



Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

Игры для терапии гиперактивных детей, методики самопознания и релаксации

Занятие №3



Вопросы темы:

- Сущность гиперактивного поведения;
- Рекомендации по организации заботы о гиперактивном ребенке;
- Игры коррекции дефицитарных функций у гиперактивных детей.



Гиперактивность — состояние, при котором двигательная активность и **возбудимость** человека **превышает норму**, является неадекватной и непродуктивной^[1].

Гиперактивность является признаком неуравновешенной нервной системы.



Ваши прогнозы о будущем ребенка:

- Эмоциональное благополучие?
- Успешность в НОД?
- Социализированность?



Проблемы гиперактивных (импульсивных) детей

- не могут долго играть со сверстниками, устанавливать и поддерживать дружеские отношения, среди детей являются источником постоянных конфликтов;
- страдают от постоянных сравнений с братьями и сестрами, поведение и учеба которых ставится им в пример;
- недисциплинированы, непослушны, не реагируют на замечания, что сильно раздражает родителей, вынужденных прибегать к частым, но нерезультативным наказаниям;
- свойственна низкая самооценка.



Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

Гиперкинетический (гиперактивный) синдром

- **чрезмерная активность** ребенка, излишняя **подвижность**, **суетливость**, **невозможность** **длительного** **сосредоточения** **внимания** на чем-либо.





Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

«Синдромы дефицита внимания с гиперактивностью» (Заваденко Н. Н.)

- Основной дефект связан с недостаточностью механизмов внимания и тормозящего контроля.

Симптомы:

- **Невнимательность**
- **Гиперактивность**
- **Импульсивность**





Направления коррекции поведения гиперактивных детей

Дефицитные способности

- Дефицит внимания;
 - ❖ Игры на развитие внимания
- Гиперактивность;
 - ❖ Игры на преодоление расторможенности и тренировка усидчивости
- Недостаток контроля импульсивных действий.
 - ❖ Игры на тренировку выдержки и контроля импульсивности



Игротерапия для гиперактивных детей

- Следует подбирать такие игры, которые, обеспечивая **тренировку одной функциональной способности**, не возлагали нагрузки на другие дефицитные способности.
- **Соблюдение 2-х, а тем более 3-х условий деятельности вызывает у ребенка серьезные затруднения или просто невыполнимо.**





ИГРА с триединой задачей «Молчу - шепчу – кричу»

- Когда вы прикладываете палец к губам, то ребенок должен говорить шепотом и передвигаться очень медленно. Если вы положили руки под голову, как во время сна, ребенку следует замолчать и замереть на месте. А когда вы поднимете руки вверх, то можно разговаривать громко, кричать и бегать.
- **Примечание.** Эту игру лучше заканчивать на этапе "молчу" или "шепчу", чтобы снизить игровое возбуждение при переходе к другим занятиям.





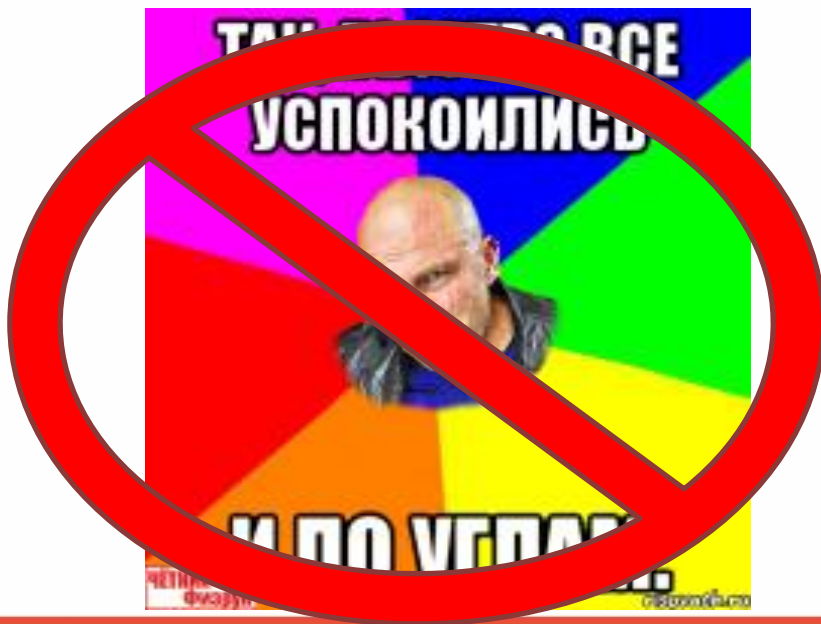
Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

Рекомендации родителям

1. В своих отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». **Хвалите** его в каждом случае, когда он этого заслужил, подчеркивайте успехи. Это **поможет укрепить уверенность** ребенка в собственных силах.





