиперактивностью как вид "задержки психического развития" или вариант "минимальной мозговой дисфункции". Такой подход связан с тем, что причинами возникновения синдрома назывались все те же остаточные явления раннего органического поражения головного мозга в период внутриутробного формирования плода или в первые месяцы жизни ребенка. Несколько позже специалистами было высказано мнение, что синдром дефицита внимания можно наблюдать и у детей без признаков гиперактивного поведения.

Следует отметить, что в России психологическая диагностика синдрома разработана слабо. На практике диагноз "синдром дефицита внимания" стали ставить и умственно отсталым детям, и детям с психопатией, и даже детям, больным шизофренией. Дело в том, что нарушения внимания можно диагностировать практически при любом виде детской психопатологии. Если нарушается ход психического развития ребенка, то в той или иной форме нарушаются разные стороны внимания: концентрация, распределение, переключение, объем. При нарушении развития произвольности психических процессов естественно страдает и произвольное внимание. При органических повреждениях головного мозга страдает непроизвольное внимание, связанное с нарушением ориентировки в окружающем мире.

Активный» – от латинского - деятельный, действенный. «Гипер» – от греческого – над. Сверху – указывает на превышение нормы.

Гиперактивность у детей проявляется как невнимательность, отсутствие двигательного контроля, импульсивность, несвойственные для нормального, соответствующего возрасту, развития ребенка. Таких детей часто называют детьми «с мотором» или детьми «без тормозов».

Например, известный американский психолог В. Оклендер так характеризует гиперактивных детей: «Гиперактивному ребенку трудно сидеть, он суетлив, много двигается, вертится на месте, иногда чрезмерно говорлив, может раздражать своей манерой поведения. Часто у него плохая координация или недостаточный мышечный контроль. Он неуклюж, роняет или ломает свои вещи, проливает молоко. Такому ребенку трудно сконцентрировать свое внимание, он легко отвлекается, часто задает вопросы, но редко дожидается ответов».

Первые проявления гиперактивности можно наблюдать в возрасте до 7 лет.

Большинство исследователей отмечают три основных блока проявления гиперактивности:

- **дефицит внимания;**
- **импульсивность;**
- **повышенная двигательная активность.**

Из перечисленных признаков наиболее трудно определить

и охарактеризовать импульсивность. Что же такое импульсивность? В психологическом словаре этот термин объясняется так: «Импульсивность — особенность поведения человека (в устойчивых формах — черта характера), заключающаяся в склонности действовать по первому побуждению под влиянием внешних эмоций. Импульсивный человек не обдумывает свои поступки, не взвешивает все «за» и «против», он быстро и непосредственно реагирует, и нередко столь же быстро раскаивается в своих действиях».

Выявить импульсивность можно с помощью анкеты. Для определения импульсивности можно воспользоваться анкетой «Признаки импульсивности» (*Приложение 2*).

К проявлениям гиперактивности так же можно отнести расстройство восприятия. Повышенная активность способствует появлению трудностей в обучении и трудностей принятия любви окружающих, а проблемы восприятия проявляются в неадекватном восприятии окружающей среды и окружающих сверстников, и взрослых.

Однако следует отличать симптомы СДВГ от нормальной, свойственной многим детям, особенно в дошкольном возрасте, высокой двигательной активности. Она может являться индивидуальной особенностью темперамента, акцентуацией характера. В настоящее время среди педагогов и родителей всё ещё бытует мнение, что гиперактивность - всего лишь поведенческая проблема, просто распушенность ребёнка или результат неправильного воспитания.

Причём, чуть ли не каждого ребёнка, проявляющего в группе детского сада или школе излишнюю подвижность или неусидчивость, взрослые причисляют к разряду гиперактивных. Такая поспешность в выводах далеко не всегда оправдана, т.к. **синдром гиперактивности - это медицинский диагноз и может поставить его только врач**. При этом диагноз ставится после специальной диагностики, а никак не на основе фиксации излишней двигательной активности ребёнка. Американские психологи П.Бейкер и М.Алворд разработали критерии гиперактивного ребенка (*Приложение 3*). Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы шесть из перечисленных признаков, педагог может предположить (но не поставить диагноз), что ребенок, за которым он наблюдает гиперактивен.

