

## Консультация для родителей «Игры для гиперактивных детей»

Дети могут быть активными, даже чрезмерно, это нормальное состояние детей, познающих мир, радующихся каждому дню. Отличительной особенностью такого поведения является непостоянство, это значит, что ребенок может дать волю эмоциям, например, один-два раза в день. Такой выплеск наиболее вероятен вечером. Это защитная функция организма, позволяющая избавиться от накопившейся энергии. После такой разрядки ребенок успокаивается.

- Чрезмерная подвижность малыша наблюдается только в одном месте, например, дома. В садике он ведет себя вполне спокойно или наоборот.
- Не конфликтный, то есть он может постоять за себя, дать сдачу, но сам не провоцирует такие ситуации.
- Почти всегда веселый, жизнерадостный, полный энергии, энтузиазма.
- Нарушение сна не наблюдается.

### Особенности гиперактивных детей:

- Дети излишне подвижны практически постоянно, период спокойного состояния присутствует, но продолжительность его слишком мала от 2 до 10 минут. В течение выбранного промежутка времени можно наблюдать определенную цикличность в поведении: активность – спокойствие – активность и т.д. Всегда время активности в разы превышает время спокойствия.
- Активность проявляется везде, где бы ни был ребенок. Окружающая обстановка не влияет на его поведение. Будь он дома с родителями, в гостях, детском саду, общественном месте – он активен всегда.
- Говорит очень быстро, часто «съедая» окончания слов. Переходит от одной темы к другой, забыв закончить предыдущую мысль. Задает множество вопросов, не дает времени подумать и сформулировать ответ. Создается впечатление, что вопросы задает просто так, без цели получить на них ответ.
- Сон гиперактивного ребенка беспокойный, тревожный. Ночью часто просыпается, ворочается, плачет.
- Не способен сосредоточиться, его отвлекает любой посторонний шум. Из-за своей активности при выполнении заданий совершает много ошибок.
- Не может контролировать свое поведение, эмоции. Импульсивен. Может выступать в роли инициатора ссор, драк.

### Как вести себя с гиперактивным ребенком:

Гиперактивный ребенок должен быть окружен вниманием, любовью.

Таких ребяташек стоит водить на кружки, спортивные секции, развивающие занятия. При правильном взаимодействии можно получить прекрасные результаты, научить ребенка усидчивости, самоконтролю, самоорганизации, улучшить память, внимание. Для достижения этих целей занятия проводят в интересной игровой форме.

### **Игры с гиперактивными детьми.**

**«Давайте поздороваемся».** По сигналу ведущего дети хаотично двигаются по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути. Здраваться надо определенным образом: 1 хлопок – здороваемся за руку; 2 хлопка – здороваемся плечиками; 3 хлопка – здороваемся спинкам. Для полноты тактильных ощущений можно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

**«Кричалки, шепталки, молчалки».** Из разноцветного картона сделать три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это – сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку», можно бегать, кричать сильно шуметь; желтая ладонь – «шепталка» – означает, что можно тихо передвигаться и шептать; на сигнал «молчалка» – синяя ладонь – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалкой».

### **«Клубочек»**

Цель: Обучение ребенка одному из приемов саморегуляции.

Содержание: Расшалившемуся ребенку можно предложить смотать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше.

Взрослый сообщает ребенку, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только мальчик или девочка начинает его сматывать, так сразу же успокаивается.

Когда подобная игра станет для ребенка привычной, он сам обязательно будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, как почувствует что он огорчен, устал или «завелся».

### **«Игры с песком и водой».**

Специалисты считают, что игры с песком и водой просто необходимы для гиперактивных детей. В эти игры не обязательно играть только летом у озера. Можно их организовать и дома. Такие игры успокаивают ребенка. Первое время взрослые должны помочь ребенку в организации игры. Желательно, чтобы они выбрали соответствующие игрушки: лодочки, тряпочки, мелкие предметы, мячики, трубочки и др.

Если кто-то из родителей не хочет вносить в дом песок (а затем делать уборку в квартире), можно заменить его крупой, предварительно поместив ее

в горячую духовку.

### **«Час тишины и час "можно"».**

Договоритесь с ребенком о том, что, когда он устанет или займется важным делом, будет наступать час тишины. Он должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать. Но в награду за это иногда у него будет час «можно», когда разрешается прыгать, кричать, бегать. «Часы» можно чередовать в течение дня, а можно устраивать их в разные дни. Лучше заранее оговорить, какие конкретные действия разрешены, а какие запрещены. При помощи этой игры можно избежать нескончаемого потока

### **«ПТИЧКА»**

Игра развивает мышечный контроль и учит преодолевать импульсивность. Правила: Дошкольнику дают в руки небольшую мягкую игрушку. Взрослый говорит: «К тебе прилетела птичка. Она очень маленькая, нежная и беззащитная. Посмотри, как она дрожит. Птичка боится коршуна. Поговори с ней, поддержи и успокой». Ребенок гладит птичку и говорит ей добрые слова. Успокаивая ее, он успокаивается сам.

### **«ДОЖДИК»**

Игра развивает координацию движений, внимание. Она учит подчиняться правилам игры и помогает ребенку эмоционально разрядиться. Правила: Взрослый рисует мелом на асфальте или палочкой на песке домик для себя и ребенка (детей). Это могут быть обычные кружки. По сигналу «солнышко» все гуляют вокруг своего домика, бегают и прыгают. По команде «дождик» нужно спрятаться в домик и скрестить руки над головой, сделав подобие крыши. Кто зазеваается – выбывает из игры.

### **«ЧТО ИЗМЕНИЛОСЬ?»**

Игра развивает зрительную память и внимание. Правила: Поставьте перед дошкольником 4–6 игрушек. Попросите запомнить их. Через минуту спрячьте одну игрушку. Ребенок должен назвать игрушку, которая пропала. Для усложнения игры можно добавлять количество игрушек, прятать большее количество, ничего не убирать, а просто менять предметы местами.