

Конспект индивидуальной консультации: «Занятия дома с пользой».

Цель: формирование представлений о занятиях с детьми дома, приносящих пользу.

Современные детки создают немало хлопот для своих родителей. Чем реально можно занять малыша - так это телевизором или компьютером. Но минусы такой занятости очевидны - дети мало двигаются, портят зрение, плохо развивается речь и т.д.

Чем же занять ребёнка, чтобы занятия приносили ему пользу, а у мамы было больше свободного времени.

Первое, что нужно понять - дети быстро устают, отвлекаются, не могут долго сосредотачиваться на одном предмете. Поэтому занятия должны быть короткими, интересными, со сменой деятельности. Так чем же занять ребёнка дома?

1. Игры с мячом

Мячом можно попадать в кегли, в корзину для белья, катать прямо, метать в цель. Надоел мяч - надуйте несколько воздушных шаров. Восторг обеспечен.

2. "Золушка"

Рассыпьте немного крупы на подносе и покажите малышу, как можно аккуратно смести ее щеткой в совок. Можно усложнить игру: перемешать разные крупы (рис, гречку, пшеницу, горох, фасоль и т. д.) и предложить ребенку сначала собрать каждую крупу в отдельную кучку, а затем уже смести ее на совочек. После того как крупа убрана с подноса, «помойте» его – налейте немного воды и покажите, как «волшебная губка» впитывает в себя воду. Предложите ребенку повторить опыт.

3. Прищепки

Обычные бельевые прищепки – великолепный инструмент для развития мелкой моторики. Всячески поощряйте ребенка играть с ними: пусть он помогает вам развешивать носовые платки, прикрепляет прищепки к разным игрушкам в виде украшения, складывает из них орнаменты.

4. Аквариум

Наполните большой сосуд водой и вместе с ребенком побросайте туда различные мелкие предметы: пуговицы, детали конструктора, фишки, мячики и др. Обратите внимание, чтобы малыш бросал вещи тремя пальцами то правой, то левой руки. Заполнив аквариум, предложите ребенку превратиться в рыбака и «выудить» все предметы с помощью поварешки, ложки с длинной ручкой, дуршлага, палочки. Пусть он испробует как можно больше предметов в качестве удочки, но при этом не помогает себе

свободной рукой. Комментируйте ход «рыбалки»: обращайтесь внимание ребенка на то, какие предметы плавают, а какие лежат на дне.

5. Снежинка на ладони

Положите на ладонь ребёнку кусочек ваты, попросите малыша представить, что это снежинка, попросите её сдуть. Усложняя задачу, кладите несколько кусочков ваты, обрывки бумаги, небольшую пуговицу и т.п. Игра способствует развитию артикуляционного аппарата.

6. Разноцветные бусины

В одной коробке перемешайте разноцветные бусины или бисер. Предложите малышу разложить их в две, а затем в три коробки, руководствуясь каким-либо им самим выбранным принципом: цветом, размером, формой. Покажите ребенку, что бусины надо брать только по одной, двумя пальцами. Следите, чтобы бусин не было слишком много, а то ребенок быстро потеряет интерес к игре.

7. Бусинка и желобок

Сделайте прозрачный желобок из кусочка трубы, шланга, авторучки. Расположите его немного под углом: например, один конец положите на книгу, а второй – на блюдце. Покажите ребенку, как положить бусинку в желобок, пусть он увидит, как она катится и падает в блюдце. Пусть он сам «переправляет» бусины в блюдце, регулируя скорость их падения с помощью угла наклона желобка – например, устройте соревнование: чья бусина быстрее докатится до блюдца.

8. Застежки

Возьмите несколько кусочков плотной ткани, вырежьте их в форме различных животных: еж, грибок, заяц, морковка и т. д. Глаза, рот и нос можно выделить, пришив пуговицы или кусочки блестящей бумаги, а можно и просто нарисовать фломастером или гелевой ручкой. На один кусочек, например, зайца пришейте несколько пуговиц различных размеров и кнопки. На втором кусочке ткани – морковке – сделайте петли и прорези, пришейте вторую половину кнопок. Аналогично действуйте с другими «игрушками», чтобы ежика и грибок можно было пришнуровать друг к другу, машину и колеса приклеить с помощью липучек. Используйте крючки, петли, ремешки и т. д.

9. Подбери крышечку

Медленно отвинтите крышки и пробки с бутылок и банок разных размеров. Покажите ребенку, как подбираются и завинчиваются крышки. Затем перемешайте крышки и расставьте бутылки и банки на столе. Предложите малышу самостоятельно найти крышки для каждой емкости.

10. Помоги мне, пожалуйста

Существует множество домашних дел, в которых малыш может принять непосредственное участие. Помочь вам на кухне, собрать ложки, одновременно развивая ловкость и сноровку пальцев. Сложить кастрюли одну в одну, закрыть их подходящими по размеру крышками. Помыть стол. Почистить, банан, или разложить салфетки около приборов. Развернуть пачку маргарина и т. д. В чем бы не помогал ребенок, обязательно попросите его «Помоги мне, пожалуйста».

