

# Как помочь ребенку с дефицитом внимания

(памятка родителям)

## Условия обучения.

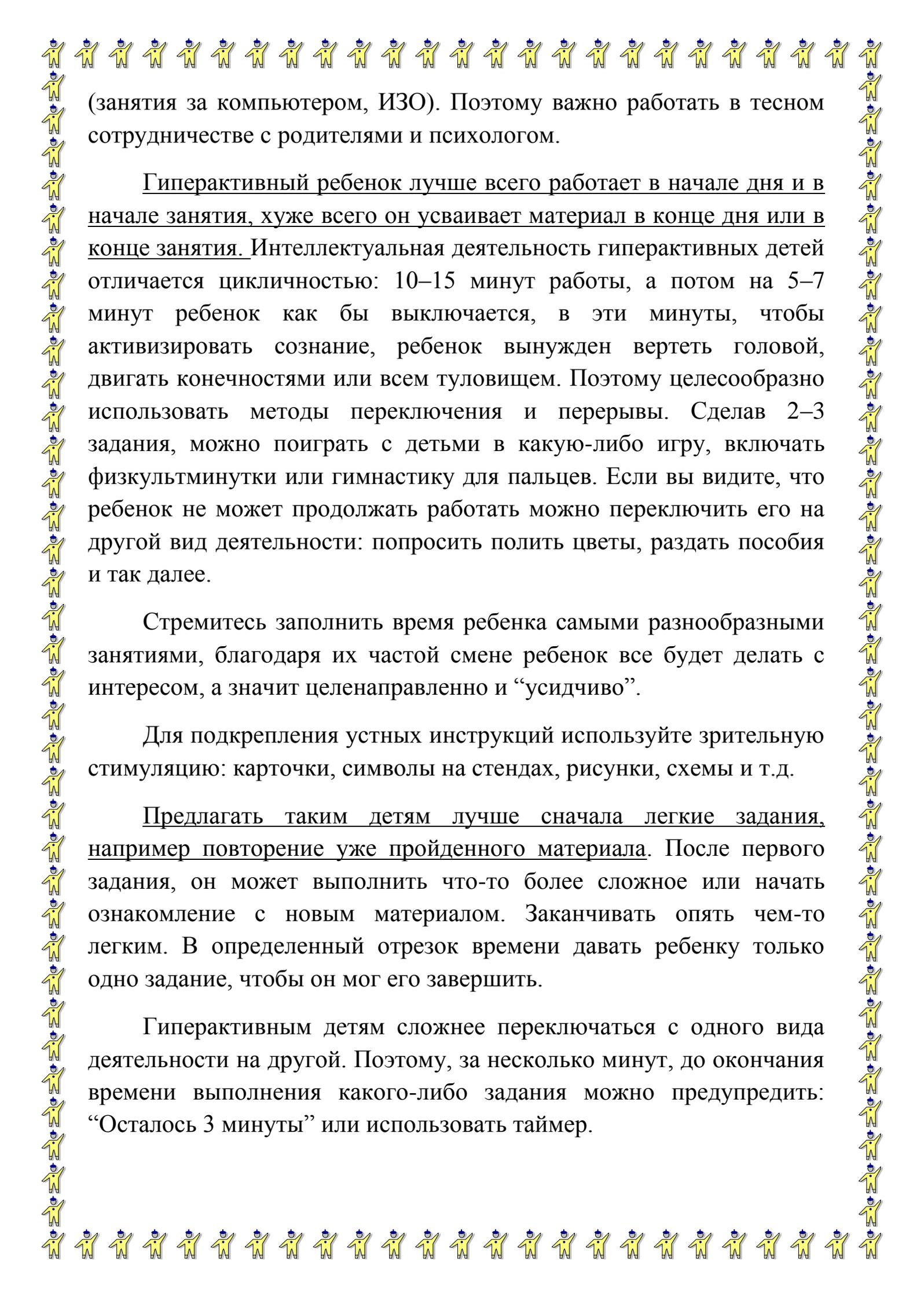
- смена видов деятельности от утомляемости ребёнка;
- реализация двигательной потребности (выполнение поручений, требующих двигательной активности)
- снижение требований к аккуратности на первых этапах обучения;
- выполнение упражнений на релаксацию и снятие мышечных зажимов;
- инструкции должны быть чёткими и немногословными;
- избегание категорических запретов.

