

**Семинар-практикум  
«Гиперактивные дети»**

**Энергия без границ: как направить активность ребёнка в  
нужное русло»**

Подготовила и провела:  
воспитатель I кв. кат.  
Белоносова Наталия Вячеславовна

**Цель:** расширение представлений педагогов о детях с синдромом дефицита внимания и гиперактивности и приемах работы с ними.

**Задачи:**

- познакомить педагогов с особенностями проявления гиперактивности у детей;
- показать отличия гиперактивных детей от активных;
- обучение приемам диагностирования СДВГ;
- совместно разобрать особенности работы с гиперактивными детьми;
- познакомить с играми для таких детей.

**Место семинара в годовом плане:** в годовом плане работы учреждения на 2023-2024 уч.год консультация по теме «Работа педагога ДООУ с гиперактивными детьми» (сентябрь).

**Предварительная работа:** создание презентации, подбор диагностического материала, игр для работы с гиперактивными детьми, составление памятки «Как общаться с гиперактивным ребенком?», *видеосъемка игр с детьми.*

**Оборудование и материалы:** экран, проектор, презентация по теме семинара, мультфильм «Как Петя Пяточкин слоников считал», листы бумаги, ручки, фломастеры, карточки с характерными особенностями поведения ребенка, диагностические листы, памятки «Как общаться с гиперактивным ребенком?», картотека игр для детей с СДВГ, карточки для рефлексии.

**Форма проведения** – консультация+практикум.

**План:**

I. Вступительная часть.

Организационный момент. Создание ситуации успеха.

Определение темы.

II. Основная часть – практикум.

Определение понятия СДВГ.

Составление портрета гиперактивного ребёнка.

Практическое упражнение «Признаки активных и гиперактивных детей».

Диагностика гиперактивных детей.

Динамическая пауза.

Консультация «Особенности организации работы с гиперактивными детьми»:

Игры для гиперактивных детей.

III. Итоговая часть.

Итоговая беседа.

Рефлексия.

**Ход семинара.**

*Слайд 1.*

**I. Вступительная часть.**

**1. Организационный момент. Создание ситуации успеха.**

- Добрый день, уважаемые коллеги! Приятно видеть вас в этой аудитории, спасибо, что пришли, и я очень надеюсь, что у нас с вами получится интересный, а главное полезный разговор.

Начну с притчи:

- Однажды царь решил подвергнуть испытанию всех своих придворных, чтобы узнать, кто из них способен занять в его царстве важный государственный пост. Толпа сильных и мудрых мужей обступила его.

«О, вы, подданные мои»,- «У меня есть трудная задача, и я хотел бы знать, кто сможет решить ее». Он подвел присутствующих к огромному дверному замку, такому

огромному, какого еще ни кто никогда не видывал.

«Это самый большой и самый тяжелый замок, который когда-либо был в моем царстве. Кто из вас сможет открыть его?» - спросил царь.

Одни придворные только отрицательно качали головами, другие, которые считались мудрыми, стали разглядывать замок, однако, вскоре признались, что не смогут открыть его. Раз уж мудрые потерпели неудачу, то остальным придворным ничего не оставалось, как тоже признаться, что эта задача им не под силу, она слишком трудна. Лишь один визирь подошел к замку. Он стал внимательно его осматривать и ощупывать, затем попытался различными способами сдвинуть с места, и наконец, одним рывком дернул его.

О, чудо - замок открылся! Он просто был не полностью защелкнут.

Тогда царь объявил: «Ты получишь место при дворе, потому, что полагаешься не только на то, что видишь и слышишь, а надеешься на собственные силы и не боишься сделать попытку».

Нам педагогам, тоже необходимо набраться смелости и сделать попытку для решения разного рода проблем в нашей работе (их бессчетное количество).

Какую проблему мы сегодня рассмотрим и начнем искать пути ее решения?

## **2. Определение темы.**

-Определить тему нашей встречи поможет отрывок из мультфильма «Как Петя Пяточкин слоников считал». *Просмотр отрывка №1.*

Итак, тема нашего семинара – «Гиперактивные дети».

*Слайд 2.*

## **3. Упражнение «ассоциации»**

Назвать ассоциации к словосочетанию «гиперактивный ребенок» (нарушение поведения, дефицит внимания, отвлекаемость, забывчивость, неуправляемый, агрессия, конфликты).

Обсуждение различных точек зрения.

### **II. Основная часть: консультация + практикум.**

#### **1. Определение понятия СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности)**

Чтобы почувствовать состояние гиперактивного ребенка, находящегося в обыденной для нашего понимания социальной среде, проведем небольшой эксперимент.

