

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Центр развития ребенка - детский сад № 28

## Консультация для родителей



Консультацию подготовил:  
воспитатель высшей квалификационной категории  
Е.Б. Гостева

Яровое, 2020

# ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК

Поведение гиперактивных детей характеризуется излишней подвижностью, импульсивностью, высокой эмоциональностью, суетливостью. Такой ребенок неуправляем, не реагирует на запреты и ограничения взрослых, в любых ситуациях ведет себя одинаково активно: крутится, бегает, шумит (дома, в магазине, детском саду, на улице). Быстро и много говорит, перебивает взрослых, задает много вопросов, но редко выслушивает ответы. Ему трудно сосредоточить внимание на чем-то одном, он, как правило, не доводит начатое дело или игру до конца. Часто провоцирует конфликты между детьми, не контролирует свою агрессию – толкается, дерется и т.п.

Важно отличать гиперактивных детей от просто активных, легковозбудимых, демонстративных, эмоциональных. Это может сделать только специалист (психоневролог или психолог).

## Основные признаки гиперактивности

**Невнимательность.** Для таких детей характерна повышенная отвлекаемость, неумение сосредоточиться, концентрировать внимание.

**Повышенная активность.** Ребенок очень подвижен, неусидчив, постоянно находится в движении, к нему как будто подключили мотор.

**Импульсивность.** Ребенок не может ждать: начинает отвечать, не дослушав вопроса, не может дождаться своей очереди в игре и т.п., эмоционален, вспыльчив.

## РОДИТЕЛЯМ ВАЖНО ПОМНИТЬ, ЧТО:

- Ребенок не специально ведет себя так, чтобы доставить всем неприятности или кого-то разозлить. Он просто плохо управляет собственным поведением и эмоциями.
- Необходимо оберегать ребенка от переутомления, от избытка впечатлений (стараться не посещать с ним многолюдные места, ограничивать просмотр телевизора и т.п.), по мере возможности установить режим.
- Не следует запрещать активные действия, особенно в категоричной форме, нельзя кричать на ребенка — от шума, громкого голоса возбуждение только усиливается. Лучше направить его энергию в конструктивное русло, переключить на другое занятие, другую деятельность, по возможности предложить ему активно подвигаться.
- Воспитывать гиперактивного ребенка — огромная психологическая нагрузка для отдельно взятого родителя и для всей семьи, поэтому по мере возможности важно расширять круг знакомых и помощников, способных помочь ребенку в его деятельности и развитии.



## **Игры и упражнения для гиперактивных детей**

Чтобы помощь гиперактивным детям была своевременной, специалисты советуют использовать для их коррекции игротерапию - лечение игрой. Ведь дети в любом возрасте прежде всего любят играть.

### **Типы коррекционных игр**

**Коррекционно-развивающие игры для гиперактивных детей делятся на несколько типов:**

- Игры на развитие внимания.
- Игры для снятия мышечного и эмоционального напряжения.
- Игры, развивающие навыки управления.
- Игры, способные закреплять умение общаться.

**Существует несколько требований к ним, которые обязаны все соблюдать:**

- Все игры родители начинают вводить поэтапно, сначала начинают тренировать одну функцию. Если результат в играх виден, то подбираются дальше игры из следующей группы.
- Игровая деятельность осуществляется как индивидуально с ребенком, так и всей семьей.
- Старайтесь предугадывать переутомление ребенка, для этого во время переключайте внимание на другие объекты.
- Гиперактивный ребенок нуждается в контроле со стороны взрослого, поэтому старайтесь своевременно вводить поощрение и наказание в играх.
- Вся игровая деятельность развивается вместе с ребенком. В 2 - 3 года малыш может быть очень активным, ведь за день у него скапливается столько энергии, что ее надо куда-то выплескивать. Здесь как раз необходимо бегать, прыгать.

### **Что стоит делать родителям, чтобы правильно организовать игровую деятельность малыша:**

Постарайтесь подыграть ему. Если ребенок танцует и поет, то можно включить музыку и сказать, что он - артист, выступающий для игрушек. Или если дети бегают и прыгают по всей квартире, то можно поиграть вместе с ними, представляя себя охотником, а их - зайцами. Главная задача мамы - направлять и вовремя организовывать деятельность так, чтобы она не была бесцельной. В этом возрасте полезны будут игры с пластилином, различными крупами и водой, конечно, под присмотром взрослого.

В данной возрастной категории детей можно уже включать игры на развитие той или иной функции.

### **Игра «Раз, два, три говори!»**

Взрослый задает детям простые вопросы, но отвечать на них можно только тогда, когда они услышат команду: «Раз, два, три - говори!» Вопросы могут

быть такими: «Назови домашнее животное»; «Какой это цвет»; «Что эта за игрушка».

Очень хорошо снимают напряжение игры-этюды.

#### **Игра «Снеговик»**

Ребенок изображает снеговик - разводит напряженные руки в сторону, надувает щеки. Взрослый изображает солнышко, которое греет и поглаживает ребенка. Снеговик таит и медленно опускается на пол.

#### **Игра «Шарик»**

Дети представляют себя разноцветными воздушными шарами. Взрослый изображает насос, от движений которого шарики надуваются. Потом наступает хлопок руками, шарики лопаются и медленно опускаются на пол.

Различные игры и упражнения на внимание «Это лишнее»; «Найди отличия на картинке»; «Дотронься до цвета или предмета».

#### **Игра «Секрет»; «Найди сокровища»**

Ведущий закапывает игрушки, ракушки, камешки в песок, а ребенок с закрытыми глазами, ощупывая предмет, пытается узнать, что это и где находится, не раскрывая кулачок, или просто откапывает его.

## **С О В Е Т Ы ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ГИПЕРАКТИВНЫХ ДЕТЕЙ**

### **Обнимайте своего ребенка.**

Тактильный контакт для всех деток невероятно важен. А для маленького непоседы особенно. Для того, чтобы ребенок чувствовал себя любимым и счастливым, его нужно обнимать не меньше 8 раз в день, часто брать на руки, усаживать на колени и периодически устраивать шуточную возню с щекотанием, обниманием и целованием. Но никогда не устраивайте таких игр насильно, тактильный контакт только по обоюдному желанию.

### **Помогайте ему успокоиться и расслабиться.**

Разыгравшись, ребенок уже не может успокоиться сам. Процесс укладывания спать превращается в пытку для обоих. Поэтому не стоит ждать, когда малыш устанет до изнеможения и просто свалится с ног. Придумайте совместное спокойное занятие, порисуйте, сделайте расслабляющую и успокаивающую зарядку, почитайте книжку.



# Как преодолеть капризы?

Сначала нужно понять причины капризов и упрямства.

Ими могут быть:

- Нарушение режима дня
- Обилие новых впечатлений
- Плохое самочувствие во время болезни
- Переутомление (физическое, психологическое)

Преодолеть капризы можно, если:

- Все члены семьи будут иметь единые требования к ребенку
- Будут тверды в позиции, дадут понять значение слова «нельзя»
- Научат ребенка хотеть, т.е. вырабатывать настойчивость в достижении цели.
- Будут развивать у ребенка самостоятельность в совместной со взрослыми деятельности.

