

Консультация для родителей:

«Игры для гиперактивных детей»

Что такое гиперактивность?

«Активный»- деятельный, действенный.

«Гипер»-указывает на превышение нормы.

Гиперактивность у детей проявляется несвойственными для нормального, соответствующего возрасту, развития ребенку невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью. Такой малыш не может сидеть на месте, постоянно находится в движении, при этом все его действия спонтанны и непоследовательны. Часто такое состояние сопровождается дефицитом внимания.

Как вести себя с гиперактивным ребенком:

Гиперактивный должен быть окружен вниманием, любовью. Как и обычных детей его возраста таких ребятшек стоит водить на кружки, спортивные секции, развивающие занятия. При правильном взаимодействии можно получить неплохие результаты, научить ребенка усидчивости, самоконтролю, самоорганизации, улучшить память, внимание. Для достижения этих целей проводят психокоррекционные занятия в интересной игровой форме.

Принципы общения с гиперактивными детьми такие же, как и с обычными детками, только помноженные, минимум, на два.

Коррекционно-развивающие игры для гиперактивных детей делятся на несколько типов:

- Игры на развитие внимания.
- Игры для снятия мышечного и эмоционального напряжения.
- Игры, развивающие навыки управления.
- Игры, способные закреплять умение общаться.

Родителям, педагогам и психологам в воспитании детей с гиперактивностью и повышенной тревожностью следует руководствоваться следующими **правилами:**

- Включение ребенка в любую новую игру должно проходить поэтапно. Пусть он сначала ознакомится с правилами **игры**, посмотрит, как в нее играют другие дети, и лишь потом, когда сам захочет, станет его участником;

- Если вы вводите игру, то для того, чтобы тревожный ребенок не ощущал опасности от встречи с чем-то неизвестным, лучше проводить ее на уже знакомом для него материале. Можно использовать часть инструкции или правил из игр, в которую ребенок уже играл неоднократно;

- Избегать состязаний и каких-либо видов работы, учитывающих скорость;

- Не сравнивайте ребенка с окружающими;
- Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте его таким, какой он есть;
- Чаще используйте телесный контакт, упражнение на релаксацию;
- Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал за что;
- Чаще обращайтесь к ребенку по имени;
- Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку;

Старайтесь предугадывать переутомление ребенка, для этого во время переключайте внимание на другие объекты.

- Не предъявляйте к ребенку завышенных требований. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов не забудьте похвалить;

- Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.

- Обращаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него взрослых людей.

Гиперактивный ребенок нуждается в контроле со стороны взрослого, поэтому старайтесь своевременно вводить поощрение и наказание в играх.



Игры с гиперактивными детьми.

«Клубочек»

Цель: Обучение ребенка одному из приемов саморегуляции.

Содержание: 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 мальчик или девочка начинает его сматывать, так 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».

Игра «Дорисуй картинку». Взрослый на доске (листе бумаги) рисует любую часть картинке. После этого ребенок на доске или листе бумаги дорисовывает ту часть, которой не хватает на картинке. Таким образом получится совместная картина.

«Игры с песком и водой».

Специалисты 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 выбрали соответствующие игрушки: лодочки,

тряпочки, мелкие предметы, мячики, трубочки и др.



Игры с сыпучими материалами.

Как проводятся игры с песком? На первом этапе детей знакомят с возможностями песка, то, что он бывает сухой, а если добавить воду - мокрый. Его можно перетирать между ладонями, сжимать, просеивать, делать змейки и отпечатки ладоней, изображать следы животных.

Очень дети любят игру «Секрет»; «Найди сокровища». Ведущий закапывает игрушки, ракушки, камешки в песок, а ребенок с закрытыми глазами, ощупывая предмет, пытается узнать, что это и где находится, не раскрывая кулачок, или просто откапывает его.

Если кто-то из родителей не хочет вносить в дом песок (а затем делать уборку в квартире), можно заменить его крупой, предварительно поместив ее в горячую духовку.

«Час тишины и час "можно"».

Договоритесь с ребенком о том, что, когда он устанет или займется важным делом, будет наступать час тишины. Он должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать. Но в награду за это иногда у него будет час «можно», когда разрешается прыгать, кричать, бегать. «Часы» можно чередовать в течение дня, а можно устраивать их в разные дни. Лучше заранее оговорить, какие конкретные действия разрешены, а какие запрещены. При помощи этой игры

можно избежать нескончаемого потока замечаний, который взрослый адресует ребенку.

«Птичка». Ребенку в руки дается любой пушистый и мягкий предмет, рассказывается сказка. Задача ребенка - согреть птичку своим теплом и дыханием.

Игры для релаксации «Узнай предмет»

Перед ребенком раскладывают предметы из разных материалов. Например, кусочек ваты, деревянная игрушка, кусочек махровой ткани и зеркальце. Когда ребенок рассмотрел предметы, ему завязывают глаза. Затем мама осторожно прикасается любым предметом к руке ребенка, а он в свою очередь должен угадать предмет и из чего он изготовлен.

Во время занятия для расслабления мышц необходимо проводить физминутку. Например, дети показывают, как ветер шатает деревья, как шелестит листва, как цветы тянутся к солнышку и как дети приседают к травке. Такие элементарные упражнения помогут детям расслабиться.

«Что изменилось?»

Игра развивает зрительную память и внимание. Правила: Поставьте перед дошкольником 4–6 игрушек. Попросите запомнить их. Через минуту спрячьте одну игрушку. Ребенок должен назвать игрушку, которая пропала. Для усложнения игры можно добавлять количество игрушек, прятать большее количество, ничего не убирать, а просто менять предметы местами.

Не забывайте, что и родителям важно быть терпеливыми и не терять самообладания, поскольку ребенок берет с вас пример.

