

Ребенок живой, активный, подвижный, - что в этом плохого? Более того, он и смышлен не по годам, по крайней мере быстро освоил компьютер, знает, как привести в движение сложную игрушку, с пультами телевизора и «видика» - вообще не бывает проблем. И тем не менее вас постоянно выводит из себя его неугомонность, беготня, ерзанье, нетерпеливость, невразумительные ответы. Не следует любого возбужденного ребенка относить к категории гиперактивных. Если ваш ребенок полон энергии, если она бьет через край, отчего малыш порой становится упрямым и непослушным, - это не значит, что он гиперактивен.

### КАК УЗНАТЬ ГИПЕРАКТИВНОГО РЕБЕНКА?

- Невнимательность, проблемы с концентрацией. Дети часто испытывают трудности при восприятии информации на слух, легко отвлекаются, забывают о поручениях, просьбах, теряют вещи и т.д.
- Импульсивность Дети нетерпеливы перебивают других детей и взрослых.
- Гиперактивность. Дети постоянно находятся в движении, прыгают, бегают, что-то теребят в руках, раскачиваются на стуле. Им трудно усидеть во время занятий.



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). Придется и родителям потрудиться. Если вы сами - очень эмоциональны и неуравновешенны, постоянно везде опаздываете, торопитесь, то пора начинать работать над собой. Мы больше не несемя 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. Малыш не виноват, что он такой «живчик», поэтому бесполезно его ругать, наказывать.

С детьми дошкольного возраста игротерапия – единственно возможный коррекционный метод.

### Как играть с таким ребенком?

Подбирая игры, особенно подвижные, необходимо учитывать особенности детей: дефицит внимания, двигательная активность, импульсивность, быструю утомляемость, неумение длительное время подчиняться групповым правилам. В игре трудно дождаться своей очереди и считаться с интересами других. Желательно использовать игры с четкими правилами, способствующие развитию внимания.

- **«Найди отличие».** Ребенок рисует несложную картинку (котик, домик) 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 меняются местами.
- **«Ласковые лапки».** 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточка, бусы, вата. Все выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; родитель объясняет, 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.

### «Кричалки – шепталки-молчалки»

3 силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это сигналы. Когда взрослый поднимает красную руку - «кричалку», можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь -

«шепталка» - можно тихо передвигаться и шептаться; на сигнал «молчалка» - синяя ладонь - дети должны замереть на одном месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует молчалками.

• «**Давайте поздороваемся**»: 1 хлопок - здороваемся за руку, 2 хлопка – плечиками, 3 хлопка - спинками.

### Гиперактивный ребёнок

*Таня Линд*

В детский сад ходить хочу!  
Всех там жизни научу:  
Взрослым нервы потреплю,  
Детям шишки всем набью,  
Разорву всем куклам платья,  
Разрисую все кровати!

Буду делать, что хочу,  
Наругают-закричу,  
На прогулке потеряюсь,  
Матом громко поругаюсь.  
Станут делать замечанья -  
Расскажу всё маме с няней!

Папа стукнет кулаком,  
Мозг вам вышибет потом!  
Мама будет расстроенной,  
Ведь я у неё особенный-  
Очень чувствительный и креативный,  
Очень-приочень гиперактивный!

Давайте, родители, честно признаемся,  
Что редко своими детьми занимаемся,  
Себе в оправданье слова напридумали,  
Когда произносим их, мним себя  
умными.  
А дети забыты и к технике брошены,  
Зато не мешают, для них мы - хорошие...



**Ваш ребёнок -  
гиперактивный**



Воспитатель: О.П. Лобанова