Я прошу выйти в центр зала 2-х человек. Пожалуйста, послушайте внимательно инструкцию и выполните предложенные действия.

*Инструкция:* Поздоровайтесь с каждым вторым присутствующим в зале человеком за руку и одновременно сосчитайте, сколько стульев в данном помещении и сколько цветов на подоконниках.

- Расскажите, легко ли было выполнить моё поручение?

- Как вы чувствовали себя при выполнении задания (комфортно, ощущали напряжение, дискомфорт и т. д.?)

- Что чувствовали после того как поручение было выполнено (утомление, облегчение, усталость и т. д.?)

Сегодня, мне хотелось бы обратить ваше внимание на детей дошкольного возраста с СДВГ (синдромом дефицита внимания с гиперактивностью).

*Слайд 3.*

Чтобы начать работу определимся с терминологией. Что же такое «гиперактивность»? Это сложное слово состоит из двух простых слов: «Гипер»,

указывающее на превышение нормы, и «активный», означающее «действенный, деятельный». Гиперактивность — совокупность симптомов, связанных с чрезмерной психической и моторной активностью.

В последнее время родители, воспитатели и учителя все чаще сталкиваются с детьми, двигательная активность которых выходит за рамки представлений о просто подвижном ребенке.

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) является самым распространенным среди детей с поведенческо-возрастным и неврологическим расстройством, характеризующимся нарушениями со стороны внимания, двигательной расторможенностью (гиперактивностью) и импульсивностью поведения. Обусловлено это нарушением функций центральной нервной системы (ЦНС, мозгу такого ребенка сложно обрабатывать внешнюю и внутреннюю информацию и стимулы). В основе гиперактивности лежит минимальная мозговая дисфункция – ММД, т. е. недостаточная зрелость отдельных зон головного мозга. СДВГ, ММД – это диагноз, право, на постановку которого имеет только специалист.

*Слайд 4.*

## **2. Составление портрета гиперактивного ребёнка.**

- Исходя из опыта работы, давайте попробуем составить портрет гиперактивного ребенка. *Составляя портрет гиперактивного ребёнка, воспитатели отвечают на вопросы (две группы: 1-отвечает на вопрос – какой он; 2 – что он делает?).*

• Какой он? Подвижный, весёлый, расторможенный, импульсивный, невнимательный, неусидчивый, активный, вспыльчивый.

• Что он делает? Ломает, забывает (бежит, поэтому ничего не видит и не слышит, если видит, то может не слышать и наоборот). Мешает, отвлекает, дёргает. Берёт чужие вещи, забывает возвращать (это не воровство).

*Все вместе отвечаем на вопросы:*

• Что он хочет? Внимания. Не привлечения внимания, как демонстративный ребёнок, а просто внимания.

• Что он чувствует? Вину за то, что он такой. Либо тревожность. Отсюда: либо агрессивность.

*Таким образом, составляется портрет гиперактивного ребенка. Каждая подгруппа зачитывает составленную характеристику, после чего проводится общее обсуждение.*

*Гиперактивный ребенок находится в постоянном движении и просто не может себя контролировать, то есть даже если он устал, он продолжает двигаться, а выбившись из сил окончательно, плачет и истерит. Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задаёт миллион вопросов, но редко выслушивает ответы на них. Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно. У него часто кишечные расстройства. Для гиперактивных детей всевозможные аллергии не редкость.*

*Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию – дерется, кусается, толкается, причем пускает в ход подручные средства: палки, камни... Ребенок – неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых условиях (дом, магазин, детсад, детская площадка) ведет себя одинаково активно.*

### 3. Практическое упражнение признаки активных и гиперактивных детей.

-Иногда педагоги и родители путают гиперактивность с активностью. Активные дети – это не диагноз, а темперамент. Большинство детей дошкольного возраста отличаются подвижностью, импульсивностью, непосредственностью, но при этом они могут внимательно выслушать взрослого и выполнить его указания. Попробуем разобраться.

Педагогам выдаются карточки (*приложение 1*), на которой перечислены характерные особенности поведения ребенка.

*Участникам необходимо разделить карточки на 2 стопки: Признаки гиперактивного ребенка и признаки активного ребенка (по группам).*

*Слайд 5.*

**Итог:** гиперактивному ребенку трудно сидеть, он суетлив, много двигается, вертится на месте, иногда чрезмерно говорлив, может раздражать манерой своего поведения. Часто у него плохая координация или недостаточный мышечный контроль. Он неуклюж, роняет или ломает вещи. Такому ребенку трудно концентрировать свое внимание, он легко отвлекается, часто задает множество вопросов, но редко дожидается ответов. Он расторможен в отношениях со взрослыми, не умеет играть со сверстниками, и не имеет настоящих друзей.

