

# Гиперактивный ребенок

Вдовиченко М.А

Федорова О.В

ГБУ ДО ЦППМСП Московского района

- \* Каждый ребенок активен и любознателен, но есть детки, активность которых по сравнению со сверстниками повышена
- \* Можно ли назвать таких детей гиперактивными или это проявление характера ребенка?
- \* И нормально ли гиперактивное поведение ребенка или оно требует лечения?



# Что такое гиперактивность?

- \* Так сокращенно называют синдром дефицита внимания и гиперактивности, который также обозначают аббревиатурой СДВГ. Это весьма распространенное нарушение работы мозга в детском возрасте, которое также имеется у многих взрослых. По статистике синдром гиперактивности есть у 1-7% детей. У мальчиков его диагностируют в 4 раза чаще, чем у девочек

# Признаки СДВГ

Чтобы диагностировать СДВГ, следует выявить у ребенка ряд основных симптомов которые проявляются в виде:

- \* трудности удержания внимания
  - \* импульсивности
  - \* рассеянности
  - \* забывчивости
  - \* сложности контроля собственных действий
- \* Симптомы обычно возникают в возрасте до 7 лет. Чаще всего родители замечают их в 4 года или 5 лет, когда большинство детей начинают сталкиваться с множеством задач в детском саду и по дому, где нужна его сосредоточенность и самостоятельность.

# Проявления дефицита внимания.

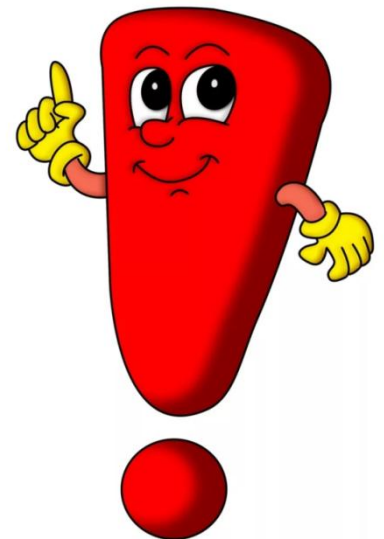
- \* 1. Ребенок не может длительно сосредотачиваться на предметах. У него часто возникают небрежные ошибки
- \* 2. Когда к ребенку обращаются, возникает впечатление, что он не слушает
- \* 3. Если дать ребенку прямую инструкцию, он ее не выполняет либо начинает выполнять и не заканчивает
- \* 4. Ребенку трудно организовать свою деятельность. У него наблюдается частое переключение от одного занятия на другое
- \* 5. Ребенку не нравятся задания, для которых требуется долгое умственное напряжение. Он старается их избегать
- \* 6. Ребенок нередко теряет вещи, которые ему нужны
- \* 7. Малыш с легкостью отвлекается на посторонний шум
- \* 8. В повседневных делах у ребенка отмечают повышенную забывчивость

# Проявления импульсивности и рассеянности .

- \* 1. Ребенок часто встает с места
- \* 2. Когда ребенок волнуется, он интенсивно двигает ногами или руками. Кроме того, малыш периодически поеживается в стуле
- \* 3. Он поднимается с места очень резко и часто бегает
- \* 4. Ему трудно участвовать в спокойных играх
- \* 5. Его действия можно охарактеризовать, как «заведенные»
- \* 6. Во время занятий он может выкрикивать с места или шуметь
- \* 7. Ребенок отвечает до того, как услышит вопрос полностью
- \* 8. У него не получается дожидаться своей очереди во время занятия или игры
- \* 9. Ребенок постоянно вмешивается в занятия других людей или их разговоры

# ВАЖНО!

- \* Для постановки диагноза необходимо обратиться к специалисту, у ребенка должно быть минимум 5-6 признаков из указанных выше, причем они должны отмечаться длительное время (минимум полгода)
- \* Синдром гиперактивности выявляют не только у школьников, но и у деток раннего дошкольного возраста
- \* Важно понимать, повышенная активность ребенка может быть проявлением его врожденного темперамента и лидерских качеств характера



# Причины повышенной психической активности детей, не являющиеся синдромом гиперактивности.

Важно понимать, что повышенная активность психической деятельности, сходная по симптомам с гиперактивностью, может происходить в следствии таких стрессовых состояний как:

- \* неблагоприятный психологический климат в семье или другой иной социальной группе
- \* физические недомогания, травмы
- \* детские страхи, подавленные эмоции

В таких случаях мы советуем обратиться к другим специалистам ( психологу, терапевту)



# Что делать?

1. Получить квалифицированную помощь специалистов (невролога)
2. Создать благоприятную среду, привнести в жизнь ребенка правила и игры, помогающие улучшить понимание границ своего тела
3. В жизни ребенка должна присутствовать подходящая физическая нагрузка. Важно понимать, чрезмерные физические нагрузки могут подействовать обратным образом, наоборот еще больше перевозбудят психику



