**Особенности педагогической работы с гиперактивными детьми  в начальной школе**

Одной из болезненных социальных явлений, переживаемых в настоящее время, являются различные отклонения в поведении детей.

Неправильное поведение, понимаемое как отклонение от социальных норм, приобрело в последнее время массовый характер, что поставило это явление в центр внимания общества.

Тяжелая социально – экономическая ситуация: распад семей, алкоголизм, наркомания, безработица, слабая социальная поддержка малообеспеченных семей со стороны государства – это та почва, на которой растут дети с отклоняющимся поведением.

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью считается одной из наиболее распространенных форм нарушений поведения среди детей младшего школьного возраста. По разным данным, его частота среди детей дошкольного и школьного возраста составляет от 4 до 9%! Значит, в каждом классе из 25 человек весьма вероятно присутствие 1 — 2 гиперактивных детей. У многих учителей такие дети влияют и на поведение всего класса.

***Цель*:** создать методическое пособие по работе с гиперактивными детьми.

***Задачи:***

1)Изучить проблему гиперактивности в начальной школе.

2) Раскрыть причины гиперактивности у детей.

3) Предложить учителю методику работы с гиперактивными детьми.

4) Рекомендовать педагогу - психологу приемы психокоррекционной работы с гиперактивными детьми.

***Направления содержания:***рекомендовано учителям начальной школы, педагогам – психологам, родителям.

***Новизна***рассматривается в систематизации изученного материала по данной проблеме и разработке конкретных рекомендаций учителям по работе с гиперактивными детьми.

***Актуальность*** проблемы заключается в том, что выбранный вид отклоняющегося поведения является частым видом, встречающийся на практике, и который вызывает большие трудности при усвоении учебного материала в обучении. С одной стороны школа предъявляет высокие требования к дисциплине учащихся, к умению слушать учителя, сосредоточиться на уроке и т.п. С другой стороны увеличивается количество детей, которые по разным причинам не могут усваивать программу из-за неусидчивости, расторможенности, несобранности и т.д. Вот поэтому так необходимы эффективные методы и приемы для проведения профилактической работы с детьми младших школьников с гиперактивным поведением.

***Методы:***

Теоретические - теоретический анализ методической, дидактической, психологической литературы.

Эмпирические – психологическое наблюдение за деятельностью детей с признаками гиперактивности, индивидуальные е беседы, работа с родителями, психокоррекционная деятельность.

***Практическая значимость:***заключается в том, что данные методические материалы в виде памятки могут быть использованы в работе учителей начальных классов и школьных психологов.

1. **Теоретическое рассмотрение проблемы гиперактивности в психологической науке**

Российские психологи и педагоги заинтересовались этой темой всего лишь несколько лет назад, в то время как в американской и европейской педагогике, ей посвящены многочисленные исследования. Первые описания синдрома гиперактивности у детей были опубликованы в английском медицинском журнале около 100 лет назад. Интерес и сложность проблемы заключается ещё и в том, что она является комплексной: медицинской, психологической и педагогической.

«Активный» - от латинского «activus» - деятельный, действенный. «Гипер» – от греческого «Hyper» – над, сверху – указывает на превышение нормы. «Гиперактивность у детей проявляется несвойственными для нормального, соответствующего возрасту, развития ребенка невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью и гиперактивностью» (Психологический словарь, 1997, с.72).

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. Р. Кэмпбелл (1997) к проявлениям гиперактивности также относит расстройство восприятия. Он считает, что повышенная активность способствует появлению трудностей в учебе и трудностей принятия любви окружающих, а проблемы восприятия проявляются в неадекватном восприятии окружающей среды (букв, слов и т.д.) и родительской любви.

К подростковому возрасту повышенная двигательная активность, как правило, исчезает, а импульсивность и дефицит внимания остаются. Поведенческие нарушения сохраняются почти у 77% подростков и 50% взрослых, имевших в детстве диагноз синдрома гиперактивности. ( Заваденко Н. Н., 2000).

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).

**1.1 Определение гиперактивности**

Что представляют собой эти так называемые гиперактивные дети? Это дети, которые не могут адекватно приспособиться к реалиям окружающей жизни и поэтому воспринимаются своим ближайшим окружением как объект постоянной заботы и источник беспокойства. И сами дети с повышенной активностью, и их окружение страдают от свойственной им суетливости; причиной неприятностей становится поведение, отклоняющееся от социально принятых норм.

"Вечный двигатель", "живчик", неутомимый, непоседа, шалун, клоун, неуправляемый, на уроках - рассеянный, невнимательный, качается на стуле, роняет ручки и карандаши и постоянно их собирает, - вот далеко не полный перечень отзывов педагогов по поводу гиперактивных детей. У окружающих создается впечатление, что эти дети не воспитываются родителями, что они живут в атмосфере вседозволенности. Хотя это чаще всего не так.

Жалобами, как правило, бывают, полны сообщения о конкретных случаях гиперактивности**. Так, например, одна мать говорит о 16 годах постоянного кошмара, который она испытывает, имея гиперактивного ребенка. Период кошмара начался, как только полуторагодовалый Петя смог самостоятельно передвигаться по квартире: «как будто его постоянно гонит вперед работающий на полную мощность мотор: то он кувыркается на диване, то балансирует на подоконнике, то сметает документы с письменного стола, выворачивает содержимое шкафа на пол. В мгновение ока он может перевернуть буквально вверх дном всю квартиру. Невозможно его остановить или направить его активность в разумное русло. Никогда он не сидит, как другие дети, спокойно, погрузившись в свои занятия».**

Одной из специфичных черт является чрезмерная активность ребенка, излишняя подвижность, суетливость, невозможность длительного сосредоточения внимания на чем-либо.

Гиперактивность – главная особенность целого ряда симптомов, составляющих синдром «мозгового повреждения». Он характеризуется множеством микроповреждений мозговых структур, чаще регуляторного характера, при отсутствии грубых очаговых повреждений мозга. Был локализован и «участок ответственности» за данную проблему – ретикулярная формация. Этот отдел ЦНС «отвечает» за человеческую энергию, за двигательную активность и выраженность эмоций. Вследствие различных органических нарушений ретикулярная формация может находиться в перевозбужденном состоянии, и поэтому ребенок становится расторможенным.

В последнее время специалистами показано, что гиперактивность выступает как одно из проявлений целого комплекса нарушений, отмечаемых у таких детей. Основной же дефект связан с недостаточностью механизмов внимания и тормозящего контроля. Поэтому, подобные нарушения более точно классифицируют как «синдромы дефицита внимания». (Заваденко Н.Н., Успенская Т.Ю., 1994).

Выделяется в качестве диагностических для определения гиперактивности с дефицитом внимания, следующие три критерии:

Гиперактивность

* Часто наблюдаются беспокойные движения, не может спокойно сидеть на стуле, крутится, вертится.
* Часто встает со своего места в классе во время уроков или других ситуациях, когда это неприемлемо.
* Проявляет бесцельную двигательную активность: бегает, крутится, пытается куда-то залезть.
* Обычно не может тихо, спокойно играть или заниматься чем-либо.
* Часто бывает болтливым.

