



«Советы для родителей и учителей, как правильно учить гиперактивных детей»



Ребёнок не может долго заниматься одним и тем же и часто отвлекается. Резко срывается с места и начинает носиться по комнате или школе. Всё это могут быть признаки синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ). Паниковать рано! Таких детей тоже можно успешно учить, если знать, как с ними работать.

1. Ребёнку нужно постоянно двигаться.



Он отвлекается, разговаривает на уроках, крутится, раскачивается, сидит, подложив ноги под попу, при утомлении его моторная активность повышается. Это связано с особенностями работы мозга у детей с СДВГ. Нужно, чтобы в мозг постоянно поступали питательные вещества, а это возможно только при движении. Если гиперактивного ребёнка заставить сидеть спокойно, ему будет сложнее думать. Поэтому учителям нужно позволить детям двигаться во время урока. Например, если ребёнок утомляется, предложить походить по классу (найти для этого какой-то законный повод!) или дать физическое задание: протереть с доски, раздать тетради, сходить за водой.

2. Ребёнок быстро устаёт от рутины. Ему становится невыносимо скучно делать однотипные задания, если он уже в них разобрался. В других странах детям с СДВГ на 30% снижают количество однотипных заданий (в том числе домашних заданий), а учителя не требуют, чтобы дети выполняли все примеры, если ребёнок усвоил тему. В случае СДВГ повторение никак не влияет на качество усвоения материала. Хорошо если такие дети могли бы во время урока рисовать в черновике или крутить что-то в руках. Они склонны делать несколько дел одновременно, и это никак не влияет на качество восприятия информации на уроке. В противном случае, ребёнок начинает отвлекать своих соседей и разговаривать с ними.

3. Дети с СДВГ часто не очень аккуратно оформляют домашние работы. В тетрадях много исправлений, помарок. Поэтому учителям стоит смотреть на содержание работы, а не на оформление, и помнить, что снижение оценок за плохо оформленную работу будет снижать мотивацию к учёбе.

4. Гиперактивные дети боятся больших объёмов. Если такому ребёнку сразу дать 20 примеров, он испугается. Но если ребёнку дать те же 20 примеров на отдельных карточках пять раз по четыре примера — он сделает все и гораздо быстрее. Кроме того, это ещё и хорошая возможность подвигаться между получением следующей карточки. То есть просто нужно делить большие объёмы заданий на несколько маленьких частей.



5. Ребёнок может что-то забывать. Например, как выполнять какое-то задание или вообще конечную цель работы (плохая оперативная память). В итоге детям опять снижают оценки, мотивация падает. Нужно концентрировать внимание ребёнка на всех пунктах задания в упражнении, спрашивать, что нужно не забыть сделать. Кроме того, гиперактивные дети часто забывают свои вещи. Можно напоминать ребёнку об этом или поощрять, если он не забыл взять свои вещи. Эффективен метод «напоминалок» — маленьких записок, наклеек на пенале, благодаря которым ребёнок может вспомнить что-то с собой взять, сделать или куда-то сходить.



6. Ребёнок часто отвлекается. Желательно посадить его ближе к учителю, чтобы было легче сосредоточиться. Если ребёнок отвлётся, слегка прикоснитесь к его руке, чтобы он смог снова сконцентрировать внимание. Или обсудите с ребёнком, как помочь ему не отвлекаться на уроке.



7. Гиперактивные дети плохо ориентируются во времени. Это никак не связано с интеллектуальным развитием ребёнка. Он просто не замечает, что прошло больше времени, чем он думал. В результате опаздывает и не успевает что-то доделать. В таких случаях нужно либо постоянно напоминать ему время, либо научить ребёнка ставить таймер, либо самому ставить таймер (или песочные часы) так, чтоб он их видел.

8. Дети с СДВГ импульсивны. Такому ребёнку трудно удержаться и не выкрикнуть ответ, если он его знает. Трудно не вмешаться в процесс, если происходит что-то для него интересное. На уроках можно ввести специальные таблички, на которых дети могут писать ответ на вопрос учителя, чтобы им не надо было терпеть, если отвечает другой ученик. Или придумать поощрение, если он сдержался и не перебил одноклассника.

Позаботьтесь о режиме дня.

Питание. Еда для таких деток должна быть полезной. Исключите сладости, продукты с искусственными добавками, колбасы, полуфабрикаты. Улучшить работу мозга можно приемами комплекса витаминов в межсезонье.

Телевидение. Ограничивайте просмотр телепередач агрессивного содержания.

Секции. Спортивные занятия направят энергию живчика в позитивное русло. Доброжелательные и бесконфликтные отношения в семье уменьшат разрушительную активность.

Не жалейте слов похвалы для слишком активных детей. Для них важно осознавать, что они на пути к победе над негативизмом.

**Подготовил: педагог- психолог
Краузе Ю.С.**