# Рекомендации по коррекции поведения гиперактивного ребенка:

1. Определите допустимые рамки поведения. Ребенок должен ясно понимать, что можно, а что нельзя. Также важна последовательность. Если сегодня ребенку нельзя на ночь шоколадку, значит, и завтра тоже нельзя, и в последующие дни тоже
2. Обустроенная среда (меньше раздражителей). Так как зрение - это источник получения информации, а у гиперактивных детей идет частая переключаемость с объекта на объект, пространство, в котором занимается ребенок не должно быть перегружено различными предметами и цветами
3. Чередование активной и спокойной деятельности



# Рекомендации по коррекции поведения гиперактивного ребенка:

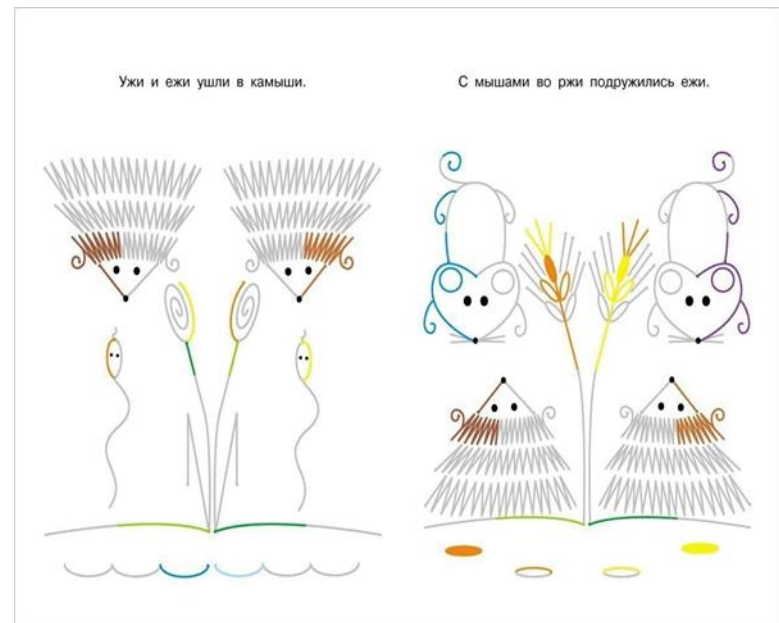
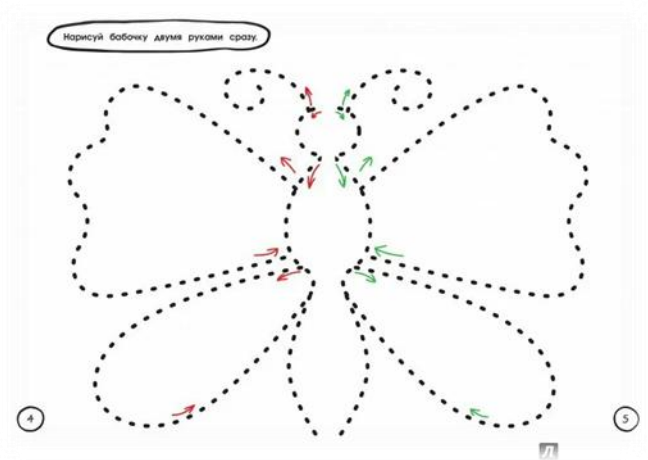
4. Строго требуйте выполнения правил, которые касаются здоровья ребенка и его безопасности. Для гиперактивных детей важно доносить информацию чаще
5. Проявлять настойчивость в выполнении требований. Если Ваш ребенок гиперактивный, это не значит, что воспитание уходит на дальний план
6. Подкрепляйте устные требования зрительным примером как надо правильно делать
7. Важен режим дня
8. Применяйте дыхательную гимнастику  
Способствует расслаблению, снятию напряжения и получению большего кислорода в мозг

# Пример упражнений с использованием дыхательной ГИМНАСТИКИ



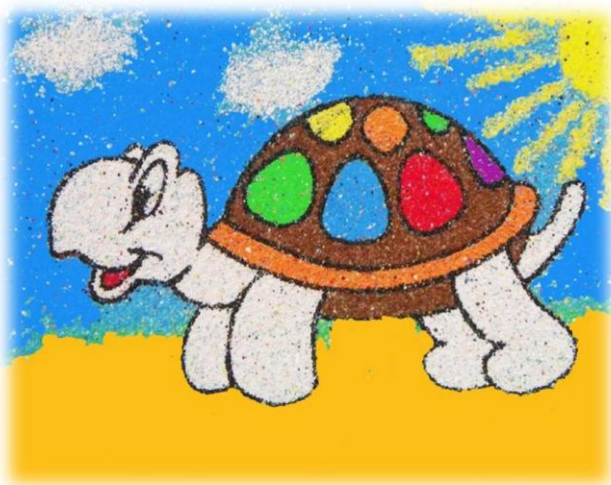
# Рисование обеими руками одновременно.

- \* Рисование двумя руками как способ согласования работы полушарий головного мозга.