Импульсивность

* Отвечает на вопросы, не задумываясь, не выслушав их до конца.
* У него часто меняется настроение.
* Обычно с трудом дожидается своей очереди в различных ситуациях.
* Ему нравится работа, которую можно сделать быстро.
* Когда кто-то из ребят на него кричит, он тоже кричит в ответ.
* Часто мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в беседы или игры).
* Совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях. При этом не ищет приключений или острых ощущений (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).
* Это человек действия, рассуждать он не умеет и не любит.

Невнимательность

* Не способен удерживать внимание на деталях, в связи с этим, допускает много различных ошибок при выполнении заданий.
* С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.
* Часто складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.
* Часто не может придерживаться предлагаемых инструкций и справиться до конца с выполнением уроков, домашней работы или обязанностей на рабочем месте (что никак не связано с негативным или протестным поведением, неспособностью понять задание).
* Часто испытывает сложности в организации самостоятельного выполнения заданий и других видов деятельности.
* Обычно избегает вовлечения в выполнение заданий, которые требуют длительного сохранения умственного напряжения.
* Бывает, что теряет вещи, необходимые в школе и дома.

Часто проявляет забывчивость в повседневных ситуациях.

Часто переходит от одного незавершенного действия к другому.

При этом уровень интеллектуального развития у детей не зависит от степени гиперактивности и может превышать показатели возрастной нормы. Однако, вследствие характерной симптоматики, гиперактивности дети испытывают проблемы во взаимоотношениях с окружающими, трудности в обучении, что приводит к формированию низкой самооценки, высокой степени тревожности.

Синдромы дефицита внимания считаются одной из наиболее распространенных форм нарушений поведения среди детей младшего школьного возраста, причем у мальчиков такие нарушения фиксируются значительно чаще, чем у девочек. С появлением интеллектуальных нагрузок, норм и требований возникают трудности в учебе. Чрезмерная двигательная активность и невозможность сосредотачиваться длительное время на выполнении необходимого задания обращают на себя внимание педагогов уже впервые месяцы обучения. В отличие от дошкольной среды школьная среда выстраивает для ребенка ряд важных требований, ограничений и в то же время показывает ожидания социума – требует усидчивости, сосредоточенности, умения планировать, регулировать и контролировать свою деятельность, действовать по образцу, что труднодостижимо при гиперактивности.

Исследуя возрастную динамику этого синдрома, можно говорить, что его проявления естественным образом уменьшаются с возрастом и к 13-15 годам почти исчезают. В поведении остается фрагментарно появляющаяся импульсивность, усиливающаяся в ситуациях утомления, по мере снижения адаптационных ресурсов ребенка. В остальном, при благоприятном характере развития, формируются возможности самоконтроля и регуляции поведения. Однако во многом характер отношения к гиперактивному ребенку, особенно значимых взрослых (родителей, педагогов) до момента естественного уменьшения симптомов гиперактивности определяет, какой будет самооценка ребенка, будет он самостоятельным, инициативным, творческим человеком или сформируется низкая самооценка и, как следствие, тревожность, неуверенность в собственных силах. Важно, чтобы условия, в которых существуют такой ребенок, были чувствительны к нему, учитывали объективные возможности ребенка и способствовали раскрытия его потенциалов.

**1.2 Причины возникновения СДВГ**

Диагноз синдром дефицита внимания и гиперактивность (далее СДВГ) ставит врач. По сути, данный синдром представляет собой проявление ММД – минимальной мозговой дисфункции, то есть очень незначительного нарушения в деятельности центральной нервной системы. О причинах появления подобных нарушений пока не существует единого мнения, однако уже доказано, что самой распространенной *причиной появления ММД* является родовая микротравма шейных отделов позвоночника, которая часто своевременно не диагностируется. На созревании мозга ребенка могут сказаться и многие другие факторы – длительная нехватка кислорода у ребенка (например, из-за обвития пуповины во время родов), травмы головы во время родов или в раннем детстве, токсическое поражение плода во время беременности (курение, принятие алкоголя, наркотиков матерью, работа на вредных производствах и т.п.).

*Генетический фактор* (ряд данных свидетельствует о том, что синдром дефицита внимания может носить семейный характер);

*Пищевые факторы*. Американские исследователи выделяют прямую связь между возникновением СДВГ и пищевой аллергией, вызванной огромным количеством технологически обработанных продуктов, содержащих многочисленные химические пищевые добавки: консерванты, ароматизаторы, и искусственные красители. Как показывают исследования, сильногазированные сладкие напитки возбуждающе действуют на детскую психику и усиливают отклонения в поведении гиперактивных детей.

*Важную роль в формировании синдрома играют и социально – психологические факторы,*конфликты в семье, развод родителей, отягощённый скандалами и выяснениями отношений на глазах у ребёнка, проявления жестокости в воспитании. Но всё же эти условия способствуют ухудшению синдрома и препятствуют его излечению. А не являются непосредственными причинами его возникновения.

Основными *признаками СДВГ* являются невнимательность, гиперактивность и импульсивность (которые подробно описаны в предыдущем разделе). *Эти особенности поведения ребенка имеют физиологическую основу,* поэтому ребенок не может с помощью волевой регуляции корректировать собственное поведение или же это дается ему (под давлением педагогов, родителей) особенностью работы мозга является цикличность: дети могут продуктивно работать 5- 15 минут, затем 3-7 минут мозг отдыхает, накапливая энергию для следующего цикла. В этот момент ребенок отвлекается и не реагирует на учителя, не воспринимает информацию. В связи с этим у таких детей бывают довольно специфичные пробелы в знаниях

Для поддержания умственной активности гиперактивному ребенку необходима двигательная стимуляция, то есть ему необходимо двигаться (крутиться, вертеться теребить что-то в руках) для того, чтобы лучше воспринимать информацию.

*Детей с СДВГ характеризует* высокая утомляемость, особенно интеллектуальная (физическое утомление может, вообще, отсутствовать); низкая работоспособность; сниженные возможности саморегуляции; трудности перехода информации из кратковременной в долговременную память; трудности при оперировании большим объемом информации.

Признаки синдрома дефицита внимания с гиперактивностью можно обнаружить уже *в дошкольном возрасте*, однако в этот период они обычно не сказываются отрицательно на развитии ребенка, так как те же проблемы есть у большинства дошкольников. Однако у детей с СДВГ симптомы сохраняются тогда, когда он идет в школу, часто мешая учебной успешности.

*СДВГ является легким поражением нервной системы, поэтому при адекватном подходе к такому ребенку он, скорее всего, будет вполне успешен в обучении (часто среди таких детей встречаются и одаренные), а к 4-6 классу проявления синдрома практически исчезнут (во взрослом возрасте диагноз СДВГ уже не ставится)*

***Гиперактивность - это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и психологический диагноз*,** который может быть поставлен:

1) специалистами;

2) по достижении ребенком возраста 8 лет;

3) по результатам специальной диагностики и наблюдения за ребенком в течение 6 месяцев.

**Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями. Гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми он самостоятельно не может. Дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а скорее ухудшат его.**

Эффективные результаты коррекции достигаются при оптимальном сочетании медикаментозных, психологических и педагогических методов.

**Потребности гиперактивного ребенка**

В настоящее время школе характерны существенные противоречия между возможностями гиперактивного ребенка, особенно на первых этапах обучения, и требованиями со стороны учителя. В первую очередь сама система обучения может быть психотравмирующей для гиперактивного ребенка.