Для таких детей характерны агрессивное поведение и негативизм. В подростковом возрасте такие дети склонны к асоциальному поведению. При всех проблемах таких детей с обучением и взаимоотношениями с окружающими, такие дети имеют нормальный или даже высокий интеллект.

У мальчиков гиперактивное состояние отмечается, по крайней мере, в 4-5 раз чаще, чем у девочек.

Пики проявления: 1 год, 3 года, 6-7 лет, 9-10 лет. Потом активность идет на спад.

В большинстве случаев, если у ребенка присутствует только гиперактивность (подвижность, импульсивность), скорее всего, это связано с особенностями темперамента и не всегда можно говорить о патологии.

Гиперактивный ребенок нуждается в помощи. В каждом конкретном случае нужно определить, какой должна быть помощь гиперактивному ребенку: медикаментозная, психологическая или педагогическая коррекция. Если неправильно работать с таким ребёнком, то он будет дезадаптантом с девиантным поведением.

*Слайд 6.*

### 4. Диагностика гиперактивных детей.

*Просмотр отрывка из мультфильма «Как Петя Пяточкин слоников считал»*

- В каждой группе, наверняка, имеется ребенок с признаками СДВГ.

Давайте попробуем продиагностировать таких детей.

*Каждый педагог выбирает ребенка и проводит диагностику. (Приложение 2).*

Все эти признаки можно сгруппировать по следующим направлениям:

- двигательная активность;
- импульсивность;
- отвлекаемость-невнимательность.

СДВГ — синдром дефицита внимания и гиперактивности ставится только медицинской комиссией в период начала обучения (то есть с 6-7 лет)! Но иногда и раньше. В большинстве случаев, если у ребенка есть только гиперактивность это, скорее всего, связано с особенностями темперамента и не всегда можно говорить о патологии.

Вывод: проблема существует и ее надо решать.

Слайд 7.

### 5. Динамическая пауза.

Чтобы решать проблему, надо отдохнуть.

Упражнение «Подвигай телом».

Слайд 8.

SWOT – анализ (коротко проанализировать работу педагогов с гиперактивными детьми: слабые или сильные стороны доминируют, как решить проблему, какие возможности использовать, как избежать угроз).

**Работать с такими детьми придется, поэтому учимся организовывать свою деятельность.**

### 6. Консультация «Особенности организации работы с гиперактивными детьми».

Очень важно при работе с такими детьми быть в тесном контакте с родителями. Родители гиперактивных детей, как правило, испытывают много трудностей при взаимодействии с ними. Так, некоторые стремятся жесткими мерами бороться с «непослушанием» сына или дочери, усиливают дисциплинарные способы воздействия, увеличивают рабочие нагрузки, строго наказывают за малейший проступок, вводят непреклонную систему запретов. Другие, устав от бесконечной борьбы со своим чадом, махнув на все рукой, стараются не обращать внимания на его поведение или, «опустив руки», предоставляют ребенку полную свободу действий, тем самым лишая его необходимой для него поддержки взрослых.

Некоторые родители начинают винить себя в том. Что он такой, и даже приходят в отчаяние и впадают в состояние депрессии (которые в свою очередь негативно влияют на чувствительного ребенка). Многие из проблем гиперактивного ребенка происходят из-за неосведомленности родителей.

Слайд 9-10.

Три «западни», которые подстерегают родителей при воспитании гиперактивного ребенка.

№	Содержание	Пути преодоления
1.	Недостаток эмоционального внимания, часто подменяемого медицинским уходом.	Больше общаться с ребенком, вникать в его проблемы, играть вместе с ним в его детские игры, беседовать «по душам».
2.	Недостаток твердости в воспитании и отсутствие надлежащего контроля за поведением.	Составить список запретов и четко следовать ему. Составить список: что должны контролировать родители (сегодня, завтра, через неделю).
3.	Неумение воспитывать в детях навыки управления гневом.	Использование технологии «Лестницы успеха», «Лестницы гнева»

- Какие рекомендации вы можете дать родителям? Что нужно сделать, чтобы малыш избавился от «излишков» активности?

