**Беседа с родителями «Гиперактивность. Как с этим бороться?»**

**Провела: воспитатель Парамонова Юлия Сергеевна**

Беседа с родителями «Гиперактивность. Как с этим бороться?»

Все дети нуждаются в ласке заботе и любви. И все они достойны этой награды: и тихие, и забияки, и задиры, и шалуны. В последнее время все чаще приходится слышать об индивидуальном и дифференцированном подходе к воспитанию и обучению детей. Есть такие дети, общаться с которыми — одно удовольствие: им все интересно, у них все получается. Но хочется рассказать о некоторых детях, с которыми часто бывает трудно и нелегко ладить. Это **гиперактивные**, агрессивные, тревожные и аутичные дети.

**Гиперактивность** считается видом расстройства поведения, связанным с дефицитом внимания к ребенку. Такой термин применяют к детям, которые очень подвижны, импульсивны, невнимательны и неуправляемы. Но и самые обычные дети бывают порою очень активны и неуправляемы, не проходя при этом по разряду **гиперактивных**. Именно поэтому и врачам, и **родителям** бывает трудно определить, проявляет ли ребенок признаки **гиперактивности** — что требует принятия своевременных мер — либо же ребенок совершенно нормален. Подходы к диагностике этого отклонения и к его лечению весьма противоречивы. Существуют разные степени **гиперактивности**: у одних малышей это проходит в мягкой форме, у других имеет самые острые проявления.

Признаки **гиперактивности**:

• Ребенок неловок и подвержен травмам.

• Ребенок непоседлив, не может даже короткий период усидеть или устоять на одном месте.

• Ребенок часто агрессивен.

• Перескакивает с одного занятия на другое, невнимателен и ни одно дело не доводит до конца.

• Обостренно реагирует на мелочи, его трудно успокоить.

• Все время плохо спит.

• Имеет низкую самооценку.

• Не умеет ждать своей очереди.

• Все трогает руками, мешается под ногами.

• Страдает от задержки речи или, **наоборот**, излишне болтлив.

• Имеет плохой аппетит и страдает от постоянной жажды.

• Совершает опасные поступки, не осознавая последствий.

• Ребенок не любит перемен.

• Имеет проблемы со здоровьем, такие, как воспаление уха или постоянные респираторные заболевания, экзему, гастрит.

Причины **гиперактивности**:

• Наследственность

• Здоровье матери

• беременность и роды

• Окружающая среда

• Дефицит жирных кислот в организме

• Дефицит питательных элементов

• Питание

Как правило, в основе синдрома **гиперактивности** лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД, наличие которой определяет врач-невропатолог после проведения специальной диагностики. При необходимости назначает медикаментозное лечение. Подход к лечению **гиперактивного** ребенка и его адаптации в коллективе должен быть комплексным. «Ни одна таблетка не может научить человека, как надо себя вести. Неадекватное же поведение, возникшее в детстве, способно зафиксироваться и привычно воспроизводиться.». Появление **гиперактивного** ребенка в группе с первых же минут осложняет жизнь всего коллектива. Он мешает вести занятия, вскакивает с места, отвечает невпопад. Удастся ли установить контакт с таким ребенком, во многом зависит от стратегии и тактики взрослого.

Пути коррекции

Если у ребенка полный набор симптомов **гиперактивности**, следует решать, как с **этим бороться**. С **гиперактивным** ребенком следует вести себя твердо, но не жестко: наказание не приведет ни к чему хорошему. Ребенку нужна размеренная жизнь, **родительская любовь**, хотя порой взрослые злятся на малышей, когда они устраивают в доме разгром! Если взрослые не в состоянии справиться с собственным ребенком, следует обратиться за помощью к специалисту. Если ребенку ставят диагноз **гиперактивность**, возможно последует курс психологической коррекции, прием витаминов, а также специальная диета. Можно обратиться в специальную группу поддержки **гиперактивных детей**.

Рекомендации **родителям**:

• Ежедневно **родители** ставят перед ребенком конкретную цель, которую он должен реализовать. Формулировка цели должна быть четкой и лаконичной.

• **Родителям** необходимо заранее продумать поощрения, которыми будут стимулировать усилия ребенка по достижению поставленной цели. Поощрения могут быть как моральными, так и материальными.

