Консультация для родителей на тему:
«Гиперактивность»

подготовила учитель-дефектолог МАДОУ «ЦРР – детский сад №7 «Ярославна»
Литвиненко Инна Сергеевна

Чрезмерная активность детей, особенно мальчиков, явление весьма распространённое, но родителям следует отличать повышенную подвижность ребёнка как проявление холерического типа темперамента от гипердинамического синдрома. Некоторые родители и педагоги принимают подвижность ребёнка за гиперактивность. Однако только излишняя (с точки зрения взрослых) двигательная активность не может служить поводом для такого диагноза. Это имеет право сделать только врач.

Как предположить, что ребёнок гиперактивный?

Основными проявлениями гиперактивности являются: дефицит внимания, импульсивность и повышенная двигательная активность.

Психологи предлагают ряд критериев выявления гиперактивности у ребёнка:

- дефицит активного внимания;
- плохо сосредоточивает внимание и удерживает его;
- не слушает, когда к нему обращаются;
- очень говорлив;
- начинает отвечать, не дослушав вопроса;
- с большим энтузиазмом берётся за задание, но так и не заканчивает его;
- испытывает трудности в организации деятельности;
- часто теряет вещи;
- часто бывает забывчив;
- избегает скучных и требующих умственных усилий заданий;
- двигательно расторможен;
- постоянно ёрзает;
- проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, бегает, забирается куда-то);
- спит намного меньше, чем другие дети, даже во младенчестве;
- импульсивен;
- не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает;
- не может контролировать и регулировать свои действия;
- поведение слабо управляемо правилами;
- при выполнении заданий ведёт себя по-разному и показывает при этом очень разные результаты.

Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы шесть из перечисленных признаков, родитель может предположить (но не поставить диагноз!), что ребёнок гиперактивен.

Каковы причины гиперактивности?

Причины проявления данного синдрома в настоящее время окончательно ещё не установлены. Но многие специалисты отмечают среди причин следующие:

- токсикоз беременности;
- патология родов;
- инфекции и интоксикации первых лет жизни малыша;
- генетические факторы;
- хронический алкоголизм родителей.

В основе гиперактивности лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД). Как подчёркивают специалисты, ММД сопровождается такими поведенческими проявлениями, как повышенная возбудимость, непоседливость, разбросанность, расторможенность, отсутствие сдерживающих начал, чувств вины и переживания.

Поведение гиперактивных детей может быть внешне похожим на поведение детей с повышенной тревожностью, поэтому родителям важно знать основные отличия поведения одной категории детей от других.

Гиперактивный ребёнок	Тревожный ребёнок.
Не контролирует поведение Постоянно импульсивен Двигательная активность Постоянно активен Характер движений - лихорадочный	Способен контролировать поведение Активен в определённых ситуациях Беспокойные, беспорядочные, напряжённые движения

Кроме того, поведение тревожного ребёнка социально неразрушительно, а гиперактивный часто является источником разнообразных конфликтов, драк и просто недоразумений.

С гиперактивными детьми можно и нужно много играть, заниматься. Психологи советуют подбирать игры так, чтобы детям было и интересно, и полезно. Также необходимо, чтобы игры были направлены на тренировку трёх важных функций – внимания, двигательной активности и импульсивности.

«Найди отличие».

Цель: развивать умение концентрировать внимание на деталях.

Ребёнок рисует любую несложную картинку (котик, домик и др.) и передаёт её взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько

деталей и возвращает картинку. Ребёнок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребёнок могут поменяться ролями.

«Ласковые лапки».

Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия, гармонизация отношений между ребёнком и взрослым.

Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату т т.д. всё это выкладывается на стол. Ребёнку предлагается оголить руку по локоть; взрослый объясняет, что по руке будет ходить «зверёк» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверёк» прикасается к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: «зверёк» будет прикасаться к щеке, колену, ладони.

«Броуновское движение».

Цель: развитие умения распределять внимание.

Участники игры встают в круг. Ведущий вкатывает в центр круга один за другим теннисные мячики. По правилам игры мячи не должны останавливаться и выкатываться за пределы круга. Их можно толкать ногой или рукой. Смысл игры – установить командный рекорд по количеству мячей в круге.

«Передай мяч».

Цель: снять излишнюю двигательную активность.

Сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу. Можно в максимально быстром темпе бросать мяч друг другу.

«Запрещённое движение».

Цель: игра с чёткими правилами организует, дисциплинирует детей, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъём.

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта участники игры повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнять. Тот, кто повторит запрещённое движение, выходит из игры.

Вместо показа движений можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют хором все цифры, кроме одной, запрещённой. Вместо неё надо хлопнуть в ладоши (или покружиться на месте).

Вы можете и сами придумывать игры с детьми. Успехов вам!