Создать ему определенные условия жизни. Сюда входит спокойная психологическая обстановка в семье, четкий режим дня (с обязательными прогулками на свежем воздухе, где есть возможность порезвиться на славу). Чтобы предотвратить перевозбуждение, такой ребенок должен ложиться в строго определенное время. Его необходимо оградить от длительного просмотра телевизора, особенно перед сном. Как правило, гиперактивный ребенок мало и беспокойно спит, поэтому родителям желательно перед сном погулять с малышом, заняться, чем-нибудь спокойным. Придется и родителям потрудиться. Если вы сами очень эмоциональны и неуравновешенны, постоянно везде опаздываете, торопитесь, то пора начинать

работать над собой. Мы больше не несемся сломя голову в сад, постоянно поторапливая ребенка, стараемся поменьше нервничать и пореже менять планы «по ходу дела». Скажите себе: «Четкий распорядок дня» и постарайтесь сами стать более организованными.

Если родители едут со своим ребенком в музей, театр или в гости, они должны заранее объяснить ему правила поведения. Например: «Когда мы выйдем из дома, ты должен дать мне руку и не отпускать ее, пока не перейдем улицу. Если ты все сделаешь правильно, я дам тебе жетон. Когда мы сядем в автобус…» и т.д. Затем определенное количество полученных за правильное поведение жетонов можно будет обменивать на приз (конфету, игрушку и т.д.). Если ребенок будет очень стараться, но случайно что-то сделает не так, то его можно и простить. Пусть он чувствует себя успешным.

*Слайд 11.*

### **Профилактика работы с гиперактивными детьми.**

#### **Памятка «Как общаться с гиперактивным ребенком?»**

1. Работать в тесном сотрудничестве с родителями.
2. Оставаться спокойным. Нет хладнокровия - нет преимущества! Прежде чем реагировать на неприятную ситуацию, остановитесь на несколько секунд (например, сосчитайте до десяти). Взрослым необходимо научиться сдерживать бесконечный поток замечаний. В отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели».
3. Принять ребенка таким, каков он есть.
4. Быть драматичным, экспрессивным педагогом. 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.
5. Соблюдение четкого распорядка дня.
6. Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее. (Заранее договариваться с ребенком о времени игры, о длительности прогулки и т. д.). Об истечении времени ребенку сообщает не взрослый, а заведенный заранее будильник, кухонный таймер, что будет способствовать снижению агрессии ребенка.
7. Давать короткие, четкие и конкретные инструкции. Прежде всего, указания должны быть немногословными, и содержать не более 5 слов. В противном случае ребенок просто «выключится» и не услышит вас.
8. Не должны давать сразу несколько инструкций: «Иди в группу, убери игрушки, потом вымой руки и приходи дежурить. Лучше дать те же указания, но отдельно, добавляя следующее только после того, как выполнено предыдущее.
9. Выработать и расположить в удобном для ребенка месте свод правил поведения в группе детского сада, дома. Просить ребенка вслух проговаривать эти правила. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию: карточки, символы, рисунки, схемы.
10. Предоставлять ребенку возможность выбора.
11. Выработать совместно с ребенком систему поощрений и наказаний за желательное и нежелательное поведение. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний. Гиперактивные дети игнорируют выговоры и замечания, но чувствительны к малейшей похвале.
12. Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее.
13. Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания). Проходя по группе, педагог в тот момент, когда ребенок начнет отвлекаться, может

положить руку ему на плечо. Это прикосновение работает как сигнал, помогающий «включить» внимание.

14. Проводите беседы о нравственных и этических нормах поведения.
15. Ограничьте участие такого ребенка в мероприятиях с большим скоплением людей.
16. Гиперактивный ребенок лучше всего работает в начале дня и в начале занятия.
17. Перед началом занятия ребенок может сказать, что он хотел бы пожелать себе сам при выполнении задания.
18. Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физкультминутки. Уменьшить рабочую нагрузку ребенка. Не допускайте утомления ребенка.
19. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.
20. На занятии использовать визуальные опоры, т.к. у гиперактивных детей до 6-8 лет ведущим остается наглядно-действенное мышление, то есть, чтобы что-то понять, им необходимо все потрогать и подвигать
21. Убрать лишние раздражители из поля зрения ребенка.
22. Посадить ребенка во время занятий рядом с взрослым, в паре со спокойным ребенком.
23. Индивидуально работать с ребенком в начале дня, а не вечером.
24. Занятия с ребенком должны проходить в эмоционально-привлекательной форме.
25. Начинать и заканчивать занятия заданиями, с которыми ребенок справиться.
26. 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 и выплескивать свою энергию в подвижных секциях (плавание, хоккей, хореография), но не травмоопасных, таких как бокс, силовая борьба и вырабатывали усидчивость (занятия за компьютером, ИЗО).

#### **«Скорая помощь» при работе с гиперактивным ребенком.**

- Если поведение ребенка становится неуправляемым, постарайтесь изолировать его, успокоить, снять мышечное напряжение.

