

# Консультация для родителей:

## «Игры для гиперактивных детей»



Подготовила: педагог-психолог:

Ветрова И.А.



Что такое гиперактивность ?

«Активный»- деятельный, действенный.

«Гипер»-указывает на превышение нормы.

Гиперактивность у детей проявляется несвойственными для нормального, соответствующего возрасту, развития ребенку невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью. Такой малыш не может сидеть на месте, постоянно находится в движении, при этом все его действия спонтанны и непоследовательны. Часто такое состояние сопровождается дефицитом внимания.

### **Как вести себя с гиперактивным ребенком:**

Гиперактивный должен быть окружен вниманием, любовью. Как и обычных детей его возраста таких ребятшек стоит водить на кружки, спортивные секции, развивающие занятия. При правильном взаимодействии можно получить неплохие результаты, научить ребенка усидчивости, самоконтролю, самоорганизации, улучшить память, внимание. Для достижения этих целей проводят психокоррекционные занятия в интересной игровой форме. Принципы общения с гиперактивными детьми такие же, как и с обычными детками, только помноженные, минимум, на два.

### **Игры с гиперактивными детьми.**

«**Давайте поздороваемся**». По сигналу ведущего дети хаотично двигаются по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути. Здраваться надо определенным образом: 1 хлопок – здороваемся за руку; 2 хлопка – здороваемся плечиками; 3 хлопка – здороваемся спинкам. Для полноты тактильных ощущений можно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

### **«Кричалки, шепталки, молчалки».**

Из разноцветного картона сделать три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это – сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку», можно бегать, кричать сильно шуметь; желтая ладонь – «шепталка» – означает, что можно тихо передвигаться и шептать; на сигнал «молчалка» – синяя ладонь – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалкой».

### **«Клубочек»**

Цель: Обучение ребенка одному из приемов саморегуляции.

Содержание: Распалившемуся ребенку можно предложить сматывать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше.

Взрослый сообщает ребенку, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только мальчик или девочка начинает его сматывать, так сразу же успокаивается.

Когда подобная игра станет для ребенка привычной, он сам обязательно будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, как почувствует что он огорчен, устал или «завелся».

### **«Игры с песком и водой».**

Специалисты считают, что игры с песком и водой просто необходимы для гиперактивных детей. В эти игры не обязательно играть только летом у озера. Можно их организовать и дома. Такие игры успокаивают ребенка.

Первое время взрослые должны помочь ребенку в организации игры.

Желательно, чтобы они выбрали соответствующие игрушки: лодочки, тряпочки, мелкие предметы, мячики, трубочки и др.

Если кто-то из родителей не хочет вносить в дом песок (а затем делать уборку в квартире), можно заменить его крупой, предварительно поместив ее в горячую духовку.

### **«Час тишины и час "можно"».**

Договоритесь с ребенком о том, что, когда он устанет или займется важным делом, будет наступать час тишины. Он должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать. Но в награду за это иногда у него будет час «можно», когда разрешается прыгать, кричать, бегать. «Часы» можно чередовать в течение дня, а можно устраивать их в разные дни. Лучше заранее оговорить, какие конкретные действия разрешены, а какие запрещены. При помощи этой игры можно избежать нескончаемого потока

### **«Птичка»**

Игра развивает мышечный контроль и учит преодолевать импульсивность.

Правила: Дошкольнику дают в руки небольшую мягкую игрушку. Взрослый говорит: «К тебе прилетела птичка. Она очень маленькая, нежная и беззащитная. Посмотри, как она дрожит. Птичка боится коршуна. Поговори с ней, поддержи и успокой». Ребенок гладит птичку и говорит ей добрые слова. Успокаивая ее, он успокаивается сам.



### «Дождик»

Игра развивает координацию движений, внимание. Она учит подчиняться правилам игры и помогает ребенку эмоционально разрядиться. Правила: Взрослый рисует мелом на асфальте или палочкой на песке домик для себя и ребенка (детей). Это могут быть обычные кружки. По сигналу «солнышко» все гуляют вокруг своего домика, бегают и прыгают. По команде «дождик» нужно спрятаться в домик и скрестить руки над головой, сделав подобие крыши. Кто зазеваается – выбывает из игры.

### «Что изменилось?»

Игра развивает зрительную память и внимание. Правила: Поставьте перед дошкольником 4–6 игрушек. Попросите запомнить их. Через минуту спрячьте одну игрушку. Ребенок должен назвать игрушку, которая пропала. Для усложнения игры можно добавлять количество игрушек, прятать большее количество, ничего не убирать, а просто менять предметы местами.