**Медикаментозное лечение СДВГ назначает только врач – невропатолог**

**Особенности организации работы с гиперактивными детьми.**

Так что же делать? Как взаимодействовать с такими детьми? Есть общие рекомендации по работе с гиперактивными детьми:

Для таких детей важны дополнительные занятия по интересам. Чтобы они охотно занимались и добивались успеха там, где прежде терпели только неудачу, им нужна частая похвала, ободрение и особое внимание. Для подвижных детей важно подобрать занятия, чтобы дети смогли выплескивать свою энергию в подвижных секциях (плавание, хоккей, хореография), но не травмоопасных, таких как бокс, силовая борьба и выработывали усидчивость



(занятия за компьютером, ИЗО). Поэтому важно работать в тесном сотрудничестве с родителями и психологом.

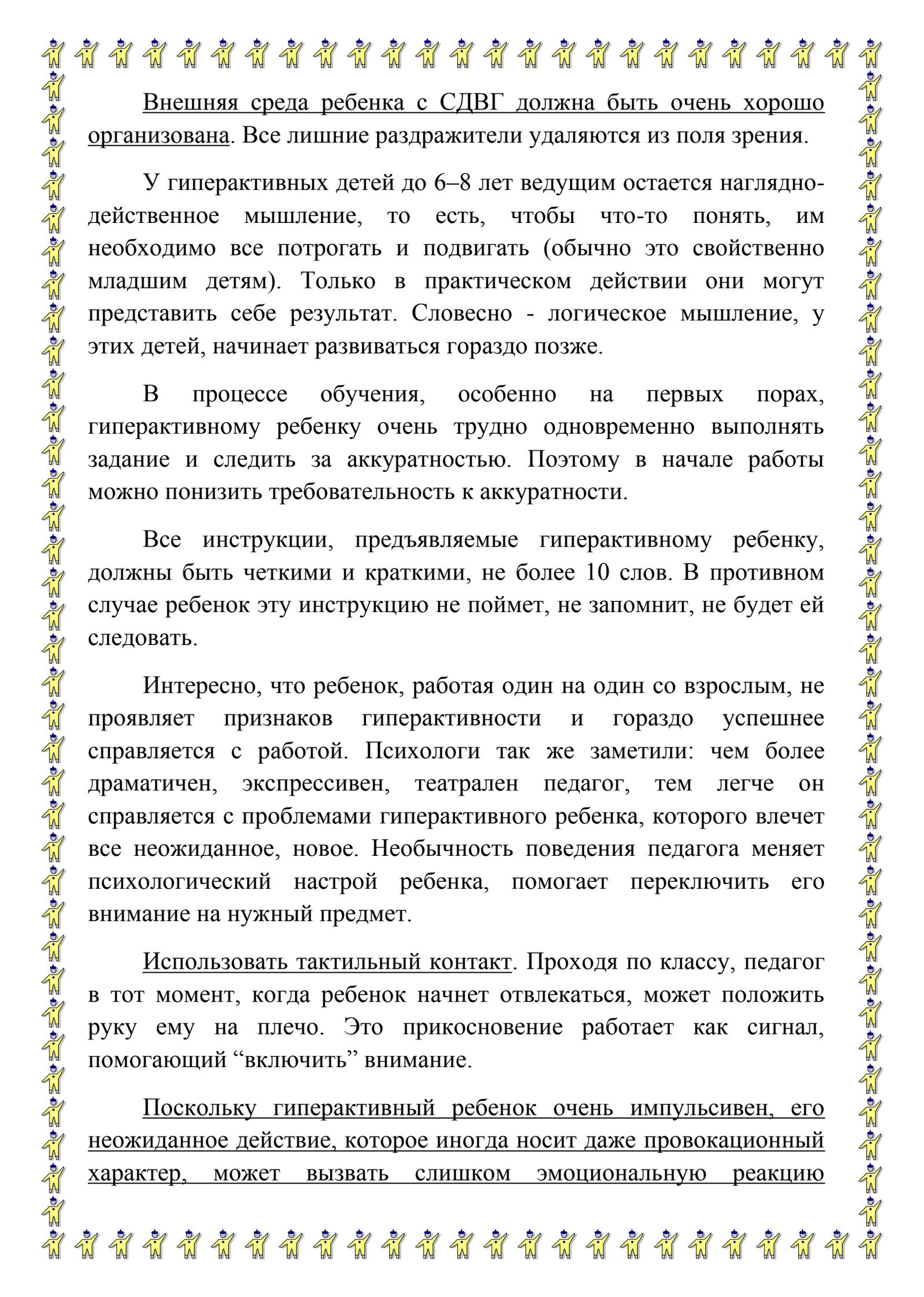
Гиперактивный ребенок лучше всего работает в начале дня и в начале занятия, хуже всего он усваивает материал в конце дня или в конце занятия. Интеллектуальная деятельность гиперактивных детей отличается цикличностью: 10–15 минут работы, а потом на 5–7 минут ребенок как бы выключается, в эти минуты, чтобы активизировать сознание, ребенок вынужден вертеть головой, двигать конечностями или всем туловищем. Поэтому целесообразно использовать методы переключения и перерывы. Сделав 2–3 задания, можно поиграть с детьми в какую-либо игру, включать физкультминутки или гимнастику для пальцев. Если вы видите, что ребенок не может продолжать работу можно переключить его на другой вид деятельности: попросить полить цветы, раздать пособия и так далее.

