

Памятка для родителей и педагогов: «Игры для гиперактивных детей»



Каждый специалист, работающий с ребенком, может внести свой вклад, чтобы помочь гиперактивным детям. Воспитатели могут позаботиться о том, чтобы адаптировать предъявляемые требования под возможности ребенка, применять правильные методы в поощрении и пресечении каких-то поведенческих проявлений. Но помимо вышеперечисленного у ребенка необходимо тренировать навыки управления своим вниманием и поведением. Именно в этом лучше всего может помочь игра!

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

1. Не ожидайте всего и сразу. Начинать нужно с тренировки только одной функции (например, только внимания, при этом вы должны быть терпимы к ерзанью на стуле или перебиранию всех предметов на столе в процессе этой работы). Только через продолжительное время ваших совместных усилий можно начинать требовать не только внимания, но и общепринятого поведения во время ваших игровых занятий.

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

3. Очень важно, чтобы взрослые при выставлении внешних рамок из «можно» и «нельзя» были последовательны.

Игры для гиперактивных детей

«КЛУБОЧЕК» - обучение саморегуляции. Расшалившемуся ребенку можно предложить смотать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше. Взрослый сообщает ребенку, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только ребенок начинает его сматывать, сразу же успокаивается. Когда подобная игра станет для ребенка привычной, он сам обязательно будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, как почувствует, что он огорчен, устал или «завелся».

«ЧТО НОВОГО» - развитие умения концентрировать внимание на деталях. Взрослый рисует мелом на доске(бумаге) любую геометрическую фигуру. По очереди со взрослым ребенок пририсовывает какие-либо детали, создавая картинку. В то время, когда ребенок(взрослый) находится у доски, другой закрывает глаза, и, открывая их по команде, говорит, что изменилось. Чем дольше длится игра, тем сложнее искать новые детали.

«РАЗГОВОР С РУКАМИ» - контроль своих действий. Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите 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 нужно «заключением договора» между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2—3 дней (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 заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

«ГОВОРИ!» - игра направлена на развитие умения контролировать импульсивные действия. Скажите ребенку следующее: «Я буду задавать тебе простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: „Говори!“ Давай потренируемся: „Какое сейчас время года?“ (взрослый делает паузу) „Говори!“; „Какого цвета у нас потолок?“ „Говори!“; „Какой сегодня день недели?“ „Говори!“; „Сколько будет два плюс три?“ и т. д.»

«ПОСЛУШАЙ ТИШИНУ» - развивать внимание гиперактивного ребенка и умение владеть собой. По первому сигналу колокольчика ребенок начинает бегать по комнате, кричать, стучать и т. д. По второму сигналу он должен быстро сесть на стул и прислушаться к тому, что происходит кругом. Затем ребенок рассказывает, какие звуки он услышал.

ИГРЫ С ПЕСКОМ И ВОДОЙ

Я считают, что игры с песком и водой просто необходимы для гиперактивных детей. В эти игры не обязательно играть только летом у озера. Можно их организовать и дома. Такие игры успокаивают ребенка. Первое время взрослые должны помочь ребенку в организации игры. Желательно, чтобы они подобрали соответствующие игрушки: лодочки, тряпочки, мелкие предметы, мячики, трубочки и др. Если кто-то из родителей не хочет вносить в дом песок, а затем делать уборку в квартире, можно заменить его крупой.

«АРХЕОЛОГИИ» - развитие мышечного контроля. Взрослый опускает кисть руки в таз с песком или крупой и засыпает ее. Ребенок осторожно «откапывает» руку — делает археологические раскопки. При этом нельзя дотрагиваться до кисти руки. Как только ребенок коснется своей ладони, он тут же меняется ролями со взрослым.

«ШАРИКОВЫЕ БОИ» - развитие координации движений. В таз с водой опускают несколько каучуковых шариков, такое же количество шариков ребенок держит в руке. Отойдя на расстояние 0,5—1 м от таза, ребенок сбивает «мокрые» шарики «сухими». Если «мокрый» шар сбит, то его вынимают из воды, если не сбит, то «сухой» шар остается в воде. Игра закончена тогда, когда таз становится пустым. В дальнейшем ребенок может совершенствовать свой результат, проверяя время по секундомеру или песочным часам.

Гиперактивные дети часто сталкиваются с негативным отношением со стороны людей, которые не разбираются в особенностях функционирования нервной системы и детской психологии. Именно поэтому таким детям нужна особая поддержка и принятие близких людей. Чаще говорите детям, как сильно Вы их любите!