1. Отвлечь ребенка от его капризов.
2. Предложить выбор (другую возможную в данный момент деятельность).
3. Задать неожиданный вопрос.
4. Отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошутить, повторить действие ребенка).
5. Не запрещать действие ребенка в категоричной форме.
6. Не приказывать, а просить (но не заискивать).
7. Выслушать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае он не услышит вас).
8. Автоматически, одними и теми же словами повторять многократно свою просьбу (нейтральным тоном).
9. Сфотографировать ребенка или подвести его к зеркалу в тот момент, когда он капризничает.
10. Оставить в комнате одного (если это безопасно для его здоровья).
11. Не настаивать на том, чтобы ребенок, во что бы то ни стало, принес извинения.
12. Не читать нотаций (ребенок все равно их не слышит).

#### **7. Практикум «Игры для гиперактивных детей».**

*Слайд 12-13.*

При работе с гиперактивными детьми тренировку слабых функций следует проводить в игровой форме.

Существует ряд игр, которые помогают в снижении признаков гиперактивности. Одни игры проводятся с гиперактивным ребенком в экстремальных ситуациях, когда нежелательное поведение уже проявилось. Так называемая «Скорая помощь» (напряжение – расслабление). Вторые - способствуют профилактике негативных образцов поведения ребенка.

- Определите вид игры. *Просмотр видео с детьми* («Мяч – насос», «Камень-путник», «Передай предмет» «Тух-тиби-дух»).
- Проведение игр с педагогами. (Игра «Хлопай в ладоши» с цифрами, игра «Мороженое», «Чайник с крышечкой»).
- Памятка по проведению игр с гиперактивными детьми. (Приложение 3)

***Помните о том, что присущая детям с синдромом дефицита внимания, гиперактивность хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.***

### **III. Итог семинара.**

#### **1. Итоговая беседа.**

- Полезна ли для Вас сегодня была эта встреча?
- Какие конкретные приёмы вы будете использовать в своей работе? С кем?
- Что пожелаете на будущее?

Перспективы в работе по данному направлению:

1. Использовать разнообразные формы работы с воспитанниками с СДВГ.
2. Систематически проводить организацию активной методической работы по повышению профессиональной компетентности педагогов ДООУ в данной области.
3. Активизировать работу по взаимодействия с родителями.
4. Развивать умение работать в команде единомышленников.

Слайд 14.

#### **2. Рефлексия (эмоциональное состояние)**



Предлагаю оценить нашу работу сегодня. Перед вами «градусник» (у всех участников оценочный лист). Выберите температуру по шкале, по которой на ваш взгляд определяется значение семинара:

«нужность информации»: (-1,-2) – бесполезно, (0) – нужно, (1,2) – необходимо.

«эмоциональный комфорт»: (-1,-2) – неинтересно, (0) – все понравилось, (1,2) – просто классно.

«буду использовать»: (-1,-2) – никогда, (0) – иногда, (1,2) – часто.

**Карточки - признаки активных и гиперактивных детей.****Активный ребенок:**

— Большую часть дня «не сидит на месте», предпочитает подвижные игры пассивным (пазлы, конструкторы), но если его заинтересовать — может и книжку с мамой почитать, и тот же пазл собрать.

— Быстро и много говорит, задает бесконечное количество вопросов, выслушивает ответы.

— Для него нарушение сна и пищеварения (кишечные расстройства) — скорее исключение.

— Он активный не везде. К примеру, беспокойный и непоседливый дома или в садике, но спокойный — в гостях у малознакомых людей, в общественных местах.

— Он неагрессивный. То есть случайно или в пылу конфликта может и наподдать «коллеге по песочнице», но сам редко провоцирует скандал.

**Гиперактивный ребенок:**

— Он находится в постоянном движении и просто не может себя контролировать, то есть даже если он устал, он продолжает двигаться, а выбившись из сил окончательно, плачет и истерит.

— Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задает миллион вопросов, но редко выслушивает ответы на них.

— Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно. У него часто кишечные расстройства. Всевозможные аллергии не редкость.

— Ребенок — неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых условиях (дом, магазин, детсад, детская площадка) ведет себя одинаково активно.

— Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию — дерется, кусается, толкается, причем пускает в ход подручные средства: палки, камни.