Стремитесь заполнить время ребенка самыми разнообразными занятиями, благодаря их частой смене ребенок все будет делать с интересом, а значит целенаправленно и “усидчиво”.

Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию: карточки, символы на стендах, рисунки, схемы и т.д.

Предлагать таким детям лучше сначала легкие задания, например повторение уже пройденного материала. После первого задания, он может выполнить что-то более сложное или начать ознакомление с новым материалом. Заканчивать опять чем-то легким. В определенный отрезок времени давать ребенку только одно задание, чтобы он мог его завершить.

Гиперактивным детям сложнее переключаться с одного вида деятельности на другой. Поэтому, за несколько минут, до окончания времени выполнения какого-либо задания можно предупредить: “Осталось 3 минуты” или использовать таймер.



Внешняя среда ребенка с СДВГ должна быть очень хорошо организована. Все лишние раздражители удаляются из поля зрения.

У гиперактивных детей до 6–8 лет ведущим остается наглядно-действенное мышление, то есть, чтобы что-то понять, им необходимо все потрогать и подвигать (обычно это свойственно младшим детям). Только в практическом действии они могут представить себе результат. Словесно - логическое мышление, у этих детей, начинает развиваться гораздо позже.

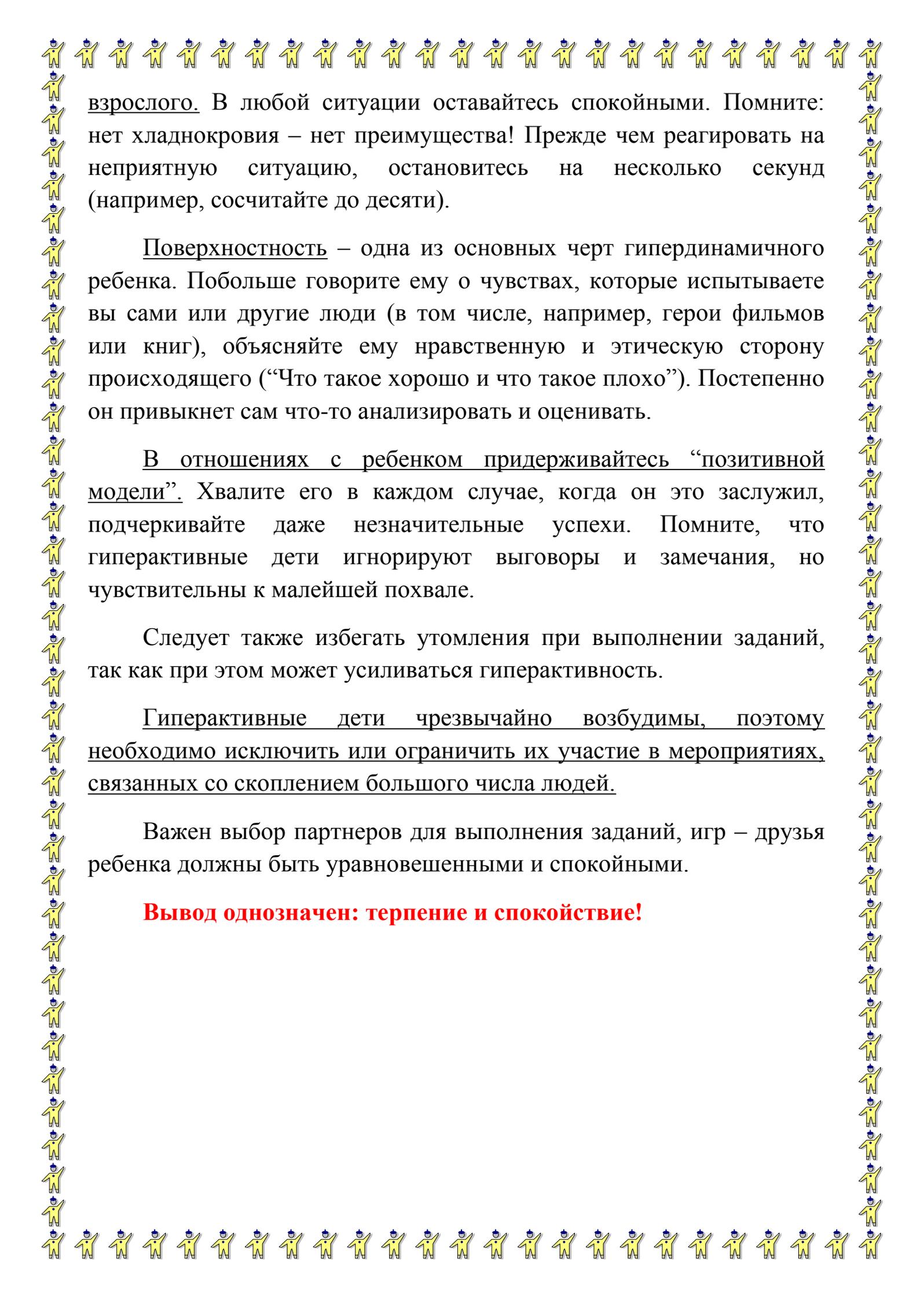
В процессе обучения, особенно на первых порах, гиперактивному ребенку очень трудно одновременно выполнять задание и следить за аккуратностью. Поэтому в начале работы можно понизить требовательность к аккуратности.

Все инструкции, предъявляемые гиперактивному ребенку, должны быть четкими и краткими, не более 10 слов. В противном случае ребенок эту инструкцию не поймет, не запомнит, не будет ей следовать.