К подростковому возрасту повышенная двигательная активность, как правило, исчезает, а импульсивность и дефицит внимания остаются. Поведенческие нарушения сохраняются почти у 70% подростков и 50% взрослых, имевших в детстве диагноз синдрома гиперактивности.

В основе гиперактивности, как правило, лежит ММД.

Основными причинами возникновения гиперактивности у детей, прежде всего, является патология беременности, родов, инфекций и интоксикаций первых лет жизни малыша, генетическая обусловленность.

. Факторы, считающиеся основными причинами возникновения ММД:

- ***асфиксия при родах,***
- ***внутриутробная гипоксия,***
- ***нейроиммунный конфликт между матерью и плодом и т.д.***

Многие дети с диагнозом «синдром дефицита внимания с гиперактивностью» (СДВГ) имеют нарушения в развитии речи, трудности в формировании навыков чтения, письма и счета, 66% с диагнозом СДВГ – обнаруживают признаки дислексии и дисграфии, 61% с тем же диагнозом – признаки дискалькулии (нарушение формирования навыков счета, определения «право», «лево», формы предметов, арифметические действия с переходом через десяток).

Специалисты утверждают. Что некоторые дети с диагнозом «синдром гиперактивности», обладают достаточно высокими компенсаторными возможностями. Однако для их включения необходимы определенные условия. Прежде всего ребенок должен развиваться в благоприятной обстановке без излишних интеллектуальных нагрузок, с соблюдением соответствующего режима, в ровной эмоциональной атмосфере.

Упражнение «Портрет гиперактивного ребенка»

Признаки поведения и эмоциональных реакций гиперактивного ребенка свойственны и детям с другими психоэмоциональными проблемами: агрессивным, тревожным, аутичным детям, а также просто активным и подвижным детям. Для дифференциации признаков характерных только гиперактивным детям педагогам предлагается разделить на группы по 3-4 человека и выбрать из предложенных характеристик поведения те, которые свойственны гиперактивному ребенку (***Приложение 4***).

1. Практикум. Методы коррекции.

В работе с гиперактивными детьми используются три основных направления:

- Развитие навыков взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- Психотерапевтическая помощь. Развитие дефицитарных функций (внимание, контроль поведения, двигательный контроль);

- Работа с родителями гиперактивного ребенка.

Развитие навыков взаимодействия со взрослыми и сверстниками.

Упражнение «Ситуации из жизни».

Педагогам предлагаетсяделиться на группы по 3-4 человека и разработать стратегию поведения относительно гиперактивного ребенка в ситуации из повседневной жизни. Каждая подгруппа получает карточку с конкретной ситуацией (*Приложение 5*).

Правила поведения педагога с гиперактивным ребенком:

- «не замечать» мелкие шалости, сдерживать раздражение и не кричать на ребенка, так как от шума возбуждение усиливается;
- применять при необходимости позитивный физический контакт: взять за руку, погладить по головке, прижать к себе;
- на занятиях сажать за первые столы и подальше от окон и дверей, чтобы уменьшить отвлекающие моменты во время занятий;
- давать возможность в середине занятия подвигаться (попросить, что-нибудь поднять, принести, разложить и т. п.);
- хвалить за каждое проявление сдержанности, самоконтроля, открыто проявлять свой восторг, если ребенок довел, какое-то дело до конца;
- повторяйте указания. Детям с СДВГ нужно слышать одно и то же более одного раза;
- поддерживайте постоянный визуальный контакт, так вы можете одним взглядом "вернуть" ребенка с СДВГ "к реальности», взгляд может пробудить ребенка от грез или успокоить;
- установите границы, это не наказание, границы сдерживают и успокаивают, делайте это последовательно, уверенно и просто. Не вступайте в сложные, силовые дискуссии о справедливости. Такие дискуссии и споры только отвлекают;
- Упрощайте указания, упрощайте выбор. Чем меньше слов, тем больше шансов, что ребенок поймет;
- Используйте обратную связь, которая поможет ребенку лучше понять самого себя, дети с СДВ часто не понимают, что с ними происходит или как они себя ведут. Постарайтесь дать им эту информацию конструктивным путем. Спросите его, например: "Ты знаешь, что ты только что сделал?" или "Как ты думаешь, как бы ты мог сказать это по-другому?" или "Как ты считаешь, почему эта девочка опечалилась,

когда ты сказал то, что сказал?" Задавайте вопросы, которые побуждают самосозерцание и самопонимание;

- Старайтесь меньше говорить «нет», «нельзя», «прекрати», попробуйте переключать внимание ребенка, а если не получается, говорить, что можно сделать вместо того, что он делает неверно.