## КРИТЕРИИ ВЫЯВЛЕНИЯ ГИПЕРАКТИВНОГО РЕБЕНКА В ГРУППЕ

### ОЦЕНКА ВНИМАНИЯ

непоследователен в поведении

не может долго удерживать внимание

не слышит, когда к нему обращаются

с большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его

имеет трудности в организации поведения

теряет вещи

избегает задач скучных и тех, которые требуют умственных усилий

часто бывает забывчив

### ОЦЕНКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

ерзает, как червяк

беспокоен (барабанит пальцами, двигается в кресле, забирается куда-либо)

спит намного меньше, чем другие дети (даже в младенчестве)

находится в постоянном движении, «с мотором»

очень говорлив

### ОЦЕНКА ИМПУЛЬСИВНОСТИ

отвечает до того, как его спросят

не может дождаться своей очереди в игре, на занятиях

часто вмешивается, прерывает говорящего

не может регулировать свое поведение, не умеет подчиняться правилам

на некоторых занятиях спокоен, на других — нет (вариативность выполнения заданий)

Если в возрасте до семи лет в течение 6 месяцев проявляются, по меньшей мере, восемь из перечисленных характеристик, воспитатель может предположить (но не поставить диагноз), что ребенок является гиперактивным.

## **«Игровые приемы работы с гиперактивными детьми»**

### **Игры и упражнения на развитие внимания**

#### **Игра «Зоопарк» (3 мин)**

- А теперь попробуйте изобразить движения различных животных. Если я хлопну в ладоши один раз – прыгайте, как зайчики, хлопну 2 раза – ходите вразвалочку, как медведи, хлопну 3 раза – «превращайтесь» в аистов, которые умеют долго стоять на одной ноге. Начинаем игру.

#### **Игра «Хлопай в ладоши» с животными.**

«Я буду перечислять вам слова. Как только вы услышите слово «теленок» - хлопните в ладоши.

Теленок – котенок – ребенок – теленок – ребяенок – жеребенок – теленок – волчонок – теленок – лисенок – теленок.

#### **Запретное слово «олень».**

Олень – лень – Оля – Толя – олень – лена – ремень – медаль – олень – лесть – лето – олень – ель – лень – олень.

#### **Игра «Хлопай в ладоши» с цифрами.**

Запретное число «семь».

Семь – семья – сом – семь – сама – лень – яшень – семь – восемь – осень – семь – десять.

#### **Игра «Раскрась бубенчики»**

Группа делится на 3 подгруппы. Каждой команде дается задание в течение 3 минут раскрасить бубенчики на шапочках только грустных мальчиков.

#### **Игра «Сто мячей»**

Цель: Способствовать развитию навыка распределения внимания, умения устанавливать контакт с окружающими.

Содержание: Игра проводится в несколько этапов.

1 этап. Отработка навыка невербального общения при передаче мяча. Участники встают в круг, у ведущего в руках мяч. «Договорившись» взглядом с одним из участников ведущий бросает ему мяч. Поймавший мяч, перебрасывает его следующему участнику так же «договорившись» с ним взглядом. Не допускается падение мяча на пол.

Переход ко второму этапу возможен тогда, когда участники отработают навык невербального общения. При работе с детьми между этапами может пройти не один день, и даже неделя.

2 этап. Игра проводится так же, только ведущий вводит дополнительный мяч, тем самым усложняя игру. Далее в игре может использоваться три, четыре пять мячей. Необходимо не допускать падения мячей на пол. Если мяч упал, то количество их сокращается на один.

#### **Игра «Да» и «нет» не говори»**

Цель: Способствовать развитию навыка распределения внимания.

Содержание: Взрослый предлагает ребенку ответить на вопросы. Отвечая на вопросы, ты не должен употреблять слова “да” и “нет”.

- Ты сейчас дома?
- Тебе 6 лет?
- Ты учишься в школе?
- Ты любишь смотреть мультфильмы?
- Кошки умеют лаять?

- Яблоки растут на елке?

- Сейчас ночь? И т. п.

### **Игра «Летает - не летает»**

Цель: Способствовать развитию навыка распределения внимания.

Содержание: Взрослый называет разные предметы. Ребенок должен поднимать руки вверх только тогда, когда педагог произносит название предмета, который может летать. (Взрослый, провоцируя ребенка, поднимает руки вверх при произнесении каждого слова).

### **Игра «Что исчезло?»**

Цель: Способствовать развитию навыка распределения внимания.

Содержание: Взрослый ставит на стол 10 игрушек. Ребенок рассматривает их и закрывает глаза. Взрослый убирает одну игрушку. Ребенок открывает глаза и определяет, «что исчезло».

### **Игра «Что нового?»**

Цель: развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Содержание: Взрослый рисует мелом на доске любую геометрическую фигуру. К доске по очереди подходят дети и пририсовывают детали, создавая картинку. В то время, когда один ребенок находится у доски, остальные закрывают глаза, и, открывая их по команде взрослого, говорят, что изменилось. Чем дольше длится игра, тем сложнее искать новые детали.