• По истечении дня **родители** вместе с ребенком должны проанализировать его поведение, оценить степень достижения цели.

• Систематически **родители** фиксируют изменения в поведении и личности ребенка, описывая их в конкретных проявлениях, и сообщают о его достижениях врачу или психологу.

• В случае достижения ребенка значительных изменений он должен обязательно получить обещанное **родителями вознаграждение**.

Рекомендации педагогам:

• Введите знаковую систему оценивания действий ребенка. Старайтесь замечать каждый успех малыша и обязательно давайте ему понять, что вы видите его успехи.

• Устраивать минутки активного отдыха на занятиях. Помнить, что эти дети способны удерживать свое внимание очень кратковременно.

• **Гиперактивный** ребенок всегда должен находиться перед глазами. На занятиях его лучше сажать напротив себя.

• Направлять энергию ребенка следует в полезное русло. На занятиях давать поручения раздавать что- нибудь, в свободной деятельности мотивировать его на спокойные действия.

• Занятия должны быть интересными и увлекательными, с прослеживаемым результатом, следует избегать монотонной деятельности.

• В совместной деятельности учить проговаривать свои действия, выстраивать логику и последовательность их выполнения.

• Использовать элементы игры во всех моментах жизнедеятельности.

• Не следует давать многословные инструкции, после 10-ти слов ребенок вас просто не услышит.

• Создавать ситуации успеха, в которых ребенок смог бы проявлять свои сильные стороны.

• При всем неусыпном внимании к **гиперактивному** ребенку внешне относится к нему нужно так же, как и к остальным детям.

• Учить его общаться с другими детьми, поощрять позитивное взаимодействие.

Вывод: Эта модель может помочь **родителям и педагогам**, в систематизации жизни ребенка, ее рациональной организации, что будет способствовать позитивным изменениям в его личности и поведении.

Как играть с **гиперактивными детьми**

Подбирая игры для **гиперактивных детей**, необходимо учитывать следующие особенности таких детей: дефицит внимания, импульсивность, очень высокую активность, а также неумение длительное время подчиняться правилам, выслушивать и выполнять инструкции, быструю утомляемость. Тренировку слабых функций следует проводить поэтапно.

Игры на тренировку одной функции

Функция, на тренировку которой направлены игры Индивидуальные Групповые

Внимание *«Найди отличия»*

*«Запрещенные движения»* *«Запрещенные движения»*

*«Передай мяч»*

Контроль двигательной активности *«Разговор руками»* *«Море волнуется»*

«Контроль импульсивности *«Говори!»*

*«Съедобное - несъедобное»* *«Говори!»*

*«Сиамские близнецы»*

*«Слепой повадырь»*

Игры на тренировку двух и трех функций

Тренируемые функции Игры

Внимание и контроль импульсивности *«Кричалки - шепталки - молчалки»*

*«Гвалт»*

Внимание и контроль двигательной активности *«Замри»*

*«Расставь посты»*

*«Колпак мой треугольный»*

Контроль импульсивности и контроль двигательной активности «Час тишины и час *«можно»*

Внимание, контроль импульсивности и контроль двигательной активности *«Слушай команду»*

*«Слушай хлопки»*

*«Морские волны»*

Начинать лучше с индивидуальной формы работы, чтобы ребенок мог четко усвоить требования педагога, а затем постепенно вовлекать его в коллективные игры. Стараться увлечь ребенка, сделать так, чтобы ему было интересно. Когда же у него появится опыт участия в играх и упражнениях, направленных на развитие сразу двух слабых функций, можно переходить к более сложным формам работы по одновременной отработке всех функций.

**Гиперактивные** дети с трудом выдерживают занятия в детском саду, поэтому для них необходимо проводить физкультминутки, которые могут выполнять стоя, так и сидя за партами, по усмотрению педагога. С этой целью можно использовать *«Пальчиковые игры»*

Заключение

Рассмотрев симптомы **гиперактивности мы**, взрослые, научимся понимать *«сложных»* детей, выбирать оптимальные способы взаимодействия. Современная наука не придумала ничего нового и необычного, она советует взрослым чаще вставать на позицию ребенка, его глазами увидеть окружающий мир. Открыв внутренний мир ребенка, оценив его качества, неведомые взрослым раньше, научимся понимать его на первый взгляд бессмысленные