1). Высокая потребность гиперактивного ребенка в движении и малая подвижность на уроке, а часто ограничения в движении на переменах (в некоторых школах детям запрещается бегать на перемене).

Сидеть за партой шесть уроков подряд по 40 минут – даже для здорового ребенка непосильная задача. Монотония, отсутствие смены форм деятельности на уроке и в течение дня приводят к тому, что через 10-15 минут после начала урока гиперактивный ребенок уже не в состоянии спокойно сидеть за партой. Он начинает ёрзать на месте, болтать руками и ногами, смотреть по сторонам, играть попавшими под руку предметами – одним словом, заниматься «своими делами», казалось бы «не обращая внимания» на замечания учителя. Такое поведение ребенка не возникает «специально», это следствие утомления ребенка и как результат снижение функции контроля. Можно сколько угодно обращаться к ребенку, взывая к сосредоточенности, внимательности, тишине, можно наказывать, это вряд ли будет эффективным, он устал и не может в полной мере контролировать свои поступки. Замечания, угрозы наказания, на которые так щедры взрослые, не только не улучшают его поведения, а порой даже становятся источниками новых конфликтов, способствуют формированию у ребенка «отрицательных» черт характера. Нельзя забывать, что в первую очередь страдает сам ребенок. Ведь он не может вести себя так, как требуют взрослые, и не потому, что не хочет, а потому, что его физиологические возможности не позволяют сделать это.

Естественно, что такое поведение ребёнка мешает учителю вести урок, обращает на себя внимания одноклассников, нарушает дисциплину в классе. Ребенок становится «неудобным» для педагога и детей. Бывает так, что учитель перестает обращать внимание на такого ребёнка, отсаживает его подальше от детей, на последнюю парту, решая при этом проблему максимальной изоляции, дистанцирования ребёнка, как помехи для окружающих.

2). Импульсивность поведения ребенка и нормативность отношений на уроке.

Традиционно взаимодействие учителя и ученика строится по схеме: вопрос «учителя» - ответ «ученика».

Умение «правильно отвечать» на вопрос учителя – важный компонент успешного обучения. Процесс ответа устроен нормативно. Существует правило, как «правильно» отвечать: учитель должен задать вопрос, а ребенок – внимательно выслушать. Если ребенок знает ответ, то он должен поднять руку, и, если учитель разрешит, ответить.

Невозможность терпеть и ждать толкает гиперактивного ребенка вперед, не дожидаясь очереди или специального разрешения учителя, он трясет руку, кричит с места, часто начинает отвечать, не выслушав до конца вопрос или задание. Если ребенку не позволяют ответить сразу, то его интерес пропадает. Удержать на чем-либо внимание, сосредоточиться им чрезвычайно трудно. Если в дошкольном возрасте им не удавалось достроить до конца ни одну фигуру из конструктора, то и в школьном возрасте бросается на половине любой рисунок или поделка. Они очень предприимчивы: готовы начать все – но ничего не заканчивают.

То же самое относится и к выполнению домашних заданий. Поскольку внимание рассеянно, ребенку все время приходит в голову что-нибудь новое: он - то почешет себе ногу, то должен поднять упавшую на пол линейку, то надо положить на другое место ластик, поточить карандаш, выглянуть в окно, посмотреть, какое задание было вчера, и покормить хомячка. В результате домашнее задание не продвигается или выполняется из рук вон плохо, отнимая массу времени.

3). Многоканальное восприятие гиперактивного ребенка и недостаточный арсенал способов предъявления учебного материала учителем.

Предъявление учебного материала – это чаще всего педагогический монолог, активно эксплуатирующий аудиальные системы и исполнительское поведение ребенка, тогда как гиперактивным детям нужны и другие опоры – визуальная, тактильная, двигательная.

Ограниченный диапазон средств в предъявлении материала приводит к маленькому диапазону ребенка и не способствует обнаружению его собственного потенциала, что так важно для гиперактивных детей. Это приводит к появлению тревожности, неуверенности в собственных силах, с одной стороны, а с другой стороны, не явленный потенциал ребенка, в свою очередь, делает его неуспешным в глазах педагога и других детей.

4). Игровой опыт ребенка и отсутствие игрового пространства в школе.

Игровое пространство имеет важное значение для гиперактивных детей. Оно способствует снятию статичного напряжения, переключению на принципиально другие виды деятельности, позволяет «выпустить пар» приемлемыми способами, скорректировать механизмы эмоционального реагирования; восстановить работоспособность, а также улучшить отношения внутри классного коллектива. Игровое пространство в начальной школе имеет разное функциональное значение:

1. шумные игры на снятие напряжения и создание положительного восприятия класса;
2. игры, направленные на снятие мышечных блоков и зажимов (подвижные игры);
3. ролевые игры на демонстрацию личностных особенностей;
4. сюжетно-ролевые игры.

Поскольку чаще в школе пространство для игры не определено, то гиперактивный ребенок строит его там, где считает возможным, что не всегда уместно.

5). Неустойчивая работоспособность гиперактивного ребенка и фиксированная (формальная, стандартная) система оценивания знаний, умений, навыков.

Гиперактивных детей отличает объективное нарушение регуляторных систем организма, как следствие трудность распределения собственного энергопотенциала, эмоциональная нестабильность. В связи с этим быстрая утомляемость и истощаемость организма (по сравнению со здоровыми сверстниками), проявляющаяся в снижении контроля, повышении подвижности, импульсивности, рассеянности. При неустойчивости внимания дети начинают допускать большое количество разнообразных, часто не системных ошибок в выполнении заданий, не успевают уложиться в отведенное время, и, как следствие, получают наибольшее количество замечаний и отрицательных оценок со стороны учителя. Гиперактивные дети показывают не стабильные результаты в выполнении самостоятельных заданий по предметам (то пять, то два), во многом результат на уроке зависит от того, каким по счету был урок или как был организован. Неоднократно проводились эксперименты, когда обнаруживались, что из пяти заданий контрольной работы ребенок сделал только три и соответственно был оценен педагогом. Вопрос, на который хотели получить ответ: ребенок не смог выполнить оставшиеся задания и это дефицит понимания или дело в объективной трудности концентрации и регуляции собственной деятельности? Эксперимент заключался в том, что: детям предоставляли возможность доделать контрольную работу после урока, и оценивали, насколько удалось улучшить результат. В 90 % случаев дети улучшали результат и получали более высокую оценку. Встает закономерный вопрос: за что учитель оценивает детей? За скорость выполнения задания, либо за знание и понимание материала? Ребята говорили, что не успевают так быстро выполнять все задания, они расстраивались, что не могут показать знания. Через какое-то время происходило привыкание к тому, что получить объективную оценку достижений не представляется возможным. Параметр скорости для педагога оказывается более важным в сравнении с качеством выполнения, но, сколько бы ни старался гиперактивный ребенок, соответствовать этим требованиям ему вряд ли удастся, остается привыкнуть к статусу «неуспешного» и смириться.

Ребенок, особенно в начальной школе, воспринимает оценку как отношение к себе в целом, а не как оценку своей работы, и в этом смысле оценка выполняет функцию не регулирования, а санкционирования. Детей начинает преследовать боязнь получения отрицательной оценки, повышается уровень тревожности, снижается самооценка, появляется защитная реакция на внешние воздействия.