11. Играем с ватными шариками

Что можно с ними делать?

- Слепить из нескольких маленьких шариков один большой шар.
- Пересчитывать их.
- Удерживать их на разных частях тела – голове, на плече или на носу.
- Ходить, зажав шарики между пальцами ног.
- Положив их на стол, стараться их сдуть.

12. Спички детям - игрушка!

Ведь из спичек можно выкладывать разнообразные фигуры, учиться считать. Переживаете за безопасность малыша - замените спички на гигиенические палочки - отличный счетный материал для овладения математическими знаниями.

Осмотрите вокруг себя и, уверена, вы найдёте еще множество занятных занятий для вашего ребёнка.

«Рекомендации родителям детей с СДВГ синдромом».

Уважаемые родители!

Прежде всего, гиперактивность ребенка с СДВГ (Синдром дефицита внимания и гиперактивности) – не поведенческая проблема, и не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз, гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми самостоятельно не может.

Поэтому проблему нельзя решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями или убеждением: наказания, замечания, окрики не приведут к улучшению поведения такого ребенка, а скорее ухудшат его.

- проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
- избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой — завышенных требований к ребенку;
- повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;
- выслушивайте то, что хочет сказать ребенок;
- для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
- уделяйте ребенку достаточно внимания;
- не допускайте ссор в присутствии ребенка.
- установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи, учите ребенка четкому планированию своей деятельности;
- чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь;
- снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;
- оградите гиперактивных детей от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач;
- избегайте по возможности больших скоплений людей; во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.
- помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности, когда ребенок утомлен, не настаивайте на срочном выполнении дела, дайте ему возможность отдохнуть;
- придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказаний за плохое поведение. Можно использовать балльную или знаковую систему, завести дневник самоконтроля;

- не прибегайте к физическому наказанию! Если есть необходимость прибегнуть к наказанию, то целесообразно использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения поступка;
- чаще хвалите ребенка. Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому гиперактивные дети не воспринимают выговоры и наказания, однако чувствительны к поощрениям;
- составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ; постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком;
- не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям;
- помогайте ребенку приступить к выполнению задания, так как это самый трудный этап;
- не давайте одновременно несколько указаний. Задание, которое дается ребенку с нарушенным вниманием, не должно иметь сложную конструкцию и состоять из нескольких звеньев;
- вербальные средства убеждения, призывы, беседы редко оказываются результативными, так как гиперактивный ребенок еще не готов к такой форме работы, наиболее действенными будут средства убеждения «через тело»: лишение удовольствия, лакомства, привилегий, запрет на приятную деятельность, телефонные разговоры; прием «выключенного времени» (изоляция, угол, скамья штрафников, домашний арест, досрочное отправление в постель); холдинг, или простое удержание в «железных объятиях»; внеочередное дежурство по кухне и т.д.
- давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить
- поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, раскрашивание, чтение)
- давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе — длительные прогулки, бег, спортивные занятия.
- старайтесь не давать ребенку дополнительных умственных нагрузок, в начальных классах не рекомендуется посещение художественной, музыкальной школ, различных кружков, рекомендуется, наоборот, посещение спортивных секций, особенно детям с СДВГ полезна гимнастика и плавание.
- поговорите с гиперактивным ребенком о его проблемах и научите с ними справляться.

Игры полезные для ребенка с СДВГ:

"Найди отличие"

Цель: развить умение концентрировать внимание на деталях.

Ребенок рисует любую несложную 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.

"Ласковые лапки"

Цель: снять напряжение, мышечные зажимы, снизить агрессивность, развить чувственное восприятие, гармонизировать отношения 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" прикасается к руке - отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

"Кричалки-шепталки-молчалки"

Цель: развитие наблюдательности, умения действовать по правилу, контроль двигательной активности.

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 "молчалка" — синяя ладонь — дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует "молчалками".

Так же гиперактивным детям чрезвычайно полезна работа с песком, крупой, водой, глиной, рисование с помощью пальцев. Все это помогает: снять напряжение и излишнюю двигательную активность, тренировать внимание и следовать за интересами ребенка, то есть пытаться проникнуть в его мир и вместе его анализировать. Например, если ребенок рассматривает что-то на улице, взрослому обязательно надо проследить за взглядом и найти этот предмет, затем постараться удержать внимание малыша на нем, расспросить,

что заинтересовало, и попросить подробно описать детали предмета, вместе как-то их прокомментировать. Как писал В. Оклендер: "Когда таким детям уделяют внимание, слушают их, и они начинают чувствовать, что их воспринимают всерьез, они способны каким-то образом свести до минимума симптомы своей гиперактивности".