Гиперактивный ребёнок

Памятка родителям и педагогам

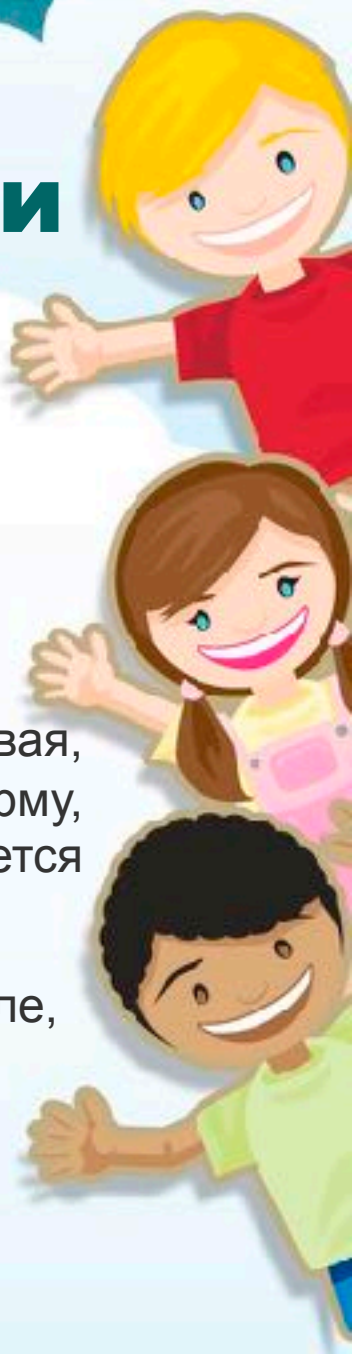
Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)

СДВГ — это полиморфный клинический **синдром**, главным проявлением которого является нарушение способности ребенка контролировать и регулировать свое поведение, что выливается в двигательную **гиперактивность, нарушения внимания** и **импульсивность.**

Гиперактивность - состояние, при котором двигательная, речевая, психическая активность и возбудимость человека превышает норму, является неадекватной и непродуктивной. **Гиперактивность** является признаком неуравновешенной нервной системы.

Дефицит внимания: ребёнок не может сосредоточится на деле, удержать внимание на чём-то.

Двигательная расторможенность: чрезмерное количество движений, высокая подвижность, неусидчивость, суетливость поведения. Усиливается, когда ребёнок устал. Носит хаотичный характер и выглядит неуправляемой.



Триада симптомов:

- ✓ **Невнимательность («дефицит» внимания)**
- ✓ **Импульсивность**
- ✓ **Гиперактивность**

- ребёнок не может удерживать внимание на одном деле дольше 5 минут;
- постоянно отвлекается во время выполнения дела;
- неусидчив;
- постоянно меняет позу, когда сидит;
- двигается больше и суетливее, чем его ровесники;
- много «болтает»;
- чем сильнее устал, тем меньше способен сосредоточиться и тем более двигательно расторможен;
- не может сконцентрировать внимание, даже когда увлекается заданием и пытается сосредоточиться;
- не доводит дело до конца, не заканчивает начатое;
- быстро теряет ко всему интерес;
- постоянно меняет игры и занятия;
- импульсивен: делает, не обдумывая, «лезет, не разбирая дороги»;

Гиперактивность

- совершает суетливые движения руками и ногами;
- часто вскакивает со своего места;
- гиперподвижен в ситуациях, когда гиперподвижность неприемлема;
- не может играть в «тихие» игры;
- всегда находится в движении;

Дефицит внимания

- не обращает внимания на детали и допускает ошибки в работе;
- с трудом поддерживает внимание в работе и игре;
- не слушает то, что ему говорят;
- не в состоянии следовать инструкциям;
- не может организовать игру или деятельность;
- имеет сложности в выполнении заданий, требующих длительной концентрации внимания;
- часто теряет вещи;
- часто и легко отвлекается;

Импульсивность

Ребенок импульсивен

(т.е. не способен остановиться и подумать, прежде чем заговорить или совершить действие),

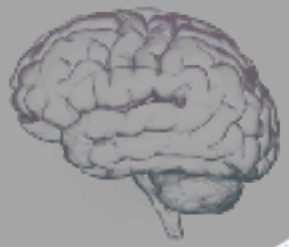
если он:

- отвечает на вопрос, не выслушав его;
- не может дождаться своей очереди;
- вмешивается в разговоры и игры других.

Помните, ребёнок не виноват

Ребёнок ведёт себя так не «назло» вам.

Это особенности его нервной системы.



Гиперактивность - не результат плохого воспитания.

Замечания, наказания, попытки пристыдить не действуют на таких ребят.

Помните,
ребёнку нужно движение

Гиперактивному ребёнку нужно движение.
Сдерживать активность бесполезно.

Полезно использовать физкультминутки или направить энергию ребёнка в нужное русло – попросить что-то принести, полить цветы и т.п.

Важно чувство успеха

Чувство успеха очень важно для гиперактивного ребёнка.

Используйте на занятиях элементы игры и соревнования.

Помогут задания и ситуации, в которых ребёнок сможет показать свои сильные стороны.

Замечайте и поощряйте успехи и позитивные поступки ребёнка.

Помните

Гиперактивным детям очень сложно удержать внимание

Разбивайте большие задания на маленькие части - этапы

Проверяйте ребёнка на каждом этапе

Ключ к успеху

Тактильный контакт – ещё один ключ к успеху.

Чтобы успокоить ребёнка, полезно взять его за руку, погладить по голове и т.д.

Во время занятий ребёнку лучше сидеть рядом с вами.

Важно
развитие саморегуляции

- Для развития саморегуляции полезно использовать игры с чёткими правилами, помогающие развивать внимание и контроль над собой. Например: «Съедобное-несъедобное» и др.

- Мелкая моторика – ещё одна мишень. Учась управлять собой, ребёнок учится управлять собой.

БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!

Солдатенко Н.Д., педагог-психолог