Неконструктивные способы поведения закрепляются, если образовательная среда нечувствительна к особенностям гиперактивных детей. Неудачливость может стать «жизненным кредо» гиперактивного ребенка: неудачлив в учебе, неудачлив в отношениях со сверстниками, учителями, неудачлив дома и т.п. Трудности в социальной адаптации могут вызвать соматические проблемы. Жалобы невротического или девиантное поведение у гиперактивных детей встречаются гораздо чаще, чем в среднем по популяции. Чувство вины при ослабленном самоуважении – невротическим. Эти дети склонны отвергать учителей, родителей, но и среде сверстников они чаще всего не пользуются популярностью. В психологической характеристике подростка с историей гиперактивности основные черты – отсутствие самоуважения, низкая самооценка, сопровождающаяся болезненным самооправданием, высокая частота девиантного поведения, проблемы идентификации.

Не все дети, относящиеся к этой группе, действительно демонстрируют гиперактивное поведение. Бывает и совсем наоборот: дети ведут себя спокойно и производят впечатление, скорее, апатичных. Хотя они и не обращают на себя внимания своей гиперактивностью, но у них есть все остальные симптомы: нарушения концентрации внимания, асоциальное поведение, они грубы и вспыльчивы, внешне производят впечатление неспособных, плохо успевающих, социально изолированных и часто депрессивных. Эта другая форма чаще встречается у девочек, но ее реже относят к формам отклонений, нуждающихся в лечении.

1. **Особенности работы учителя в начальной школе с гиперактивными детьми**

Психологами разработаны три основных направления работы с гиперактивными детьми:

* развитие психических функций, отстающих у таких детей - внимания, двигательного контроля, контроля поведения;
* отработка конкретных навыков взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
* важно, при возможности, вести работу с гневом.

Коррекционная работа должна проходить постепенно с какой-то одной отдельной функции. Это связано с тем, что гиперактивный ребенок физически не может длительное время внимательно слушать учителя, спокойно сидеть и сдерживать свою импульсивность. Например, развиваем внимание, а после того, как ребенок научился концентрировать и переключать внимание, можно переходить к тренировке двигательного контроля. Когда в процессе занятий достигаются устойчивые положительные результаты, можно переходить к тренировке одновременно двух функций. Это может быть, например, дефицит внимания и контроль поведения. И только позже вводить упражнения, развивающие все три функции одновременно. Начинать работать с гиперактивными детьми надо, по возможности, индивидуально, в крайнем случае - малыми группами, и только потом постепенно вводить их в большие группы. Это связано с тем, что индивидуальные особенности мешают таким детям сосредоточиться, если рядом много сверстников.

Кроме того, сами занятия должны проходить в эмоционально привлекательной для детей форме, например, игровой. Какого бы эмоционального напряжения это не стоило, все усилия окупятся сторицей.

Основные направления в работе с гиперактивными детьми, предлагаемые психологом Мониной Г.Б.:

1. Повышение учебной мотивации: применение системы поощрения, использование нетрадиционных форм работы (например, возможности выбрать зверушку, которую дети будут изготовлять на уроке), обучение учениками 2-3 классов более младших школьников (старшие дети "работают" инструкторами оригами и бисероплетения, такие занятия нравятся и старшим и младшим).

2. Организация учебного процесса с учетом психофизиологических особенностей учащихся:

* смена видов деятельности в зависимости от утомляемости ребенка;
* реализация двигательной потребности ребенка (выполнение поручений учителя; требующих двигательной активности: раздать бумагу, стереть с доски, показать на доске указкой этапы работы);
* понижение требований к аккуратности на первых этапах обучения;
* выполнение упражнений на релаксацию и снятие мышечных зажимов (массаж кистей рук, пальчиковая гимнастика и другие);
* инструкции учителя должны быть четкими и немногословными;
* избегание категорических запретов.

Желательно, чтобы учителя принимали во внимание специфику нарушений у детей с гиперактивным поведением и дефицитом внимания. Такой ребенок непреднамеренно мешает вести урок, он с трудом может регулировать свое поведение, его постоянно что-то отвлекает, он всегда более возбужден, чем другие дети.

Поднимать руку или ждать, пока его не вызовут, такой ребенок может только с V или VI класса. Замечания или одергивания ничего не дают, они лишь еще более возбуждают ребенка. Рекомендуется активно привлекать такого школьника к участию в уроке, игнорируя его выкрики во время занятий. Если они уж слишком мешают проведению урока, следует быстро подойти к нарушителю дисциплины, коснуться его плеча и немногими спокойными словами унять его («Стоп», «Мне кажется, это начинается снова»). Чем спокойнее и четче прозвучат слова учителя, тем быстрее успокоится ребенок.

Употребление таким учеником бранных уличных выражений часто доставляет педагогам немало неприятностей. Учащиеся прибегают к ним как к средству регуляции, помогающему выдержать долгое сидение на уроке. Тут надо понимать, что такая вербализация не имеет персональной адресации и не носит сознательного характера. В первую очередь она выполняет роль канала для выражения гиперактивным школьником своего недовольства. Учитель в полной мере сохранит свой престиж, если в подобной ситуации будет вести себя уверенно, директивно, останется невозмутим и таким образом покажет классу, что он владеет ситуацией.

Морализаторство и уговоры не могут помочь гиперактивному ребенку справиться с собой. Постоянные одергивания действуют лишь раздражающе. Наказания, наложение «штрафов» не оказывают воспитательного воздействия, скорее – наоборот. Более всего страдает при этом мать провинившегося. Проблема, разрастаясь, переносится из школы в семью.

Телефонные звонки домой, сделанные в пылу гнева, жалобы на ребенка способны лишь еще больше травмировать и без того задерганных родителей. Они хорошо знают трудности своих гиперактивных детей, но они не могут из дома руководить их поведением в школе. Применение навыков поведения, приобретенных дома, в школе часто не представляется возможным, так как такие дети всегда в новой обстановке исследуют границы своих возможностей и пределы допустимого. Надо иметь в виду, что частые жалобы на ребенка его родителям лишь обостряют ситуацию, уровень нервного возбуждения всех вовлеченных в конфликт людей, неуклонно повышаясь, может дойти до предела.

Разговор с родителями учитель обязательно должен начинать, рассказав что-нибудь позитивное о ребенке, и только потом переходить к обсуждению возникших трудностей.

Происшедший во время урока конфликт следует тотчас погасить, и если виновник его через 3-4 минуты успокоился, то можно продолжить занятия без каких-либо моральных проповедей, так как они могут вызвать лишь новый прилив возбуждения, обусловленный теперь уже состоянием нечистой совести у виновного. В очень трудных ситуациях можно перевести гиперактивного ребенка на время в другой класс, занятый выполнением какого-нибудь тихого задания. Такая перемена обстановки сыграет для нарушителя спокойствия роль «сверхраздражителя», и он сможет взять себя в руки.

Учителю в школе, как родителям дома, не следует брать на себя роль судьи в ребячьих спорах. Рекомендуется разнять детей и продолжить урок, пошутить, может быть, сообразно возникшей ситуации, словом, повести себя так, чтобы дети, чувствуя к себе доброе отношение, ощутили все же, кто «в доме хозяин».