Интересно, что ребенок, работая один на один со взрослым, не проявляет признаков гиперактивности и гораздо успешнее справляется с работой. Психологи так же заметили: чем более драматичен, экспрессивен, театрален педагог, 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.

Использовать тактильный контакт. Проходя по классу, педагог в тот момент, когда ребенок начнет отвлекаться, может положить руку ему на плечо. Это прикосновение работает как сигнал, помогающий “включить” внимание.

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).

Поверхностность – одна из основных черт гипердинамичного ребенка. Побольше говорите ему о чувствах, которые испытываете вы сами или другие люди (в том числе, например, герои фильмов или книг), объясняйте ему нравственную и этическую сторону происходящего (“Что такое хорошо и что такое плохо”). Постепенно он привыкнет сам что-то анализировать и оценивать.

В отношениях с ребенком придерживайтесь “позитивной модели”. Хвалите его в каждом случае, когда он это заслужил, подчеркивайте даже незначительные успехи. Помните, что гиперактивные дети игнорируют выговоры и замечания, но чувствительны к малейшей похвале.

Следует также избегать утомления при выполнении заданий, так как при этом может усиливаться гиперактивность.

Гиперактивные дети чрезвычайно возбудимы, поэтому необходимо исключить или ограничить их участие в мероприятиях, связанных со скоплением большого числа людей.

Важен выбор партнеров для выполнения заданий, игр – друзья ребенка должны быть уравновешенными и спокойными.

**Вывод однозначен: терпение и спокойствие!**