Психотерапевтическая помощь. Развитие дефицитарных функций (внимание, контроль поведения, двигательный контроль).

- «Найди отличие» (Лютова Е.К., Молина Г.Б.)

Цель: развитие умения концентрировать внимания на деталях.

Ребенок рисует любую не сложную картинку (котик, домик и др.) и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

- «Ласковые лапки» (Шевцова И.В.)

Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия, гармонизация отношений между ребенком и взрослым. Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть, воспитатель объясняет, что по руке будет ходить "зверек" и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой "зверек" прикасался к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными. Вариант игры: «зверёк» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

- «Кричалки-шепталки-молчалки» (Шевцова И.В.)

Цель: развитие наблюдательности, умения действовать по правилу волевой регуляции. Из разноцветного картона надо сделать 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий.

Это – сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку» можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь – «шепталка» – можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчанка» – синяя – дети

должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует "молчанками".

- «Гвалт» (Картаева Е.В.)

Цель: развитие концентрации внимания.

Один из участников (по желанию) становится водящим и выходит за дверь. Группа выбирает какую-либо фразу или строчку из известной всем песни, которую распределяют так: каждому участнику по одному слову. Затем входит водящий, и игроки все одновременно, хором, начинают громко повторять каждый свое слово. Водящий должен догадаться, что это за песня, собрать ее по словечку.

Желательно, чтобы до того, как войдет водящий, каждый ребенок повторил вслух доставшееся ему слово.

- «Передай мяч» (Кряжева Н.Л.)

Цель: снять излишнюю двигательную активность.

Сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу. Можно в максимально быстром темпе бросать мяч друг другу или передавать его, повернувшись спиной в круг и убрав руки за спину. Усложнить упражнения, можно попросив детей играть с закрытыми глазами или используя в игре одновременно несколько мячей.

- «Зеваки» (Чистякова М.И.)

Цель: развитие произвольного внимания, быстроты реакции, обучение умению управлять своим телом и выполнять инструкции.

Все играющие идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего (это может быть звук колокольчика, погремушки, хлопок руками или какое-нибудь слово) дети останавливаются, хлопают раза в ладоши, поворачиваются и идут в другую сторону. Кто не успел выполнить задание, выбывает из игры.

Игру можно проводить под музыку или под групповую песню. В таком случае дети должны хлопать в ладоши, услышав определенное слово песни (оговоренное заранее).

- «Король сказал» (Известная детская игра)

Цель: переключение внимания с одного вида деятельности на другой, преодоление двигательных автоматизмов.

Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять только в том случае, если он

добавит слова. «Король сказал". Кто ошибается, выходит на середину круга и выполняет какое-нибудь задание участников игры, например, улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т.д. Вместо слов "Король сказал" можно добавлять и другие, например, «Пожалуйста" и "Командир приказал".

- «Слушай хлопки» (Чистякова М. И.)

Цель: тренировка внимания и контроль двигательной активности.

Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую-либо другую позу. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в сторону, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу

- «Замри» (Чистякова М. И.)

Цель: развитие внимания и памяти.

Дети прыгают в такт музыке (ноги в стороны – вместе, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бедрам). Внезапно музыка обрывается. Играющие должны застыть в позе, на которую пришлась остановка в музыке. Если кому-то из участников это не удалось, он выбывает из игры. Снова звучит музыка – оставшиеся продолжают выполнять движения. Играют до тех пор, пока в круге не останется лишь один играющий.

- «Менялки» (Автор не известен)

Цель: развитие коммуникативных навыков активизации детей.

Игра проводится в кругу, участники выбирают водящего, таким образом получается, что стульев на один меньше, чем играющих, далее ведущий говорит: «Меняются местами те, у кого... - светлые волосы, и часы т. д. После этого имеющие названный признак должны быстро встать и поменяться местами, в то же время водящий старается занять свободное место. Участник игры, оставшийся без стула, становится водящим.

- «Разговор с руками» (Шевцова И. В.)

Цель: научить детей контролировать свои действия

Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладони. 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 можно «заключением договора» между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течении 2-3 дней (с сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми еще 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 ранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

- «Говори» (Лютова Е. К., Монина Г. В.)

