

Коррекция двигательной сферы дошкольников с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью

**Ершова Елена Николаевна,
старший воспитатель
МБОУ Школа № 12 г.о. Самара**

Проблема воспитания и обучения детей с повышенной двигательной активностью волнуют педагогов, психологов, родителей.

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) - самое распространённое психоневрологическое расстройство. СДВГ является самой частой причиной нарушений поведения и трудностей обучения в дошкольном и школьном возрасте, проблем во взаимоотношениях с окружающими, и в результате – заниженной самооценки.

Основные проявления СДВГ включают:

- нарушение внимания (дефицит внимания);
- признаки импульсивности и гиперактивности.

Признаки нарушения внимания:

- ребёнок не может сосредоточиться, делает много ошибок из-за невнимательности;
- ему трудно поддерживать внимание во время игры или при выполнении задания;
- легко откликается на посторонние стимулы;
- не может до конца закончить поставленную задачу;
- слушает, но, кажется, что не слышит;
- избегает выполнения задач, требующих постоянного внимания;
- плохо организован;
- часто теряет личные вещи;
- забывчив.

Признаки гиперактивности/импульсивности:

- ребёнок суетлив;
- не способен усидеть на одном месте;

- много, но нецеленаправленно двигается (бегает, крутится, ёрзает на своём месте);

- не может тихо и спокойно играть или заниматься чем-то на досуге;

- болтлив;

- часто начинает отвечать, не дослушав вопрос;

- с трудом дожидается очереди в различных ситуациях;

- в разговоре часто прерывает, мешает окружающим.

Ведущей деятельностью в дошкольном возрасте является игровая деятельность и существует множество игр для гиперактивных детей, которые:

1. Научат контролировать импульсивность;

2. Покажут способы контроля двигательной активности;

3. Разовьют внимание;

4. Сформируют усидчивость;

5. Выработают умения следовать групповым правилам и выполнять инструкции.

Как играть с гиперактивными детьми?

При подборе игр (особенно подвижных) следует учитывать такие индивидуальные особенности гиперактивных детей, как:

- неумение длительное время подчиняться групповым правилам;

- быстрая утомляемость;

- неумение выслушивать и выполнять инструкции.

В игре гиперактивным детям трудно дожидаться своей очереди и считаться с интересами других. Поэтому включать таких детей в коллективную работу целесообразно поэтапно. Начинать можно с индивидуальной работы, затем подключать ребёнка к играм в малых подгруппах и только после этого переходить к коллективным играм.

При работе с гиперактивными детьми необходимо помнить, что им свойственны дефицит внимания, импульсивность и сверхактивность. Поэтому желательно использовать игры с чёткими правилами и игры, способствующие развитию внимания.

Тренировку слабых функций следует проводить тоже поэтапно, на первых порах надо подбирать такие упражнения и игры, которые способствовали развитию только одной функции. Например, игры, направленные на развитие только внимания, или игры, которые учат ребёнка контролировать свои пока ещё импульсивные действия.

Целесообразно предложить три группы развивающих игр, направленных на тренировку:

- внимания;
- усидчивости;
- контроля импульсивности – выдержки.

Игра «Филин в карауле»

Цель игры: учить детей следовать групповым правилам.

Все участники игры – звери в лесу, которые веселятся на небольшой поляне. Но так как в любой момент может прийти охотник, звери поставили в караул филина, чтобы тот предупредил их об опасности. Филин «сидит на дереве» и смотрит вокруг (филин находится на видном месте). Как только филин увидит воображаемого охотника, он приседает на корточки и приставляет указательный палец к губам. Все звери должны сделать то же самое: присесть на корточки или сесть на пол, перестать издавать любые звуки и поднести указательный палец к губам, чтобы охотник их не услышал и не заметил. Как только все выполняют эту команду, ребёнок, играющий роль филина, выбирает кого-то другого на свою роль и игра продолжается.

Для того чтобы придать игре больше азарта, можно ввести следующее правило: тот, кто присядет на корточки последним, выбывает из игры. Эта игра доставляет массу удовольствий.

Игра «Говори»

Цель игры: учить детей следовать групповым правилам.

Дети сидят в кругу. Взрослый говорит: «Я буду задавать вопросы, но отвечать на них можно будет только после того, как я дам команду «Говори!» отвечать можно всем вместе. Но только после команды» Давайте

потренируемся: «Какое сейчас время года? Говори! Какого цвета у нас занавески? Говори! Какой сегодня день недели? Говори!»

В эту игру можно научить играть родителей гиперактивных детей.

В данной игре попутно можно изучать свойства предметов: цвет, форму, размер, материал и т.д.

Игра «Давайте поздороваемся»

Цель игры: разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст возможность гиперактивному ребёнку почувствовать своё тело, снять мышечное напряжение. Смена партнёров по игре поможет избавиться от ощущения отчуждённости.

Дети по сигналу начинают хаотично двигаться по комнате и здороваться со всеми, кто встречается на их пути (возможно, что кто-либо из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания).

Здороваться надо определённым способом:

- 1 хлопок – здороваемся за руку;
- 2 хлопка – здороваемся плечиками;
- 3 хлопка – здороваемся спинками.

Рекомендации ведущему: для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

Игра «Занимательная математика»

Цель игры: развитие координации движений, умения действовать в команде, выполнять инструкции взрослого.

Дети стоят в кругу. Ведущий их просит построиться, образовав:

- геометрическую фигуру (круг, треугольник, квадрат, трапецию, прямоугольник);
- цифру.

Даже для старших дошкольников эта игра сложна и требует участия взрослого.

Игра «Хвосты»

Цель игры: развивать координацию движений.

Каждый ребёнок получает «хвост» - бумажную ленту-липучку или яркую пластмассовую прищепку – он закрепляется на одежде.

Все играющие двигаются по комнате под музыку и стараются оторвать как можно больше «хвостов» у других ребят, в то же время охраняя свой «хвостик». Как только музыка стихнет, все замирают и осматриваются.

В конце игры все ребята рассказывают, какой способ оказался для них самым удачным, и показывают «трофеи».

Игра «Разведчики»

Цель игры: развитие произвольного внимания.

Взрослый показывает детям фотографию предмета (для детей от 3-х лет) или фрагмент предмета, находящегося в помещении. Игроки должны как можно скорее отыскать этот предмет в комнате и показать его. Усложнить игру можно, попросив детей, кто узнает и найдёт предмет, не говорить вслух его название и не показывать до тех пор, пока не будет команды взрослого (или взрослый сообщает, что спрашивать будет только того ребёнка, который поднимет руку последним).

Игра «О рыбаке и рыбке»

Цель игры: развитие концентрации внимания, восстановление умственной и телесной работоспособности, пробуждение любознательности.

Дети делятся на пары. Один расставляет руки и держит их на уровне бёдер, примерно в 25 см друг от друга. Это «ловушка, сеть для рыбы». Задача второго – провести свою руку между обеими сторонами ловушки, не касаясь её. Ловушка в любую секунду может захлопнуться, и рыба окажется «в сети». Если рыбак поймал рыбу, то они меняются ролями.

Данные игры позволят произвести коррекцию поведения гиперактивных детей.

Литература:

1. Габдракипова В.И., Эйдемиллер Э.Г. Психологическая коррекция детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью. Программа, методические рекомендации.-М.:УЦ «Перспектива», 2014.-44с.

2.Лютова-Робертс Е.,Монина Г. Игры для гиперактивных детей. - Издательство «Речь», 2011.

3.Широкова Г.А. Справочник дошкольного психолога. - Изд. 6-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 382с.