Можно проводить данную игру, используя игрушки.

### **Игры и упражнения, направленные на развитие умения контролировать импульсивные действия.**

#### **«Море волнуется...»**

Цель: снижение импульсивности.

Содержание: Детям предлагается интенсивно двигаться по комнате, принимая различные позы. Взрослый произносит считалку:

Море волнуется - раз!

Море волнуется - два!

Море волнуется - три!

Морская фигура - замри!

Дети замирают в одной из поз. По команде взрослого "Отомри!" упражнение продолжается.

#### **«Колпак мой треугольный»**

Цель: снижение импульсивности.

Содержание: Участники садятся в круг. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы:

«Колпак мой треугольный,

Треугольный мой колпак.

А если не треугольный,

То это не мой колпак».

Затем фраза повторяется, но дети, которым выпадает говорить слово «колпак», заменяют его жестом (легкий хлопок ладошкой по голове). Затем фраза повторяется еще раз, но при этом на жесты заменяются два слова: слово «колпак» (легкий хлопок ладошкой по голове) и «мой» (показать рукой на себя). При повторении фразы в третий раз заменяются на жесты три слова: «колпак», «мой» и «треугольный» (изображение треугольника руками).

## «Дерево»

Цель: снижение импульсивности.

Содержание: Ребенок, изображая семечко, сидит на корточках, голова на коленях, руки обнимают колени. «Семечко» прорастает и превращается в дерево - ребенок приподнимает голову, затем медленно встает, выпрямляется, поднимает руки. Вдруг налетел ветер и сломал дерево - ребенок сгибается в талии, расслабляя верхнюю часть туловища, голова и руки его безжизненно повисают.

## «Дыхательное упражнение»

И.п. - сидя на полу. Дыхание только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом для закрытия правой ноздри используют большой палец правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, а для закрытия левой ноздри применяют мизинец правой руки). Дыхание медленное, глубокое.

Дыхание только через левую ноздрю активизирует работу правого полушария головного мозга, способствует успокоению и релаксации.

Дыхание только через правую ноздрю активизирует работу левого полушария головного мозга, способствует решению рациональных задач.

## Игра «Давайте поздороваемся»

Цель: Дать возможность почувствовать своё тело, снять мышечное напряжение, ощутить себя членом группы.

### Упражнение «Снежинка» (2-3 мин)

Участники сидят на стульях, глаза закрыты.

Представьте себе, что с неба падают снежинки, а вы ловите их ртом.

А теперь снежинка:

легла на правую щеку – надувайте ее;

легла на левую щеку – надувайте ее;

легла на носик – наморщите нос;

легла на лоб – пошевелите бровями;

легла на веки – поморгайте глазами и откройте их.

Снегопад закончился.

### Телесно-ориентированное упражнение «Снеговик» (3 мин)

Предлагаем участникам представить себя снеговиками.

Участники встают в круг, разводят напряженные руки в стороны, надувают щеки и в течение 10 секунд удерживают заданную позу.

- А теперь, - говорит психолог, - выглянуло солнышко, его жаркие лучи коснулись снеговиков и они начали таять. Постепенно расслабляются, опускают руки, головы, плечи, тело «обмякает», приседают на корточки, опускаются на колени, и «превращаются» в лужу (*укладываются на пол*).

Заключительный этап. (1-2 мин).

По окончании упражнения психолог говорит.

- Это немного грустная история закончилась очень хорошо. Под ласковыми солнечными лучами снеговик растаял и превратился в веселый ручеек. Ручеек звонко зажурчал и пустился в путь. По дороге добрый ручеек поил водой цветы и травы. Вскоре он добрался до большой реки, влился в нее и отправился в долге удивительное путешествие.

Спасибо всем за участие!

Вот таким образом ваши дети выплеснули накопившиеся эмоции, поиграли, отдохнули, расслабились и готовы к новым интересным делам, которые их ждут.

## **Игра «Подвигай телом».**

Цель: создать положительный настрой на занятие, снять напряжение и усталость, раскрепостить участников.

Инструкция. Сейчас мы с вами разомнемся. Это разминка называется «Подвигай телом». Мы будем танцевать разными частями тела. Какими – я буду называть по ходу нашей разминки. Ваша задача – максимально использовать в танце названную часть тела.