Гиперактивным детям нравятся учителя, которые излучают авторитет, не будучи авторитарными, которые строги, но и понимают шутку, которые никого не разоблачают, но зато помогают в учебе, лучше всего в форме подсказок. Ребенку с нарушением внимания помогают такие педагогические приемы, как подача четких сигналов, спокойное обращение, постоянное стимулирование не столько достижения высоких результатов, сколько готовности прилагать усилия и быть прилежным. Об изменении учебной ситуации ребенок должен узнать своевременно, чтобы суметь приготовиться к этому.

Учитель окажет помощь ребенку, если проследит за тем, чтобы тот переписал для себя с доски задание на дом (иногда полезно завизировать эту запись).

Для ученика надо выбирать такое место в классе, где меньше отвлекающих моментов. Лучше ему сидеть одному, но эта мера не должна иметь вид наказания. Не стоит также постоянно пересаживать учащегося с места на место. Чем четче правила, действующие на уроке, тем легче приходится ребенку с нарушенным вниманием.

Особое значение следует придавать подготовке учебных пособий и материалов: чем понятнее, систематичнее, структурированнее учебные материалы, тем лучше сможет учиться гиперактивный ребенок. Желательно также, чтобы обучение было направлено на достижение прочной автоматизации основных навыков, не следует перегружать ребенка множеством детальных знаний, надо учить его учиться.

Конечно же, воспитатели детских садов и школьные учителя обязаны помнить, что гиперактивному ребенку легче работать в начале дня, чем вечером, а также в начале урока, а не в конце. Интересно, что ребенок, работая один на один со взрослым, не проявляет признаков гиперактивности и гораздо успешнее справляется с работой.

Нагрузка ребенка должна соответствовать его возможностям. Например, если дети в группе детского сада могут заниматься какой-либо деятельностью 20 минут, а гиперактивный ребенок работает продуктивно лишь 10 минут, не надо заставлять его продолжать занятие дольше. Пользы это не принесет. Разумнее переключить его на другой род деятельности: попросить полить цветы, накрыть на стол, поднять «случайно» оброненный карандаш и так далее. А если ребенок в состоянии будет продолжить занятие, можно разрешить вернуться к нему.

Школьный урок продолжается 40—45 минут, и любой ребенок должен подчиняться режиму. К сожалению, гиперактивный ребенок не в состоянии поддерживать активное внимание в течение такого длительного отрезка времени. Ему будет легче, если урок разделить на короткие периоды. Например, после выполнения 2—3 заданий, можно поиграть с детьми в какую-либо игру, провести физкультминутку или сделать гимнастику для пальцев.

Психологи заметили: чем более драматичен, экспрессивен, театрален учитель, тем легче он справляется с проблемами гиперактивного ребенка, которого влечет все неожиданное, новое. Необычность поведения педагога меняет психологический настрой ребенка, помогает переключить его внимание на нужный предмет.

В процессе обучения, особенно на первых порах, гиперактивному ребенку очень трудно одновременно выполнять задание и следить за аккуратностью. Поэтому в начале работы педагог может понизить требовательность к аккуратности. Это позволит сформировать у ребенка чувство успеха (а как следствие — повысить учебную мотивацию). Детям необходимо получать удовольствие от выполнения задания, у них должна повышаться самооценка.

С первых же дней обучения в школе ребенку необходимо перестраивать свою жизнь, менять привычки. На каждом уроке и даже на перемене ему приходится подчиняться новым требованиям и правилам. Гиперактивному ребенку очень тяжело заставить себя делать то, что требуют взрослые, ему приходится особенно трудно. Именно поэтому желательно уже в детском саду учить детей соблюдать определенные правила и следовать инструкциям.

Для этого можно использовать следующий прием. Когда педагог дает детям новое задание, он может попросить именно гиперактивного ребенка «озвучить» правило его выполнения, рассказать сверстникам, как и что надо сделать. А для получения более эффективного результата можно еще до начала работы обсудить с ребенком, что он сам себе хочет посоветовать для успешного выполнения задания. Если ребенок уже умеет писать, пусть он напишет правило (инструкцию) на листе бумаги и поместит его на видном месте.

В процессе работы, если ребенок нарушит одно из правил, установленных им же самим, взрослый может без лишних слов указать ему на список правил. Свод правил может иметь постоянное название, например, «Советы самому себе». В тех случаях, когда составление такого свода правил невозможно или нецелесообразно, педагог может ограничиться только словесной инструкцией. Но при этом важно иметь в виду: инструкция должна быть очень конкретной и содержать не более десяти слов. В противном случае ребенок все равно не услышит взрослого и не запомнит инструкции, а, следовательно, не сможет выполнить задание. Педагог должен четко установить правила и предупредить о последствиях их несоблюдения. Однако следует объяснить ребенку, что если он «нечаянно» нарушит какое-либо правило, это не означает, что все для него потеряно и дальше уже незачем стараться. Конечно же, он может исправить свою ошибку. У него все получится. Вы верите в это.

Система поощрений и наказаний должна быть достаточно гибкой, но обязательно последовательной. И тут приходится учитывать особенности гиперактивного ребенка: он не умеет долго ждать, поэтому и поощрения должны носить моментальный характер и повторяться примерно через 15— 20 минут. Один из вариантов поощрения — выдача жетонов, которые в течение дня можно обменять на награды. Как же придумать, чем можно наградить ребенка?

Поскольку гиперактивный ребенок очень импульсивен, его неожиданное действие, которое иногда носит даже провокационный характер, может вызвать слишком эмоциональную реакцию взрослого. В любой ситуации оставайтесь спокойными. Помните: нет хладнокровия — нет преимущества! Прежде чем реагировать на неприятную ситуацию, остановитесь на несколько секунд (например, сосчитайте до десяти). И тогда, избежав эмоциональной вспышки, вы избежите и чувства вины за проявление своей слабости, сможете лучше понять ребенка, который так нуждается в вашей поддержке.

Если у ребенка высока потребность в двигательной активности, нет смысла подавлять ее. Лучше дать возможность выплеснуть энергию, разрешить побегать, поиграть во дворе или спортивном зале. Или другое: в процессе обучения, особенно на первых порах, гиперактивному ребенку очень трудно одновременно выполнять задание и следить за аккуратностью. Поэтому в начале работы педагог может понизить требовательность к аккуратности. Это позволит сформировать у ребенка чувство успеха (а как следствие - повысить учебную мотивацию). Детям необходимо получать удовольствие от выполнения задания, у них должна повышаться самооценка.

Вообще индивидуальный подход, который так необходим этим детям, - дело довольно сложное и требует от педагогов больших усилий, гибкости, терпения.

Существуют специальные упражнения для гиперактивных детей, развивающие внимание, усидчивость или же, снимающие лишнюю энергию. Вот некоторые из них:

***2.1 Методы работы учителя с гиперактивными детьми:***

1. Обязательно оценивать хорошее поведение и успехи в учебе, хвалить ребенка, если он успешно справился даже с небольшим заданием.

2. Уменьшить рабочую нагрузку, по сравнению с другими детьми.

3. Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физкультминутки.

4. В классе желательно иметь минимальное количество отвлекающих предметов (картин, стендов).

5. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха. Создавать ситуацию успеха, в которой ребенок имел бы возможность проявить свои сильные стороны. Надо научить его лучше их использовать, чтобы компенсировать нарушенные функции за счет здоровых.

Пусть он станет отличным экспертом по отдельным областям знаний.

