



## Гиперактивный ребенок

### Особенности гиперактивных детей:

1. Беспоконные движения в кистях и стопах. Сидя на стуле, ребенок корчится, извивается.
2. Неумение спокойно сидеть на месте, когда это требуется.
3. Легкая отвлекаемость на посторонние стимулы.
4. Неумение дожидаться своей очереди во время игры и в различных ситуациях в коллективе.

ситуациях в коллективе.

5. Неумение сосредоточиться: на вопросы часто отвечает не задумываясь, не выслушав их до конца.
6. Сложности (не связанные недостаточностью понимания) при выполнении предложенных заданий.
7. С трудом сохраняемое внимание при выполнении заданий или во время игр.
8. Частые переходы от одного незавершенного действия к другому.
9. Неумение играть тихо, спокойно.
10. Болтливость.
11. Мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в игры других детей).
12. Часто складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.
13. Частая потеря вещей (например, игрушек, карандашей, книг).
14. Способность совершать опасные действия, не задумываясь о последствиях.

### ТЕХНОЛОГИИ ПОМОЩИ ДЕТЯМ С СДВГ

Медикаментозная поддержка, создающая благоприятный фон для всех других форм помощи.

Тесное сотрудничество ДОО и родителей в организации эффективной помощи.

Четкое планирование действий ребенка (распорядок дня и т.п.).

Снятие ограничений по времени при выполнении заданий в группе.

Привязка содержания учебно-познавательных действий к собственным интересам детей.

Позитивное подкрепление учебной деятельности детей и мотивирование детей к учебно-познавательной деятельности, особенно на пороге школы.

Развитие самоконтроля и повышение самооценки, например, заключение договора с ребенком на каждую неделю, ведение самооценки по ступенькам успеха.

Положительный эмоциональный фон дома, в группе, на прогулке

### НОРМАЛИЗАЦИЯ ОБЩЕГО ТОНУСА МЫШЦ ТЕЛА (КИНЕСТЕТИЧЕСКАЯ КОНЦЕНТРАЦИЯ ВНИМАНИЯ)

Растяжки – звезда, качели, растяжка на фитболе, баланс руки и ноги на фитболе, кобра, натянутый лук, растяжка «ахиллова» сухожилия стоя у стула.

Массажи – массаж ушных раковин, массаж и самомассаж рук, самомассаж головы, самомассаж стоп.

### УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ВЕСТИБУЛЯРНО-МОТОРНОЙ КООРДИНАЦИИ

Прыжки на батуте

Упражнения на упругих эластичных мячах

Плавание

Качание на качелях, каруселях

Ходьба по скамейке, бровке тротуара, буму

Скатывание с горки

### УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СЕНСОРНОЙ СИСТЕМЫ

Ароматерапия – анис, мята, апельсин успокаивают импульсивность;

бергамот, гвоздика- повышают концентрацию внимания; жасмин, грейпфрут – тонизируют психику.

Работа с бархатной бумагой, глиной, песком, рисование пальцами (пуантизм)

Игра «Слепой мешочек»

Игра «Буквы» под тканью узнать буквы или цифры

Игра «Отгадай-ка» дается в руку любой предмет, отгадать наощупь

Игра «Рисунок на спине, ладошке, стопе»



## УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СЛУХОВОГО ВНИМАНИЯ

«Рисование шумов»- лесного ручейка, морского прибоя, криков дельфинов, птиц, шума дождя и др.

«Шумящие коробочки» (в коробочках рис, крупа, песок, скрепки, бумажные шарики)

«Послушай тишину» –звуки за окном, в комнате, свое дыхание, работу сердца.

«Угадай чей голосок»

«Шифровка» детям предлагается мысленно разбить слово на слоги и после каждого слога добавлять приставку (фи, пи, мек, хве и др.) – махве-махве (мама)

## УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СЛУХОМОТОРНОЙ КООРДИНАЦИИ

Фелино или гаттотерапия (общение с кошками)

Ритмика, хореография, теннис

Хлопки в парах или по кругу (передать ритм хлопками)

«электрический ток» передать ритм по кругу

«Оркестр» угадай озвученную игрушку

«Барабанщик»



## УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ СЛУХО-МОТОРНОЙ КООРДИНАЦИИ, ЗРИТЕЛЬНОЙ ПАМЯТИ

Наблюдение за пламенем свечи, костра, камина, елочной гирляндой, облаками – 3-5 минут

Конструкторы, леготерапия, пазлы, мозаики

Цветотерапия (наблюдать и различать цвета спектра)

«Назови имя» – описание внешнего вида ребенка

«Узнай позу»

«Вспомни картинку» не менее 10

«Краски-глазки»

Глазодвигательная гимнастика

## УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК

«Театр пальчиков»

Змейки, Бусинки, Карандаши

Пальчиковая гимнастика

## УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КРУПНОЙ МОТОРИКИ И МЕЖПОЛУШАРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

«Парад» –хлопки руками с ходьбой

Прыжки с одновременными хлопками рук

«Постучалочки»

«Гусеница»

«Крабики»

«Топор-пила»- одной рукой пилить, другой рубить

«Я хороший»- гладить себя по голове и животу одновременно руками

## ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

«Собачке жарко»

«Певец»

«Хомячок»-пошмыгать носиком

«Антистрессовое дыхание»- представить, что внутри вас надувается шарик, задержать дыхание, расслабиться

## УПРАЖНЕНИЯ НА РЕЛАКСАЦИЮ

«Солнышко и тучка»

«Игра с песком»

«Моя неделя, мой день, моя жизнь» детям предлагается нарисовать картину своего дня телом.

«Мой сон» – нарисуйте его движением.