*Команды:*

танцуем правой рукой;  
танцуем левой рукой;  
танцуем обеими руками;  
танцуем отдельно головой;  
танцуем левой ногой;  
танцуем правой ногой;  
танцуем обеими ногами;  
танцуем туловищем;  
танцуем правым плечом;  
танцуем левым плечом;  
танцуем двумя плечами;  
танцуем бровями;  
танцуем носом;  
танцуем губами;  
танцуем лицом;  
добавляем к танцу голову и шею;

добавляем плечи;  
добавляем к танцу руки;  
добавляем правую ногу;  
добавляем левую ногу;  
танцуем всем телом;  
исключаем из танца правую ногу;  
исключаем из танца ноги;  
исключаем из танца туловище;  
исключаем из танца руки;  
исключаем из танца плечи;  
исключаем из танца голову;  
исключаем из лица;  
танцуем губами;  
остановились;  
повернулись; улыбнулись!

## **Игра «Ласковые лапки» (индивидуально)**

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

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.

### **«Два барана»**

Цель: снять невербальную агрессию, предоставить ребенку возможность «легальным образом» выплеснуть гнев, снять излишнее эмоциональное и мышечное напряжение, направить энергию детей в нужное русло.

Воспитатель разбивает детей на пары и читает текст: «Рано-рано два барана повстречались на мосту». Участники игры, широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача — противостоять друг другу, не сдвигаясь с места, как можно дольше.

Можно издавать звуки «Бе-е-е». Необходимо соблюдать «технику безопасности», внимательно следить, чтобы «бараны» не расшибли себе лбы.

### **«Тух-тиби-дух»**

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему,

необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: «Тух-тиби-дух». Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами.

В этой игре заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

**Пальчиковые игры.** Гиперактивные дети непоседливы, а их руки часто находятся в постоянном, иногда бесцельном движении, поэтому полезно обучить этих детей специальным играм, которые бы помогли направить избыточную активность в нужное русло. С этой целью можно использовать, например, пальчиковые игры.

### **Игры на регуляцию двигательной активности**

#### **Игра «Черепашка»**

Цель: Учить контролировать свои движения

Содержание: Ведущий стоит у одной стены, участники группы у противоположной.

Инструкция ведущего: Представьте себе, что я большая черепаха, а вы маленькие черепашки. Я пригласила вас к себе на День рождения и жду вас в гости. Но вот беда: праздничный торт еще не готов. По моей команде вы можете идти ко мне, нигде не останавливаясь, чтоб дойти только в тот момент, когда торт будет готов.

Через 2 – 3 минуты дается сигнал “Стоп”. Побеждает тот, кто оказался дальше всех от черепахи. Игра может повторяться несколько раз. Необходимо следить, чтоб никто не останавливался и не спешил.

В завершении игры обсуждение: Трудно ли было двигаться медленно? Что помогло выполнить инструкцию?

#### **Игра «Колечко»**

Цель: развитие мелкой моторики рук, развитие межполушарного взаимодействия.

Содержание: Поочередно и как можно быстрее ребенок перебирает пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале методика выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

#### **Игра «Кулак-ребро-ладонь»**

Цель: развитие мелкой моторики рук, развитие межполушарного взаимодействия.

Содержание: Ребенку показывают три положения руки на плоскости пола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости пола, распрямленная ладонь на плоскости пола. Ребенок выполняет пробу вместе с инструктором, затем по памяти в течение 8-10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении инструктор предлагает ребенку помогать себе командами ("кулак-ребро-ладонь"), произносимыми вслух или про себя.

#### **Игра «Разговор с руками»**

Цель: развитие контроля за собственными действиями.

Содержание: Взрослый предлагает ребенку обвести на листе бумаге свои ладошки. Затем предлагает ему оживить ладошки - нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросить «Кто вы такие?», «Как вас зовут?», «Что вы любите?», «Что не любите?», «Какие вы?». Если ребенок не вступает в диалог, то взрослый сам проговаривает за него весь диалог. При этом необходимо делать акцент на том, что руки хорошие, умеют много всего делать, а не драться.

### **Игра «Змейки»**

Цель: развитие мелкой моторики.

Содержание: Предложите ребенку представить, что его пальцы - это маленькие змейки. Они могут двигаться-извиваться, вращаясь направо, налево, снизу вверх и сверху вниз. При двуручном выполнении ладони сначала "смотрят" от ребенка, потом - друг на друга. При этом сначала прорабатываются одноименные пальцы рук, а затем разноименные (например, большой палец правой руки и мизинец левой руки).

### **Игра «Лягушка»**

Цель: развитие мелкой моторики.

Содержание: Положить руки на пол (стол). Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладонка). Одновременно менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении.

### **Игра "Замок"**

Цель: развитие мелкой моторики.

Содержание: Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук. В дальнейшем дети могут выполнять упражнение в парах.

Помните о том, что присущая детям с синдромом дефицита внимания, гиперактивность хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.