Цель: развитие умения контролировать импульсивные действия.

Скажите детям следующее: «Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Не отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: говори!» Давайте потренируемся: «Какое сейчас время года?» (педагог делает паузу) «Говори!», Какого цвета у нас в группе (в классе) потолок?» ... «Говори!», «Какой сегодня день недели» ... «Говори!», «Сколько будет два плюс три» и т. д. Игра может проводиться как индивидуально, так и с группой детей.

- «Броуновские движения» (Шевченко Ю. С.; 1997)

Цель: развитие умения распределять внимание.

Все дети встают в круг. Ведущий один за другим вкатывает в центр круга теннисные мячики. Детям сообщаются правила игры: мячи на должны останавливаться за пределы круга, их можно толкать ногой или рукой. Если участники успешно выполняют правила игры, ведущий вкатывает дополнительное количество мячей. Смысл игры – установить командный рекорд по количеству мячей в кругу.

- «Час тишины и час «можно»» (Кряжева Н. Л., 1997)

Цель: дать возможность ребенку сбросить накопившуюся энергию, а взрослому – научиться управлять его поведением.

Договоритесь с детьми, что, когда они устанут или займутся важным делом, в группе будет наступать час тишины. Дети должны вести себя тихо, спокойно играть, рисовать. Но в награду за это иногда у них будет час «можно», когда им разрешается прыгать, кричать, бегать и т.д.

Часы можно чередовать в течении одно дня, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычками в вашей группе или классе. Лучше заранее оговорить, какие конкретные действия разрешены, какие запрещены.

С помощью этой игры можно избежать нескончаемого потока замечаний, которые взрослый, адресуя гиперактивному ребенку (а тот их «не слышит»).

- «Сиамские близнецы» (Кряжева Н. Л., 1997)

Научить детей гибкости в общении друг с другом, способствовать возникновению доверия между ними.

Скажите детям следующее: «Разбейтесь на пары, встаньте лицом к лицу, обнимите друг друга одной рукой за пояс, правую ногу поставьте рядом с левой ногой партнера. Теперь вы сросшиесь близнецы: две головы, три ноги, одно туловище и две руки. Попробуйте походить по помещению, что-то сделать, лечь, встать, порисовать, похлопать в ладоши и т. д.»

Чтобы «третья» нога действовала «дружно», ее можно скрепить либо веревочкой, либо резинкой. Кроме того, близнецы могут «срастись» не только ногами, но спинками, головами и др.

- «Колпак мой треугольный» (Старинная игра)

Цель: научить концентрировать внимание способствовать осознанию ребенком своего тела, научить управлять движениями и контролировать свое поведение.

Играющие сидят в кругу, все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, мой треугольный колпак, а если не треугольный, то это не мой колпак». После этого фраза повторяется снова, но дети, которым выпадает говорить слово «колпак» заменяет его жестом. Например, 2 легких хлопка ладошкой по своей голове. В следующий раз уже заменяются 2 слова: слово «колпак» и слово «мой» (показать рукой на себя). В каждом последующем кругу играющие произносят на одно слово меньше, а показывают на одно больше. При завершающем повторе дети изображают только жестами всю фразу. Если такая длинная фраза трудна для воспроизведения, ее можно сократить.

- «Слушай команду» (Чистякова М. И.)

Цель: развитие внимания, произвольности поведения.

Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка. Дети идут в колонне друг за другом, внезапно музыка прекращается все останавливаются, и слушают произнесенную шепотом команду ведущего (например, «Положите правую руку на плечо соседа») и тотчас же ее выполняют. Затем снова звучит музыка, и все продолжают ходьбу. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии хорошо слушать и выполнять задания.

Игра поможет воспитателю сменить ритм действия расшалившихся ребят, а детям успокоиться и без труда переключиться на другой спокойный вид деятельности.

- «Расставь посты» (Чистякова М. И.)

Цель развитие навыков волевой регуляции, способности концентрировать внимание на определенном сигнале.

Дети маршируют под музыку друг за другом. Впереди идет командир, который выбирает направление движения. Как только командир хлопнет в ладоши, идущий последним, ребенок должен немедленно остановиться. Все остальные продолжают маршировать и слушать команды. Таким образом, командир расставляет всех детей в задуманном им порядке (в линейку, по кругу, по углам и т.д.)

