

Консультация

«Как помочь ребенку с синдромом дефицита внимания и гиперактивности?»

Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)

– это заболевание, связанное с нарушением развития нервной системы ребенка. Чаще всего заболевание проявляется в возрасте семи лет или с началом регулярного обучения (в школе или подготовительной группе). СДВГ характеризуется невнимательностью и высокой отвлекаемостью ребенка практически на любых занятиях, избыточной двигательной активностью, импульсивным поведением, проблемами в социальном общении, громко говорят, реагируют на малейшие раздражители.

Родители таких детей нередко растеряны и не знают, как вести себя с ребенком, чтобы не усугубить ситуацию. Ниже собраны рекомендации для родителей детей с **синдром дефицита внимания и гиперактивности**.

Рекомендации для родителей по воспитанию детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности:

1. С гиперактивным ребенком необходимо общаться мягко, спокойно. Если взрослый выполняет вместе с таким ребенком учебное задание, желательно избегать как криков и приказаний, так и восторженных интонаций, эмоционально приподнятого тона.
2. Гиперактивный ребенок, будучи очень чувствительным и восприимчивым, скорее всего, быстро присоединится к настроению взрослого. Родительские эмоции захлестнут его и станут препятствием для эффективных действий.
4. Соблюдение дома четкого распорядка дня – еще одно из важнейших условий продуктивного взаимодействия с гиперактивным ребенком.
5. И прием пищи, и прогулки, и выполнения домашних заданий необходимо осуществлять в одно и тоже привычное для ребенка время.

6. Чтобы предотвратить перевозбуждение, ребенок должен ложиться спать в строго определенное время, причем продолжительность сна должна быть достаточной для восстановления сил (в каждом конкретном случае родители определяют эту продолжительность сами, исходя из состояния ребенка).

7. По-возможности надо оградить гиперактивного ребенка от длительных занятий на компьютере, и от просмотра телевизионных передач, особенно способствующих эмоциональному возбуждению

8. Хвалить ребенка за самое незначительное достижение.

Как играть с гиперактивными детьми?

Подбирая игры (особенно подвижные) для гиперактивных детей, необходимо учитывать следующие особенности таких детей: дефицит внимания, импульсивность, очень высокую активность, а также неумение длительное время подчиняться групповым правилам, выслушивать и выполнять инструкции (заострять внимание на деталях), быструю утомляемость. В игре им трудно дожидаться своей очереди и считаться с интересами других. Поэтому включать таких детей в коллективную работу целесообразно поэтапно. Начинать можно с индивидуальной работы, затем привлекать ребенка к играм в малых подгруппах и только после этого переходить к коллективным играм. Желательно использовать игры с четкими правилами, способствующие развитию внимания.

Рекомендуется проводить коррекционные игры в домашних условиях. Они помогут развить внимание, наблюдательность, усидчивость, контролировать импульсивность, движения и активность, соблюдать правила. Рассмотрим некоторые из них:

- **Игра «Мельница»**

Члены семьи собираются в круг и поочередно бросают друг другу мяч, постепенно увеличивая скорость передачи. Тот, кто не поймал мяч, покидает игру. Побеждает человек, который остается последним.

- **Игра «Найди отличие»**

Ребенок должен нарисовать любой предмет – собаку, дерево и т.п., отдать ее взрослому и отвернуться. Взрослому нужно добавить немного деталей, а ребенку после этого необходимо показать, что поменялось.

- **Игра «Говори»**

Детей информируют, что будут задавать им разные вопросы. Но отвечать на них можно только после команды – «Говори». «Какая у меня кофта?» (пауза) – «Говори». «Сегодня солнечно или дождливо?» - «Говори».\

- **Игра «Кричалки – шепталки - молчалки»**

Для игры понадобятся три ладошки, обведенные по контуру и вырезанные из красного, желтого, синего картона. Ведущий должен поднимать их по очереди. Красная ладошка – можно бегать, кричать и шуметь. Желтая – тихо передвигаться и шептать. Синяя – участники должны прекратить активность, лечь на пол и замереть.

