**Что такое гиперактивность?**

"Гипер...” — (от греч. Hyper — над, сверху) — составная часть сложных слов, указывающая на превышение нормы. Слово "активный” пришло в русский язык из латинского "a tivus” и означает "действенный, деятельный”.

**Портрет гиперактивного ребенка**

в каждой группе детского сада, в каждом классе встречаются дети, которым трудно долго сидеть на одном месте, молчать, подчиняться инструкциям. Они создают дополнительные трудности в работе воспитателям и учителям, потому что очень подвижны, вспыльчивы, раздражительны и безответственны. Гиперактивные дети часто задевают и роняют различные предметы, толкают сверстников, создавая конфликтные ситуации. Они часто обижаются, но о своих обидах быстро забывают. Известный американский психолог В. Оклендер так характеризует этих детей: *"Гиперактивному ребенку трудно сидеть, он суетлив, много двигается, вертится на месте, иногда чрезмерно говорлив, может раздражать манерой своего поведения. Часто у него плохая координация или недостаточный мышечный контроль. Он неуклюж, роняет или ломает вещи, проливает молоко. Такому ребенку трудно концентрировать свое внимание, он легко отвлекается, часто задает множество вопросов, но редко дожидается ответов”.*

**Критерии гиперактивности** (схема наблюдений за ребенком)

**Дефицит активного внимания:**

1. Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание.

2. Не слушает, когда к нему обращаются.

3. С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.

4. Испытывает трудности в организации.

5. Часто теряет вещи.

6. Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий.

7. Часто бывает забывчив. Двигательная расторможенность

1. Постоянно ерзает.

2. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегает, забирается куда-либо).

3. Спит намного меньше, чем другие дети, даже во младенчестве.

4. Очень говорлив.

**Импульсивность:**

1. Начинает отвечать, не дослушав вопроса.

2. Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает.

3. Плохо сосредоточивает внимание.

4. Не может дожидаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза).

5. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабо управляемо правилами.

6. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты. (На некоторых занятиях ребенок спокоен, на других — нет, на одних уроках он успешен, на других — нет).

Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы шесть из перечисленных признаков, можно предположить (но не поставить диагноз!), что ребенок, за которым он наблюдает, гиперактивен.

**Шаргалка для взрослых или правила работы с гиперактивными детьми**

*1. Работать с ребенком в начале дня, а не вечером.*

*2. Уменьшить рабочую нагрузку ребенка.*

*3. Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физкультминутки.*

*4. Быть драматичным, экспрессивным педагогом.*

*5. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.*

*6. Посадить ребенка во время занятий рядом с взрослым.*

*7. Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).*

*8. Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее.*

*9. Давать короткие, четкие и конкретные инструкции.*

*10. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний.*

*11. Поощрять ребенка сразу же, не откладывая но будущее.*

*12. Предоставлять ребенку возможность выбора.*

*13. Оставаться спокойным****.*** *Нет хладнокровия - нет преимущества!*

Если вы идете со своим ребенком в парк, кинотеатр или в гости, заранее объясните ему правила поведения. Например: "Когда мы выйдем из дома, ты должен дать мне руку и не отпускать ее, пока не перейдем улицу. Если ты все сделаешь правильно, я дам тебе жетон. Когда мы сядем в автобус...” и т.д. Затем определенное количество полученных за правильное поведение жетонов можно будет обменивать на приз (конфету, игрушку и т.д.). Если ребенок будет очень стараться, но случайно что-то сделает не так, то его можно и простить. Пусть он чувствует себя успешным.



**ГКУСО «Курский СРЦН «Надежда»**



Педагог-психолог отделения социальной реабилитации

Быстрова О.А.

Ст.Курская – 2014 г.