6. Посадить ребенка во время занятия, по возможности, рядом с взрослым. Оптимальное место для гиперактивного ребенка - в центре класса, напротив доски, он всегда должен находиться перед глазами учителя. Ему должна быть предоставлена возможность быстро обращаться к учителю за помощью в случаях затруднений.

7. Использовать физический контакт (поглаживания, прикосновения) в качестве поощрения и снятия напряжения.

8. Направлять лишнюю энергию гиперактивных детей в полезное русло: во время урока просить их помочь - вымыть доску, раздать бумагу и т.д.

9. На определенный отрезок времени давать лишь одно задание. Если предстоит большое задание, то его надо предлагать в виде последовательных частей, и периодически контролировать ход работы над каждой частью, внося необходимые коррективы.

10. Давать задания в соответствии с рабочим темпом и способностями ученика. Важно избегать предъявления завышенных или заниженных требований.

11.Учить выражать свои эмоции.

12. Договариваться с ребенком заранее о тех или иных действиях.

13. Давать короткие и четкие инструкции (не более 10 слов).

14. Использовать гибкую систему поощрений и наказания.

15. Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее.

16. Предоставлять ребенку возможность выбора, когда это необходимо.

17. Работу с гиперактивным ребенком строить индивидуально, при этом основное внимание уделять отвлекаемости и слабой организации деятельности.

18. По возможности игнорировать вызывающие поступки ребенка с синдромом дефицита внимания.

19. Во время урока ограничить до минимума отвлекающие факторы. Этому может способствовать, в частности, оптимальный выбор места за партой для гиперактивного ребенка – в центре класса напротив доски.

20. Предоставлять ребенку возможность быстро обращаться за помощью к учителю в случаях затруднения.

21. Учебные занятия строить по четко распланированному, стереотипному распорядку.

22. Научить гиперактивного ребенка пользоваться специальным дневником или календарем.

23. Задания, предлагаемые на уроке, писать на доске.

24. Вводить проблемное обучение, повышать мотивацию учеников, использовать в процессе обучения элементы игры, соревнования. Больше давать творческих, развивающих заданий и наоборот, избегать монотонной деятельности. Рекомендуется частая смена заданий с небольшим числом вопросов.

25. Совместно с психологами помогать ребенку адаптироваться в условиях школы и классном коллективе – воспитывать навыки работы в школе, обучать необходимым социальным нормам и навыкам общения.

26. Прикосновение является сильным стимулятором для формирования поведения и развития навыков обучения. Дотроньтесь до плеча ребёнка, погладьте его по голове, возьмите за руку…

27. При разговоре с ребёнком опускаться на уровень его глаз, смотреть ему в глаза, взять за руки.

***3. Помощь психолога в работе с гиперактивным ребенком.***

Какова роль психолога в работе с гиперактивными детьми? Прежде всего, следует, что важное место в преодолении синдрома дефицита внимания принадлежит медикаментозной терапии. Поэтому, необходимо убедиться в том, что такой ребенок находиться под наблюдением врача. Для организации занятий с гиперактивными детьми психолог может использовать специально разработанные коррекционно - развивающие программы.

В оказании помощи гиперактивным детям решающее значение имеет работа с их родителями. Необходимо разъяснять взрослым проблемы ребенка, дать понять, что его поступки не являются умышленными, показать, что без помощи и поддержки взрослых такой ребенок не сможет справиться с существующими у него трудностями.

Учитель должен объяснить родителям гиперактивного ребенка, что им необходимо придерживаться определенной тактики воспитательных воздействий. Они должны помнить, что улучшение состояния ребенка «зависит не только от специально назначаемого лечения, но в значительной мере еще и от доброго, спокойного и последовательного отношения к нему. В воспитании ребенка с гиперактивностью родителям необходимо избегать двух крайностей: проявления чрезмерной жалости и вседозволенности с одной стороны, а с другой – постановки перед ним повышенных требований, которые он не в состоянии выполнить, в сочетании с излишней пунктуальностью, жесткостью и наказаниями. Частое изменение указаний и колебания настроения родителей оказывает на ребенка с синдромом дефицита внимания гораздо более глубокое негативное воздействие, чем на здоровых детей»(Заваденко Н.Н., Успенская Т.Ю., 1994)

Родители также должны знать, что существующие у ребенка нарушения поведения поддаются исправлению, но процесс этот длительный и требует от них больших усилий и огромного терпения.

***3.1 Рекомендации родителям детей с синдромом дефицита внимания:***

1. В своих отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслужил, подчеркивайте успехи. Это поможет закрепить уверенность ребенка в собственных силах.

2. Избегайте повторений слов «нет» и «нельзя».

3. Говорите сдержанно, спокойно и мягко.

4. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.

5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

6. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, раскрашивание, чтение).

7. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Время приема пищи, выполнения домашних заданий и сна должно соответствовать этому распорядку.

8. Избегайте по возможности скоплений людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках, в ресторанах и т.п. оказывает на ребенка чрезмерно стимулирующее воздействие.

9. Во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнерам. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.

10. Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

11. Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные занятия.

12. Постоянно учитывайте недостатки поведения ребенка. Детям с синдромом дефицита внимания присуща гиперактивность, которая неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

*Коррекционная работа с гиперактивным ребенком должна быть направлена на решение следующих задач:*

1. Стабилизация обстановки в семье ребенка, его взаимоотношений с родителями и другими родственниками. Важно предупредить возникновение новых конфликтных ситуаций.

Возможно, для решения этой непростой проблемы будет лучше обратиться за помощью к специалисту. Ведь часто в семье, где растет гиперактивный ребенок, вокруг него возникает излишнее напряжение, образуется замкнутый круг, из которого с каждым годом все труднее выбраться…

Улучшение состояния ребенка с СДВГ зависит не только от специально назначаемого лечения, но в значительной мере еще и от позитивного, уравновешенного и последовательного отношения к нему. Близким ребенка требуется разъяснить его проблемы, чтобы они поняли: его поступки не являются умышленными, и в силу своих личностных особенностей он не в состоянии управлять возникающими сложными ситуациями. Причем хорошо понимать, что происходит с ребенком, должны все без исключения члены семьи, чтобы придерживаться единой тактики воспитания.

Необходимо избегать переутомления ребенка, связанного с избыточным количеством впечатлений, чрезмерных раздражителей. Не следует ходить с ребенком без острой необходимости в места массовых скоплений людей – рынки, гипермаркеты, шумные компании; во время игр со сверстниками желательно ограничивать малыша лишь одним партнером.

Гиперактивному ребенку как воздух необходим строгий режим дня, осуществляемый ежедневно и неизменно, олицетворяющий постоянство условий существования.

2. Не жалейте усилий на то, чтобы сформировать у ребенка навыки послушания, аккуратности, самоорганизации, способность планировать и доводить до конца начатые дела; развить у него чувство ответственности за собственные поступки.

Для того чтобы добиться улучшения концентрации внимания при выполнении домашних заданий, для ребенка необходимо найти в квартире тихое место с минимальным количеством отвлекающих и раздражающих факторов. В процессе подготовки школьных уроков один из родителей должен заглядывать в комнату ребенка, чтобы убедиться в том, что он продолжает работать. Через каждые 15-20 минут разрешайте ребенку встать из-за стола, двигаться около 5 минут, а затем вернуться к урокам.