Чтобы слушать команды дети должны передвигаться бесшумно.

- «Запрещенное движение» (Кряжева Н. Л., 1997)

Цель: игра с четкими правилами организует, дисциплинирует детей, сплачивает играющих, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъем.

Дети стоят лицом к ведущему под музыку с началом каждого такта они повторяют движение, которые показывает ведущий, затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнять. Тот, кто повторит запрещенное движение выходит из игры.

Вместо показа движения можно называть в слух цифры. Участники игры повторяют хором все цифры кроме одной, запрещенной, например, цифра «5». Когда дети ее услышат, они должны будут хлопнуть в ладоши (или покружиться на месте).

- «Давайте поздороваемся» (автор не известен)

Цель: снятие мышечного напряжения, переключение внимания.

Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (а возможно, что кто-то из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом:

1. хлопок – здороваемся за руку;
2. хлопок – здороваемся плечиком,
3. хлопок – здороваемся спинками.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребенку возможность почувствовать свое тело, снять

мышечное напряжение. Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет во время этой игры.

- «Веселая игра с колокольчиком» (Карпова Е. В., Лютова Е. К., 1999)

Цель: развитие слухового восприятия

Все садятся в круг, по желанию группы выбирается водящий если желающих водить нет, то роль водящего отводится тренеру. Водящему завязывают глаза, а колокольчик передают по кругу, задача водящего поймать человека с колокольчиком, перебрасывать колокольчик друг другу нельзя.

- «Что слышно?» (Чистякова М. И.)

Цель: развивать умения быстро сосредоточиться.

Первый вариант (для детей 5-6 лет). Ведущий предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит за дверью. Затем он просит рассказать, что они услышали.

Второй вариант (для детей 7-8 лет). По сигналу ведущего внимание детей обращается с двери на окно, с окна на дверь. Затем каждый ребенок должен рассказать, что где происходило.

- «Слушай хлопки» (Чистякова М. И.)

Цель: тренировка активного внимания.

Все идут по кругу. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в сторону, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу

- «Запретный номер» (для детей 6-7 лет)

Цель: способствовать преодолению двигательного автоматизма.

Дети стоят по кругу. Выбирается цифра, которую нельзя произносить, например, цифра «5». Игра начинается, когда первый ребенок скажет: «Один», следующий продолжает счет, и так до пяти. Пятый ребенок молча хлопает в ладоши пять раз. Шестой говорит: «Шесть» и т. д.

- «Пустой угол» (для детей 7-8 лет)

Цель: развитие выдержки, способности к торможению и переключению внимания.

Три пары играющих детей размещаются в трех углах комнаты, четвертый угол остается пустым. Под музыку дети парами перемещаются в пустой угол

в определенном порядке: 1-я, 2-я, 3-я пара; 2-я, 3-я, и т.д. Когда действие перемещения становится автоматическим, ведущий предупреждает, что на слово «еще» пара, которая только что добежала до пустого угла, должна вернуться обратно, а следующая за ней пара, собравшаяся перемещаться в их угол, остается на месте и только на следующей музыкальной фразе перебежать в новый угол. Дети заранее не знают, когда ведущий подаст команду «еще», и должны быть на чеку. Если детей меньше шести, то в каком-то углу может стоять один человек, а если больше шести, то допустимо объединение троих детей.

- «Насос и мяч» (для детей 6-7 лет) (Чистякова М. И., 1995)

Цель: обучить детей приемам саморасслабления.

Играют двое. Один большой надувной мяч, другой насосом надувает мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, шея и руки расслаблены. Корпус отклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движения рук (они качают воздух) звуком «с». С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше и больше. Услышав первый звук «с», он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго «с» выпрямилось туловище, после третьего у мяча появляется голова, после четвертого надулись щеки и приподнялись руки. Мяч надут. Насос перестал накачивать, товарищ выдергивает из мяча шланг насоса. Из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение. Играющие меняются местами.

- «Факиры» (для детей 5-6 лет) (Чистякова М. И., 1995)

Цель: обучить детей приемам саморасслабления.

Дети садятся на пол (на маты), скрестив по-турецки ноги, руки в коленях, кисти свисают вниз, спина и шея расслаблены, голова опущена, подбородок касается груди, глаза закрыты. Пока звучит музыка (сирийская народная мелодия), факиры отдыхают.