2. Избегайте повторений слов «нет» и «нельзя».



Воспитание со словом «Не»:

Не ешь больше мороженого

Не играйся с едой

Не разбрасывай свои игрушки по полу

Не делай собаке больно

Не дерись

Не кричи

Не играй так



Воспитание без слова «Не»:

Я знаю, что ты любишь мороженое, но если ты съешь слишком много, у тебя может заболеть горло

Я знаю, что ты любишь играть, но еду необходимо есть, а для игр у тебя есть игрушки

Если ты закончил играть, давай соберём игрушки вместе

Собаке нравится, когда её гладят. Давай я покажу тебе, как с ней нужно обращаться

Если тебя что-то расстроило, постарайся выразить свои эмоции словами

Если ты будешь кричать, я не смогу понять, чего ты хочешь

Милый, давай я покажу тебе, как в это играть

Fabiosa®



Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

3. Говорите сдержанно, спокойно и мягко.



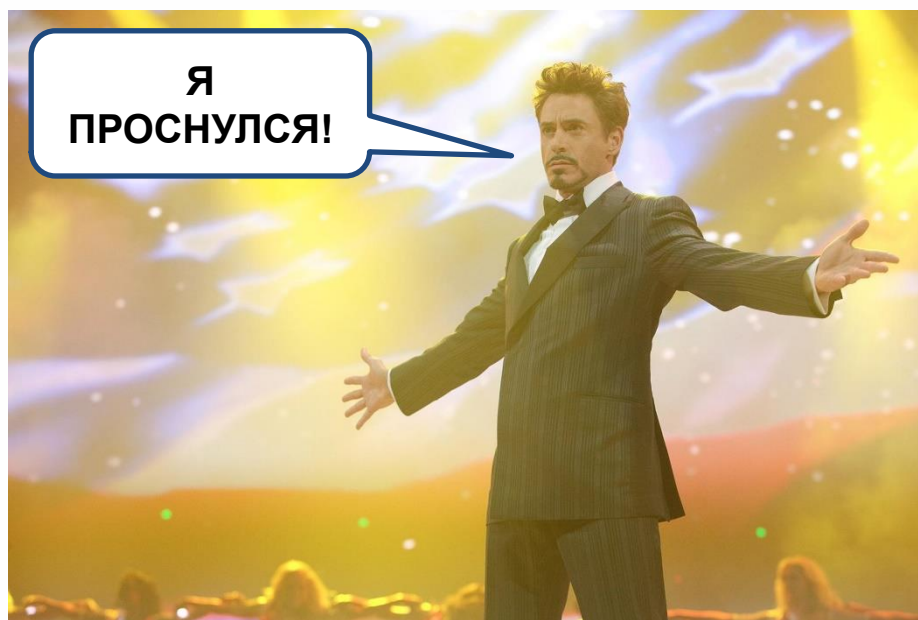


Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

4. Давайте ребенку **только одно задание** на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.





5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.





Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

6. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, раскрашивание, чтение).



Capped by: Michael I@DesperateHousewivesSite.info



VSEOBYCH.COM

Распорядок Гордея Луткина на неделю

[illegible]



Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

8. Избегайте по возможности скоплений людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках, в ресторанах и т. п. оказывает на ребенка чрезмерно стимулирующее воздействие.





Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

9. Во время игр **ограничивайте** ребенка лишь **одним партнером**.
Избегайте беспокойных, шумных приятелей.





Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

10. Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.





Игры на развитие концентрации внимания

«ГВАЛТ»

- Водящий становится за дверь. Группа выбирает какую-либо фразу или строчку из известной песни, которую по одному слову распределяют по всем участникам.
- Затем входит водящий и игроки все одновременно, хором начинают повторять каждый свое слово. Водящий должен догадаться, что это за песня собрав ее по словечку.



«УШКИ НА МАКУШКЕ»

- Ведущий будет произносить самые разные слова. Если в них слышится определенный звук, например [с], или тот же звук, но мягкий, то ребенок должен немедленно встать. Если же вы произносите слово, где этот звук отсутствует, то ребенку следует оставаться на своем месте.