Каждый раз ребенку следует давать не более 1-2 инструкций, которые должны носить конкретный характер.

Эффективный способ напоминания для детей с нарушениями внимания, памяти и трудностями самоорганизации – это развешивание специальных листов-памяток. Выберите два наиболее важных дела в течение дня, которые ребенок может успешно выполнить. После этого напишите напоминания об этих делах на листах. Листы вывешиваются на специальной «доске объявлений» в комнате ребенка или, как вариант, на холодильнике. На листах-памятках полезно дать информацию не только в письменной, но и образной форме, т.е. можно сделать рисунки, соответствующие содержанию предстоящих дел (например, «Помой посуду» – изображение тарелки). После выполнения соответствующего поручения ребенок должен сделать на листе специальную пометку.

Еще один способ воспитания навыков самоорганизации – применение цветовой маркировки. Например, если для занятий по разным школьным предметам завести тетради определенных цветов (зеленые по природоведению, красные по математике, синие по письму), то в дальнейшем их легче находить. Когда тетрадь будет закончена, ее можно положить в папку такого же цвета. При необходимости это поможет без лишних временных затрат найти записи по ранее пройденному учебному материалу.

Для наведения порядка в комнате также могут помочь цветовые обозначения: ящикам письменного стола присвоим красный цвет, ящикам для одежды – синий, для игрушек – желтый. Значительная по площади и хорошо заметная цветовая маркировка, которая дополнена рисунками или наклейками, соответствующими содержимому ящика, позволяет успешно решить поставленную задачу.

3. Как научить ребенка с гиперактивностью уважению прав окружающих людей, правильному речевому общению, контролю собственных эмоций и поступков, навыкам эффективного социального взаимодействия с людьми?

Правила поведения, которые предлагаются ребенку, должны быть простыми, понятными и целенаправленными, предусматривать определенное время на их выполнение. Ему объясняют, что за хорошее поведение он получит поощрение, награду. Наоборот, невыполнение правил повлечет за собой санкцию (временная отмена привлекательных для ребенка занятий: катания на велосипеде, просмотр телепередачи, любимой игры). Обсуждайте с ребенком его поведение и высказывайте замечания спокойно и доброжелательно.

При необходимости изменить поведение ребенка важно выбирать для преодоления какую-либо одну проблему на определенный период времени.

Для развития тонкой моторики и общей организации движений полезно включать гиперактивных детей в занятия хореографией, танцами, теннисом, плаванием, каратэ (но не силовой борьбой, боксом – т.к. они потенциально травматичны, а непосредственный телесный контакт приводит к перевозбуждению).

***3.2 Игры для детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью***

Одним из наиболее эффективных психотерапевтических средств в работе с детьми с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью является игровая терапия. Игровая терапия имеет широкие возможности и при оказании помощи гиперактивным детям, существенно сглаживая их двигательное беспокойство и суетливость позволяя контролировать их действия и поступки с помощью определенного игрового сюжета и связанных с ним правил и ролей. Особенно полезны в этом плане коллективные игры ритмичного характера, проводящиеся под руководством взрослого.

Специалисты считают, что игры с песком и водой просто необходимы для гиперактивных детей. Такие игры успокаивают ребёнка. «Археология» Цель: развитие мышечного контроля. Содержание: Взрослый опускает кисть руки в таз с песком или крупой и засыпает её. Ребёнок осторожно «откапывает» руку – делает археологические раскопки. При этом нельзя дотрагиваться до кистей руки. Как только ребёнок коснётся своей ладони, он тут же меняется ролями со взрослым.

*«Шариковые бои»*

*Цель: развитие координации движений.*

Содержание: В таз с водой опускают несколько каучуковых шариков, такое же количество шариков ребёнок держит в руке. Отойдя на расстояние 0,5-1м. от таза, ребёнок сбивает «мокрые» шарики «сухими». Если «мокрый» шар сбит, то его вынимают из воды, если не сбит, то «сухой» шар остаётся в воде. Игра закончена тогда, когда таз становится пустым. В дальнейшем ребёнок может совершенствовать свой результат, проверяя по секундомеру.

*«Послушай тишину»*

Цель: развивать внимание гиперактивного ребёнка и умение владеть собой.

Содержание: По первому сигналу колокольчика дети начинают бегать по комнате, кричать, стучать и т. д. По второму сигналу они должны быстро сесть на стулья и прислушаться к тому, что происходит кругом. Затем дети по кругу рассказывают, какие звуки они услышали.

*«Колпак мой треугольный»*

Цель: игра помогает научиться концентрировать внимание, способствует осознанию ребёнком своего тела, учит управлять движениями и контролировать своё поведение.

Играющие сидят в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, треугольный мой колпак». Во 2 кругу фраза повторяется снова, но дети, которым выпадает говорить слово «колпак» заменяют его жестом (например, 2 лёгких 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. В завершающем кругу дети изображают только жестами всю фразу.

*«Морские волны»*

Цель: научить детей переключать внимание с одного вида деятельности на другой, способствовать снижению мышечного напряжения.

Если взрослый даёт команду «Штиль! Все дети в классе «замирают». Когда раздаётся команда «Волны», дети по очереди встают за своими партами. Сначала встают те дети, которые сидят за первыми партами.

Через 2-3 сек. поднимаются сидящие за вторыми и т. д. Как только очередь доходит до обитателей последних парт, они встают и все вместе хлопают в ладоши, после чего дети , вставшие первыми садятся и т. д. Закончить игру надо командой «Штиль!».

*Игра «Черепаха».*

Цель: научиться контролировать свои движения.

Тренер встаёт у стены помещения, остальные участники располагаются вдоль противоположной стены. По сигналу ведущего они начинают движение. Далее тренер говорит: «Представьте себе, что все мы – черепахи .Я – большая черепаха, а вы – маленькие черепашки. Я пригласила вас в гости на день рождения. Я жду вас в гости. Но вот беда: праздничный торт ещё не готов. По моей команде вы можете идти ко мне, нигде не останавливаясь. Помните: вы – черепашки и должны идти как можно медленнее, чтобы дойти только в тот момент, когда торт будет уже готов». Тренер следит, чтобы никто не останавливался и не спешил. Через 2-3 мин. он даёт новый сигнал, по которому все «замирают». Побеждает тот, кто оказался дальше всех от черепахи – именинницы .Тренер просит участников закрыть глаза, после чего тихим спокойным голосом произносит текст: «Положите, пожалуйста, руки на колени, соединив ладони вместе. Представьте, что вы держите в руках маленького пушистого зверька. Это может быть котёнок, щенок, птичка и т. д. Он такой крохотный, что свободно помещается у вас в ладонях. Он засыпает, поэтому вы стараетесь сидеть без движений, чтобы не разбудить его. Если кому-то очень хочется погладить своего зверька, сделайте это осторожно, лёгким движением больших пальцев рук. Мысленно успокойте зверька, скажите ему что-нибудь ласковое, улыбнитесь ему.

Почувствуйте, как его становится более ровным, медленным, спокойным, и вы тоже дышите в такт с ним. Осторожно переложите зверька на тёплое одеяло, которое находится рядом с вами (на соседнем стуле), убедитесь, что зверёк в полной безопасности, улыбнитесь ему ещё раз.