- «Пылесос и пылинки» (для детей 6-7 лет) (Чистякова М. И., 1995)

Цель: обучить детей приемам саморасслабления

Пылинки весело танцуют в луче солнца. Заработал пылесос. Пылинки закружились вокруг себя и, кружась все медленнее и медленнее, оседают на пол. Пылесос собирает пылинки. Кого он коснется, тот встает и уходит. Когда ребенок-пылинка садиться на пол, спина и плечи у него расслабляются и сгибаются вперед – вниз, руки опускаются, голова наклоняется, он весь обмякает.

Работа с родителями гиперактивного ребенка.

Советы родителям по воспитанию гиперактивного ребенка, организации среды и окружающей обстановки в семье.

- Перевозбужденного ребенка нужно успокоить, сменив обстановку на спокойную. Можно обнять и погладить по голове, принять успокаивающую ванну перед сном. После ванны можно прочитать сказку, сделать массаж и включить спокойную музыку. Такой ритуал нужно проделывать каждый день.
- Четко формулируйте запреты и ставьте задачи. Говорите лучше о том, как должен поступить ребенок, а не как должен не поступать. То есть избегайте отрицания «нет», предлагайте альтернативы. Мышление у него слабо развито, поэтому необходимо четко обозначать задачи. С ним нужно говорить короткими предложениями и по сути, избегая подробностей.
- Если вы будете давать ребенку много заданий сразу, то он с трудом примет информацию и вряд ли выполнит хоть одно. Либо давайте по одному заданию, либо выстроив их несколько в логической последовательности. Предупреждайте заранее о ваших планах насчет отпрыска: когда вы прекратите прогулку, будете его кормить или ляжете спать.
- Определите распорядок дня и следуйте ему ежедневно. Мало того, выполняйте все пункты в одно и то же время. Предоставьте ребенку максимально здоровый сон (восьмичасовой), исключите из рациона пищевые красители, постарайтесь давать как можно меньше сладкого, соленого и острого.
- Упреки гиперактивный ребенок игнорирует, а вот любую похвалу примет на ура. Поэтому хвалите его даже за незначительные успехи. Особые успехи вознаграждайте игрушками или сладостями. Для этого можно завести дневник, в котором будете отмечать хорошие поступки, допустим, баллами, а когда наберется определенное количество баллов – ребенка можно вознаградить.
- Ребенку нужны комфортные условия. Создайте ему свой уголок, в котором вы будете проводить с ним занятия, играть. Учите его правилам поведения и общения, ведь именно его вызывающее поведение привлекает внимание. Будьте спокойны, доходчиво объясняя ребенку поручения, если не получается, повторяйте снова.

Еще для качественного обучения уберите с поля зрения внешние раздражители.

- Избыточную энергию можно направить в спортивные секции. Найдите ребенку хобби или определите его увлечения, чтобы он разобрался в определенной области. Это придаст ему уверенности.
- Проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании: избегайте с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой – завышенных требований к ребенку.
- Всегда выслушивайте то, что хочет сказать ребенок, уделяйте ему достаточно внимания.
- Установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи, учите малыша четкому планированию своей деятельности.
- Снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком заданий.
- Оградите ребенка от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизора.
- Избегайте больших скоплений людей; во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером, когда это возможно.
- Помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности. Когда ребенок утомлен, не настаивайте на строчном выполнении дела, дайте ему возможность отдохнуть.
- Составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком.
- Помогайте ребенку приступить к выполнению задания, так как это самый трудный этап.
- Убеждения, беседы редко оказываются результативными, т.к. гиперактивный ребенок еще не готов к такой форме работы. Наиболее действенными будут: лишение удовольствия, лакомства, телефонных разговоров; простое удержание в «железных объятьях».
- Поощряйте за все виды деятельности, требующей концентрации внимания (работа с кубиками, раскрашивание, чтение).

1. Обратная связь.

В завершении семинара, каждому педагогу, принявшему в нем участие, предлагается ответить на несколько вопросов:

- Получили ли Вы то, чего ожидали?

- Как Вы будете использовать информацию, полученную на семинаре?
- Есть ли какие – то вопросы, на которые Вы не получили ответа?
- Ваши пожелания?