Игры на развитие концентрации внимания

«НАЙДИ ОТЛИЧИЕ»

- Ребенок рисует любую несложную картинку (кошку, домик и т.п.) и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке
- (При этом возможность движения участников игры не ограничена)



«ЗОРКИЙ ГЛАЗ»

- научить умению не отвлекаться на посторонние предметы.
- Выберите маленькую игрушку или предмет, который ребенку предстоит найти. Попросите ребенка выйти из комнаты. Когда он выполнит эту просьбу, поставьте **выбранный предмет на доступном взгляду месте**, но так, чтобы тот не сразу бросался в глаза. В этой игре нельзя прятать предметы в ящики стола, за шкаф и тому подобные места. Игрушка должна стоять так, чтобы играющий мог ее обнаружить, не дотрагиваясь до предметов в комнате, а просто внимательно их рассматривая.



Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

Игра в Индейцев

- Что исчезло?
- Что появилось?



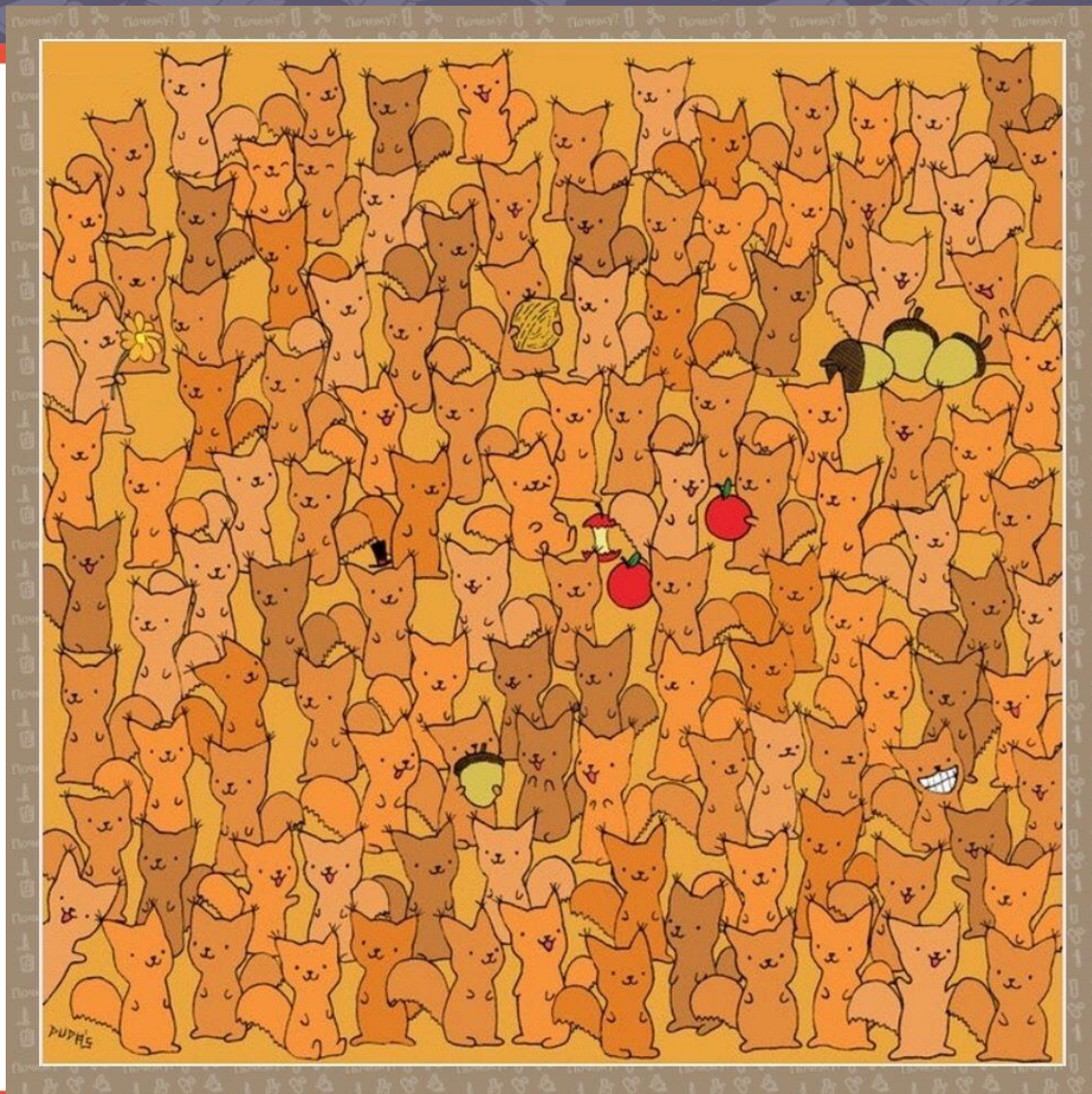


Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

Найди мышь!



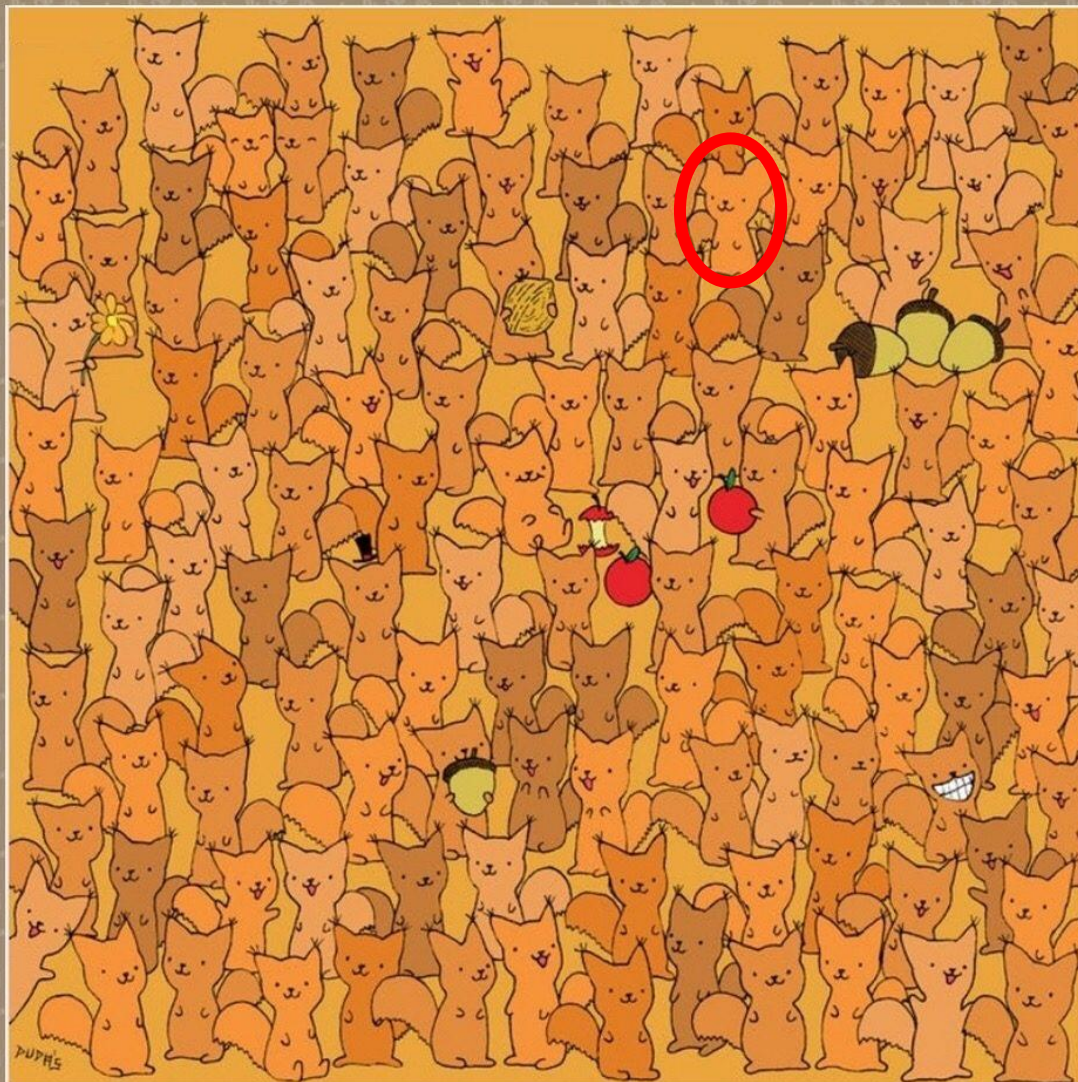


Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

Найди мышь!





