(cc) BY

Саушкина Наталья Сергеевна
педагог-психолог
Рыбалко Юлия Михайловна
воспитатель
Куприянова Елена Анатольевна
воспитатель
АНО ДО «Планета детства «Лада» –
Д/С №192 «Ручеек»
г. Тольятти, Самарская область

СОПРОВОЖДЕНИЕ ГИПЕРАКТИВНОГО РЕБЕНКА В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО САДА И СЕМЬИ

Аннотация*: в статье раскрываются понятие «гиперактивность», особенности поведения гиперактивного ребенка дошкольного возраста, задачи работы с гиперактивным ребенком, способы развития его внимания, приемы снятия эмоционального и мышечного напряжения, использование приемов арт-терапии, создания для него благоприятных условий и сопровождение его в детском саду и дома.*

Ключевые слова*: гиперактивность дошкольника, арт-терапия.*

Гиперактивность – самое распространенное психоневрологическое расстройство у детей. Что мы подразумеваем под гиперактивностью? Ведь все дети непоседы, все они неугомонные, все носятся. Где эта грань, когда мы можем сказать, вот он гиперактивный, а он непоседа?

Гиперактивность – это преобладание в центральной нервной системе процессов возбуждения над процессами торможения.

Работая с гиперактивным ребенком, каждый педагог, замечает, что он делает иногда всё наоборот, как будто игнорируя вас. Однако это только одна сторона медали. Нельзя забывать, что в первую очередь страдает сам ребенок. Ведь он не может вести себя так, как требуют взрослые, и не потому, что не хо-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

чет, а потому, что его физиологические возможности не позволяют ему сделать это.

Гиперактивные дети импульсивны, чрезмерно возбудимы и они не умеют сдерживать свои желания, а также управлять своим поведением. Им свойственна суетливость, несдержанность, иногда раздражительность. Не слушают, не могут дождаться своей очереди в играх, не могут контролировать и регулировать свои действия, трудно соблюдают правила. Такие дети часто не заканчивают начатое дело, теряют, забывают вещи. Избегают задания, требующие умственного напряжения. Им свойственна двигательная расторможенность, не могут спокойно усидеть на стуле, часто падают с него. Проявляют признаки беспокойства, часто бывают говорливы. Как правило, мало спят. Постоянные замечания, угрозы, наказания, не улучшают их поведения, а порой даже могут служить причиной возникновения новых конфликтов. Более того, такие формы воздействия способствуют формированию у ребенка «отрицательных» черт характера. В результате страдают все: сам ребенок, взрослые и дети, с которыми он общается.

Три составные части гиперактивности: 1) ребенок не внимателен. Не дослушивает до конца, все время отвлекается, у него тысяча дел одновременно; 2) когда ребенок постоянно двигается, не может усидеть на месте – двигательная расторможенность; 3) и когда он импульсивен.

Хотелось бы обратить ваше внимание на то, чем отличается гиперактивный и активный ребенок. Активного и подвижного ребенка не стоит сразу относить к категории гиперактивных. Основные отличия вы можете видеть на слайде.

Самое важное для гиперактивного ребенка – это соблюдение режима дня, чтобы нервная система постоянно находилась в стабильном состоянии. Все режимные процессы должны происходить в одно и то же время. Особое внимание необходимо обратить на организацию дневного и ночного сна. Он должен ложиться и вставать в одно и то же время, должен четко по часам питаться и должен точно знать, что он будет делать в то или иное время. Поэтому очень по-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

лезно планирование дня и проставление отметок о выполнении. В конце дня подводятся итоги, что было запланировано, что сделано, таким образом визуализируется.

Одной из важных задач работы с гиперактивными детьми является создание комфортной психологической атмосферы, в которой ребенок не только ощущает себя в безопасности, но и успешно реализует свой потенциал. Поэтому усилия педагогов должны быть направлены на выявление сильных сторон ребенка – его умений, навыков, черт личности. Панно «Достижений», игры и упражнения помогут ребенку ощутить себя успешным, повысят самооценку и мотивацию достижений. Можно использовать упражнение «За что я могу похвалить?..», «За что ты сам можешь себя сегодня похвалить?», «Что у тебя не получилось?», и закончить положительным «Что тебя порадовало». Это позволит оценить свои поступки и свои действия.

В развивающей предметно-пространственной среде не должно быть много предметов, не должно быть ярких, пестрых цветов. Гиперактивные дети очень устают от большого количества детей и долгого пребывания в коллективе, поэтому зоны уединения могут стать их спасением.

