

**Методы и приёмы работы с детьми  
с проблемами двигательной расторможенности  
и неустойчивости внимания**

***Как заниматься с гиперактивным ребёнком:***

1. Режим. У детей (тем более гиперактивных) недостаточно развита функция прогнозирования, поэтому для них (как бы банально это не звучало) так важен режим. Причём, не только «подъём-сон-еда», но и просмотр мультфильмов, продолжительность игр и занятий — они должны быть адекватны возрасту, потребностям и возможностям ребёнка.
2. Не «выдёргивайте» ребёнка из какого-либо процесса (игры в «лего», просмотра мультфильма или любимого рисования) едой или переключением на другую деятельность (тем более, если это - важное развивающее задание). Фраза-призыв, типа «всё, вставай, пошли заниматься», только отвратит желание ребёнка, включив упрямство и негативизм. Необходимо подготовить «переход» к другой деятельности заранее: «когда закончишь рисунок, пойдём заниматься» (если дорисовать осталось совсем немного) или «через 10-ть минут начнём заниматься» (если процесс постройки «лего» только в самом начале). Если ребёнок начинает канючить («ещё 5-ть минуток» или «ну ещё один мультик»), не «торгуйтесь» с ним, не уговаривайте и не начинайте авторитарно угрожать «крайними санкциями» («я сейчас вообще заберу "лего" и отдам его соседской девочке»). В такой ситуации ребёнок огорчится ещё больше, окончательно потеряв самообладание и желание заниматься тем, к чему вы его так настойчиво призывали. Просто «уведомите» его (спокойным и ровным тоном) о том, что «через 10-ть минут» начнёте заниматься и, сославшись на «убегающее молоко», степенно удалитесь на кухню. Когда вы вернётесь, фраза «мы же договорились» несколько «обезоружит» ребёнка (ведь «торг» в этот раз не состоялся). Для закрепления положительного результата снова используем стимуляцию (смотрите выше). Оговоренного времени будет достаточно для подсознательной «внутренней» подготовки ребёнка и, постепенно, реакции негативизма «сойдут на нет».
3. Обязательным является установленный контакт, позволяющий привлечь внимание ребенка. Это может быть взгляд, слово, фраза (например: «Начинаем

- работать, будь внимателен»), и только после этого можно что-то объяснять.
4. Минимизация пространства. При организации занятий с непоседами имеет значение все, что окружает ребенка. Если ребёнок рисует, то на столе должны быть - чистый лист бумаги и карандаши (то есть, полное отсутствие «лишних», отвлекающих предметов).
  5. Режим тишины во время занятий. Договоритесь с домашними: пока ребёнок занимается, папа не включает радио или телевизор, а бабушка не делает на кухне отбивных и т.д. Также надо стараться не разговаривать громко, чтобы не мешать ребёнку сосредоточиться. Это отвлекает любого человека, а уж гиперактивных детей и подавно.
  6. Правило «От простого к сложному» поможет создать ситуацию успеха для мотивации. Несмотря на то, что усталость «нарастает», ситуация успешности стимулирует ребёнка выполнить и более сложные задания. Обратная ситуация, когда ребёнок встречается с непреодолимой трудностью (ситуация неуспешности), уже в самом начале блокирует желание что-либо выполнять.
  7. «Конкретность и простота» инструкции. Несмотря на высокий уровень интеллектуального развития, гиперактивным детям иногда приходится два-три раза объяснять одно и то же задание, два-три раза давать инструкцию. Это происходит не потому, что ребенок неспособный, непонятливый, а потому что он выхватывает только часть фразы, часть инструкции. Именно поэтому любая инструкция, которая дается гиперактивному ребенку, должна быть однозначна, понятной и короткой (не более 10-ти слов). Пример: Не «перестань крутиться, закрась кружки красным и сложи карандаши на место!», а по частям, конкретно и просто: «закрась кружки красным», «положи карандаши обратно в пенал».
  8. Гиперактивные дети лучше работают, если материал им уже знаком. Поэтому сегодня можно озвучить то, о чем будете говорить завтра на занятии, тогда есть гарантия, что занятие не пройдет впустую. Непосредственно перед началом работы с ребёнком желательно заранее оговорить правила проведения занятия.
  9. «Система поощрений». В процессе занятий не забудьте чаще подбадривать («С каждым разом у тебя получается лучше и лучше!») и поощрять детей («Как только закончим, пойдём кататься на роликах» и т.д.). Причём, не только за хорошее поведение и хорошо выполненное задание (это им, к сожалению,

удаётся не всегда), но и за старание, за желание работать, за ту часть работы, которая у них действительно получилась. Это приободрит их, даст новые силы и простимулирует продолжить занятие до конца, поможет развить познавательную мотивацию к последующим занятиям.

10. Минимизируйте режим «нельзя». Гиперактивные дети живут в обстановке «нельзя». Поэтому, чётко определите, что точно нельзя («нельзя бить детей», «нельзя перебегать улицу на красный свет» и т.д.). Не реагируйте на все проявления ребёнка по шаблону - жить, где «всё нельзя», тяжело даже для взрослого!. Так, если «здесь и сейчас» для вас важен процесс выполнения задания, вы не требуете от ребёнка «3 в 1» («сядь ровно, не болтай ногами, пиши красиво»). Помним, стереотипное раскачивание на стуле (к примеру), гиперактивный ребёнок может использовать для снятия психического напряжения и активизации внимания (в данном случае в «помощь» включаются проприоцептивные функции организма).
11. Устраивайте минутки-передышки, разрядки («Принеси мне из кухни кружку», «Выключи, пожалуйста, свет в коридоре»). Такое "блиц-задание" (которое каждая мама, зная своего ребёнка, придумает лучше любого специалиста) позволит ребёнку, немного отдохнув, продолжить работу, которую в полном объёме сделать сразу ему не по силам.