*Игра «Ласковые лапки»*

Эта игра снимает напряжение, снижает агрессивность, развивает чувственное восприятие, способствует гармонизации отношений между ребенком и взрослым.

Содержание игры Взрослый кладет на стол 6–7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату. Ребенку предлагается оголить руку по локоть. Воспитатель объясняет ему, 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: «зверек» прикасается к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком ролями.

*Игра «Кричалки — шепталки — молчалки»*

Эта игра регулирует поведение возбужденных детей, успокаивает их. Развиваются наблюдательность, умение действовать по правилу, волевая регуляция.

Содержание игры

Из разноцветного картона надо сделать три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это — сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь — «кричалку», можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтую ладонь — «шепталку», можно тихо передвигаться и шептаться; синюю ладонь — «молчалку», дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалкой». После того как дети в конце игры лягут на пол, можно включить спокойную музыку.

*«Чужие колени или ладошки».*

Цель: развитие концентрации внимания, сосредоточенности, взаимоконтроля деятельности.

Дети, сидя на стульях, образуют тесный круг. Каждый участник должен положить свои руки на колени соседей, т.е. правую руку на левое колено соседа справа, левую - на правое колено соседа слева. В результате на коленях у каждого участника оказываются руки его соседей по кругу. Разобравшись с этим условием, можно приступать к выполнению упражнения, суть которого заключается в том, чтобы руки хлопали по коленям соседей последовательно, не обгоняя друг друга. Задание не такое простое, как кажется, поскольку все руки покоятся на чужих коленях и нужно внимательно следить, когда очередь дойдет до собственной руки, а не до собственного колена. Упражнение требует постоянной сосредоточенности. Как только сосредоточенность снижается, участник ошибается. Тот, кто ошибся, убирает руку, которой была совершена ошибка.*«Встреча»*

Цель. Снять мышечное напряжение, развивать умение переключать внимание.Дети по сигналу ведущего начинают хаотично передвигаться по комнате и здороваться со всеми, кто встречается на их пути (возможно, кто-либо из детей захочет поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом: один хлопок -здороваемся за руку; два - здороваемся плечами; три хлопка - здороваемся спинами.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре помогает избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

*«Запомни и повтори».*

Цель: развитие внимания, визуальной памяти.

На полу в произвольном порядке разложены различные предметы. Взрослый на несколько минут раздаёт детям карточки с изображением двух-трех предметов ( кубик, мяч, кольцо), затем собирает их. Звучит сигнал: дети произвольно двигаются по комнате, затем, продолжая двигаться, выполняют задания:

собери предметы, которые ты видел на карточке.

собери предметы в том порядке, в котором они были изображены на карточке.

*«Развивающие кубики».*

Цель: развитие внимания, памяти, комбинаторные способности, логическое мышление, пространственное представление и воображение.

Предлагается детям собрать из кубиков различные фигуры, постройки. Взрослый может использовать подсказку в виде крупной картинки, несли задание не трудное, то может показать только на своем примере. Это малоподвижные игры, направлены на развитие произвольности психических процессов, в тоже время в этих играх решается задача взаимоконтроля деятельности.

Гиперактивные дети непоседливы, а их руки часто находятся в постоянном, иногда бесцельном движении. Поэтому таких детей полезно обучить специальным играм, которые бы направили их избыточную активность в нужное русло. Можно использовать, например, пальчиковые игры. Пальчиковая гимнастика: пособие для родителей и педагогов/ Е.С. Анищенкова. – М.: АСТ 2009г. В данном пособии собран и адаптирован целый ряд игр.

Игры со специальным мячом. (Обучающая инструкция прилагается в приложении 4.)

**Заключение**

Упомянутые методы не устраняют нарушения, но дают возможность справляться с его проявлениями, помогают смягчить множество последствий, таких, как отставание в учебе, чувство неполноценности, распад семьи, увечья, необходимость помещения в специальные заведения. Чем лучше поставлена разъяснительная работа учителя, тем больше возможность своевременного оказания помощи, тем больше шансов у ребенка найти свой индивидуальный путь в общество.

Интересным является то, что люди гиперкинетического склада ума часто способны обогатить жизнь окружающих: от них, с их детской восторженностью, непосредственностью, оригинальными способами решения проблем, исходит некий жизненный импульс. Необычные формы поведения, иная структура восприятия окружающего мира, склонность к фантазированию часто выгодно отличают их от сверстников, которые рядом с этими искрящимися натурами кажутся старичками.

Однако при отсутствии помощи, жизнь ребенка с гиперактивным поведением может превратиться в мучение и непрерывную цепь фрустраций и унижений. И только в том случае, если учителя, родители и психологи объединят свои усилия, может быть оказана действенная помощь в социализации этих детей, они могут реализовать себя, найдя свой путь к лучшей, более наполненной жизни.

**Список использованной литературы:**

1. Акимова М.Е... «Психофизиологические особенности индивидуализации школьников».- М., 1998. – 120 С.
2. Власова Г.А., Певзнер М.С... «Учителю о детях с отклонениями в развитии», М.: Просвещение, 1967.- 75 С.
3. Власова П.А., Певзнер М.С... «О детях с отклонениями в развитии». – М.: Просвещение, 1997.- 160 С.
4. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. Петровского А.В., М.: Просвещение, 1979. – 150 С.
5. Заваденко Н.Н. Как понять ребенка: дети с гиперактивностью и дефицитом внимания. – М., 2000
6. Захаров А.И... «Предупреждение отклонения в поведении ребенка», М.: Просвещение, 1999.- 100 С.
7. Карпенко А.А... Краткий психологический словарь, М.: Политиздат, 1985. – 145 С.
8. Матвеева О.А. «Развивающая и коррекционная работа с детьми»,М .:Владос, 2001.- 132 С.
9. Неймарк М.С... Некоторые проблемы личности школьника. М.: Знание, 1975.- 156 С.
10. Немов Р.С... Психология. Кн.2., М., 2001. – 89 С.
11. Овчарова Р.В «Справочная книга школьного психолога», М.: Просвещение, 1996.- 187 С.
12. Практическая психология образования. Учебник для студентов ВУЗов и ССУЗов под редакцией И.В. Дубровиной. Творческий центр «Сфера», Москва, 1997.- 170 С.
13. Пальчиковая гимнастика: пособие для родителей и педагогов/ Е.С. Анищенкова.- М.: АСТ 2009г
14. Справочник классного руководителя № 5 – 2007

15.. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам. - М.: ТЦ Сфера, 2002 – 128 с.

16.Халецкая О.В., Трошин В.М. Минимальные дисфункции мозга в детском возрасте. Н. Новгород, 1995

17.Ясюкова Л.А. Оптимизация обучения и развития детей с ММД. Диагностика и компенсация минимальных мозговых дисфункций. Методическое руководство. – СПб, ГП Иматон, 1997 – 80 С.

**Интернет - ресурсы:**

1. [http://www.b17.ru/article/giperactiv/](http://www.metod-kopilka.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.b17.ru%2Farticle%2Fgiperactiv%2F)
2. [http://www.rae.ru/forum2011/134/947](http://www.metod-kopilka.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.rae.ru%2Fforum2011%2F134%2F947)
3. [http://bibliofond.ru/view.aspx?id=473279](http://www.metod-kopilka.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fbibliofond.ru%2Fview.aspx%3Fid%3D473279)