Гиперактивным детям необходима двигательная активность, чтобы расходовать избыточную энергию. Физическая нагрузка должна быть дозированной. Уникальный тренажёр – мяч. Подвижные и словесные игры с мячом, настольный теннис, футбол. Балансиры, ходули, городки, кегли, кольцебросс, волчки, бирюльки для координации движения.

Следует избегать переутомления ребёнка во время занятия. Длительность занятий в раннем возрасте не должна превышать 10–15 минут и чередоваться с перерывом в 5–7 минут. Поэтому очень часто в своей работе мы используем игры в движении.

Такому ребенку сложно сосредоточиться, мы должны понимать, что его внимание держится очень короткое время, и мы должны дать правильную информацию в это короткое время. Например, мы начинаем лепить из пластилина игрушку, и мы ставим только одну задачу: лепи игрушку. Как он ее лепит, стоя,

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

сидя, он делает. И вы должны обязательно похвалить ребенка и формировать умение всегда доводить начатое дело до конца. При этом дело должно быть посильным для ребенка.

Как развить внимание гиперактивного ребенка? Возьмите краску, и ничего не говоря ребенку, начните рисовать, комментируя свои движения. Ребенок наблюдает. Через какое-то время попросите ребенка дорисовать какой-нибудь значимый элемент. Вы при этом отворачиваетесь. Дорисовывая, ребенок будет развивать способность концентрироваться. После того, как ребенок дорисовал, важно обсудить с ребенком, что он видит и что видел в процессе рисунка. И всегда дополняем рисунок разными объектами. Позволяя ребенку комментировать и участвовать в совместном творчестве. Ребенок должен вести в этой деятельности. Для гиперактивного ребенка главное, что он может это делать сам, делать вместе с педагогом. Он не мечется от одного к другому, не бросает это дело, а может его начать и закончить, это самое главное.

Рисование, арт-терапия позволяет снять эмоциональное и мышечное напряжение. Не делать акцент на результат работы, главное, чтобы ребёнок получал удовольствие от процесса. Важно, чтобы у ребёнка был постоянный доступ к различным материалам художественного творчества. Не ругать за испорченный лист или отсутствие конкретного результата. Обязательно хвалить ребёнка за самостоятельность и проявления творчества.

Упражнение «Каракули», правополушарное рисование или другие нетрадиционные техники рисования.

Напряжение ребенка можно снять с помощью пластилина. Из фиолетового пластилина делаем ствол дерева, листья будут красного цвета. Почему? Потому что красный цвет ассоциируется с возбуждением, активностью и мы эту активность, возбуждение переносим непосредственно на объект живой природы. Вот в такую игру творческую, фактически арт-терапевтическую игру, в которой ребенок понимает, что ему ничего не запрещается, и он может позволить себе проявить эту активность, таким образом, каким ему хочется. В данном случае мы имеем дерево, которое не соответствует по цвету и визуальному восприя-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

тию реальному дереву, но мы позволяем ребенку фантазировать, позволяем расходовать тот поток творческой энергии, который у него есть на данный момент времени.

Помимо арт-терапии и психологической работы с ребенком всегда полезно дать возможность ему переключиться и пообщаться с природой. Полезно наблюдение за сезонными явлениями в природе, наблюдая за определенным объектом (например, за деревом за окном), эксперименты с проращиванием росточка, выращиванием кристалла и фиксация данных наблюдений.

Чтение сюжетных коротких рассказов, позволяющих следить за героем, его действиями и поступками, познавая мир людей и взаимоотношений. И при этом ребенку не обязательно сидеть смирно, можно строить, играть и бегать.

Добиться того, чтоб гиперактивный ребенок стал послушным и покладистым, еще не удавалось никому, а вот научиться жить в мире и сотрудничать с ним – вполне посильная задача. И мы – педагоги совместно с родителями в этом способны помочь детям.

Список литературы

1. Болотовский Г.В. Гиперактивный ребенок / Г.В. Болотовский, Л.С. Чутко, И.В. Попова. – М.: Омега, 2019. – 160 с.

2. Гиперактивные дети. Коррекция психомоторного развития. – М.: Академия, 2019. – 160 с.

3. Цветков А.В. Гиперактивный ребенок. Развиваем саморегуляцию. – М.: Спорт и культура, 2015. – 104 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)