# Творческие сессии с манной крупой и мелками.

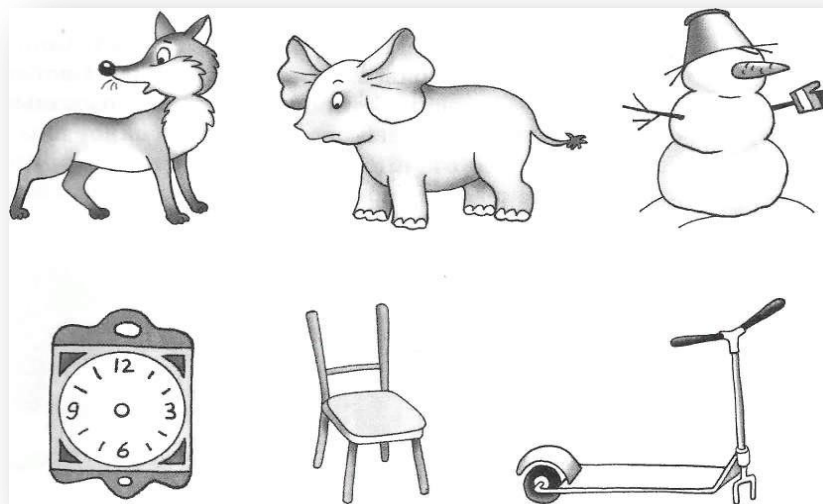
- \* Игры с песком и водой хорошо успокаивают ребенка и особенно подходят для гиперактивных детей
- \* Используйте манную крупу и натертые мелки. Соединяя манку с цветным мелком, Вы получаете «цветную манку», которая прекрасно подходит для моделирования



# Упражнения на концентрацию ВНИМАНИЯ.

Упражнение «Что забыл нарисовать художник?»»

- \* Для занятия понадобятся несколько картинок, в которых не прорисованы 1-3 важные детали. Ребенок должен внимательно посмотреть на изображение, назвать недостающие части, нарисовать их. Это могут быть: машинка без колеса, дом без крыши и/или дверей, цветок без сердцевины. Постепенно переходите к более сложным рисункам



Обратите внимание на готовые сборники-тренажеры для развития ведущих психических функций. В сборниках представлены задания для ребенка, направлены на концентрацию внимания, которые ориентированы на конкретный возраст малыша

- \* 1. С.В. Курдюкова, А.В. Сунцова «Развиваем внимание с нейропсихологом»
- \* 2. А.В. Сунцова «Рабочие нейротетради, учимся быть внимательными»
- \* 3. Е.А. Запесочная «Забавная считалочка»
- \* 4. И. Праведникова «Развитие зрительного внимания и самоконтроля»
- \* 5. А.В. Буркова «Развиваем память и внимание»



# Сенсорная интеграция.

Часто бывает, что у детей с гиперактивностью возникает жажда дополнительных проприоцептивных стимулов хорошо заметных со стороны. Ребёнок чаще всего делает что-либо из списка ниже:

- ощупывает себя (и даже бьёт), предметы и людей;
- ищет давления на тело (от слабого до сильного), любит очень крепкие объятия
- занимает необычные положения тела во время сидения, стояния, лежания и даже ходьбы (прислоняется к стене, ведёт рукой по стене и предметам, всё ощупывает, выгибается в позах, требующих растяжения мышц)
- бегают, приседает и прыгает
- пытается двигать и нести большие предметы
- наваливается всем телом на диван

Все это происходит по причине

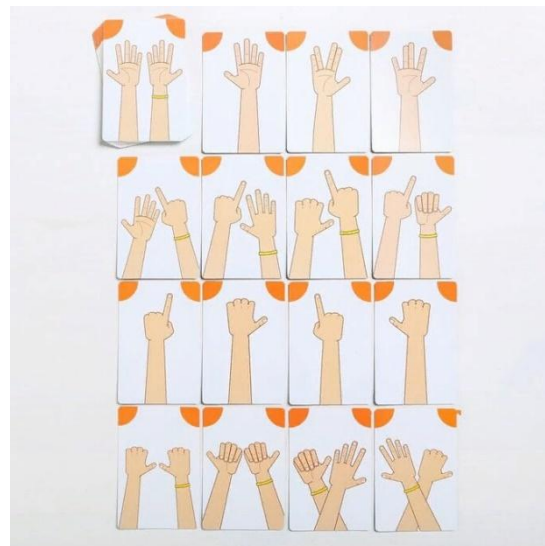


Обычно такая стимуляция требуется ребёнку для успокоения нервной системы, которая может уделить достаточно ресурсов иной деятельности только в случае, когда человек хорошо осознаёт положение своего тела в пространстве

Для эффективных обучающих занятий любого толка (на уроке или дома с мамой) требуется концентрация внимания. Нервная система маленького человека не должна отвлекаться на дискомфорт от нехватки проприоцептивной чувствительности

Если нехватка значительна и присутствует с малышом постоянно, закономерно возникает необычное поведение. Так получается, потому, что только осуществляя дополнительное стимулирование, ребенок компенсирует нехватку

# Активные игры. «Повторяй за мной».



# Активные игры. «Запомни и повтори».

- \* Такие игры интересно выполнять по музыку или хлопки в ладони. После выключения музыки или хлопка, кто-то занимает интересную позу, другой ее повторяет





**Спасибо  
за внимание!**