Игра «Все наоборот»

- Взрослый в этой игре будет ведущим. Он должен демонстрировать самые разные движения, а **ребенок тоже должен выполнять движения, только совершенно противоположные тем, что ему показывают.** Так, если взрослый поднял руки, ребенку следует опустить их, если подпрыгнул - следует присесть, если вытянул вперед ногу - нужно отвести ее назад и т.п.





«Только об одном»

- Предложите ребенку выбрать одну любую игрушку. В этой игре можно **говорить только об одном - о выбранной игрушке**. Причем говорит только тот, у кого игрушка в руках. Сказать нужно одно предложение, описывающее эту игрушку в целом или какие-то ее детали. После этого следует передать ее другому игроку. Тогда он скажет свое предложение об этом же предмете. Обратите внимание, что **нельзя повторять уже сказанные ответы или делать отвлеченные высказывания**. Так **фразы типа: «А я у бабушки видел похожую...»** - будут **караться штрафным баллом**. А игрок, набравший три таких балла, считается проигравшим! Сюда же начисляются штрафы за повторение сказанного и ответ не в свою очередь.



"Дрессированная муха"

- Взрослый «приказывает» мухе на сколько клеточек и в каком направлении нужно перемещаться. Ребенок должен **представить себе мысленно эти передвижения**. После того как вы отдали мухе несколько приказаний (например, одна клеточка вверх, две вправо, одна вниз), попросите сына (дочь) показать то место, где теперь должна быть хорошо дрессированная муха. Если место указано верно, то передвиньте муху на соответствующую клеточку.
- Примечание.** Если, следя мысленным взором за движениями мухи, ваш ребенок увидит, что она, выполняя ваши инструкции, выползла за пределы клеточного поля, то пусть он немедленно даст вам знать об этом.





Игра «Броуновское движение».

- Все дети встают в круг. Ведущий один за другим вкатывает в центр круга теннисные мячики. Детям сообщаются правила игры: **мячи не должны останавливаться и выкатываться за пределы круга, их можно толкать ногой или рукой.**
- Если участники успешно выполняют правила игры, ведущий вкатывает дополнительное количество мячей. Смысл игры — **установить командный рекорд по количеству мячей в круге.**





Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

Игры на тренировку выдержки и контроль импульсивности (допускается невнимательность и подвижность)

ЭСТАФЕТЫ





Игра "Головомяч"

- В этой игре, чтобы быть успешным, ребенку придется учитывать темп и характер движений другого человека.
- Ребенок вместе со своей парой встанет у черты под условным названием "старт". Положите на этой черте карандаш. Задача игроков - **взять этот карандаш с двух сторон так, чтобы каждый из них касался его кончика только указательным пальцем.** Пользуясь этими двумя пальцами на двоих, они должны суметь **поднять карандаш, пронести его до конца комнаты и вернуться обратно.**





Игра "Головомяч"

- взять листок бумаги, который игроки должны пронести, зажав его плечами;
- пронести мягкую игрушку, пользуясь исключительно ушами и щеками.
- задание посложнее - мяч, который они должны донести, пользуясь только головой (можно выполнять задание малой группой 3-5 чел.)





"Говори по сигналу" «Волшебное слово»

- Игра в которой взрослый задает вопросы ребенку, но **отвечать он вам должен** не сразу, а **только** когда увидит условный сигнал, например сложенные на груди руки или почесывание затылка. Или **после слова «Говори»**.

Примечание.

- Во время этой игры-беседы можно достигать дополнительные цели в зависимости от характера задаваемых вопросов. Так, с интересом расспрашивая ребенка о его желаниях, склонностях, интересах, привязанностях, вы повышаете самооценку ребенка, помогаете ему обратить внимание на свое "я".





Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

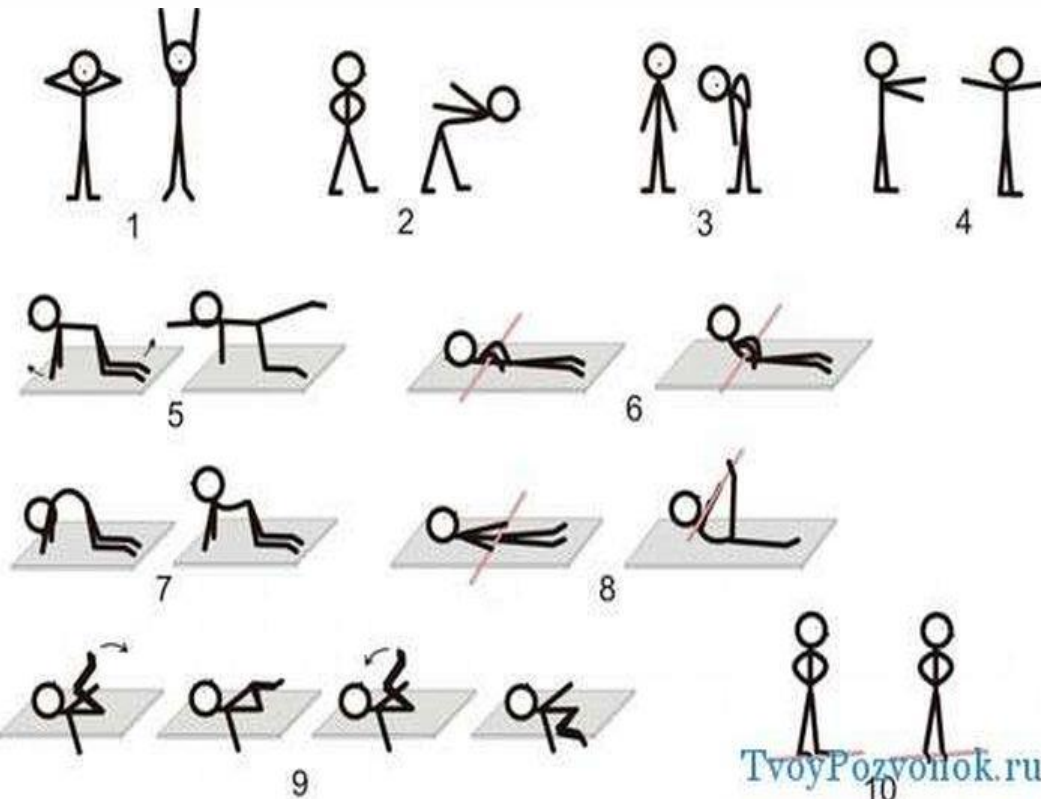
Игра «Ожившие игрушки»

- Спросите у ребенка, как он думает, что происходит ночью в магазине игрушек. Выслушайте его версии и предложите представить, что ночью, когда нет покупателей, игрушки оживают. Они начинают двигаться, но очень тихо, не говоря ни слова, чтобы не разбудить сторожа. **Взрослый изображает какую-нибудь игрушку, например волка.**
- Пусть **ребенок постарается угадать, кто это.** Но ответ он должен не выкрикнуть, а нарисовать на листке, чтобы шумом не выдать игрушек. Затем пусть ребенок сам покажет любую игрушку, а вы постараетесь отгадать ее название. Обратите внимание, что **вся игра должна проходить в абсолютной тишине.**





«СДЕЛАЙ ТАК» (Черепанова Г. Д.)



- На столе у взрослого разложены карточки с изображением человечков, выполняющих различные движения. Взрослый показывает детям карточки и объясняет, какие действия изображены на каждой из них.
- Затем взрослый дает инструкцию: «По моему сигналу все подойдут к столу и возьмут по одной карточке. Я буду считать от 1 до 10, а вы в это время будете выполнять то, что изображает человечек на выбранной вами картинке. Например, тот, кто возьмет карточку с сидящей на стуле фигуркой, должен сесть на стул, кому достанется карточка с танцующей фигуркой, должен танцевать и т. д.
- На счет «10» все заканчивают выполнение задания и меняются карточками



«ШАРИКОВЫЕ БОИ»

- В таз с водой опускают несколько каучуковых шариков, такое же количество шариков ребенок держит в руке. Отойдя на расстояние 0,5 - 1 м от таза, **ребенок сбивает «мокрые» шарики «сухими»**. Если «мокрый» шар сбит, то его вынимают из воды, если не сбит, то «сухой» шар остается в воде. Игра закончена тогда, когда таз становится пустым. В дальнейшем ребенок может совершенствовать свой результат, проверяя время по секундомеру.





Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBUCH.COM

Археология



- Кому-то тренировка внимания!
- Кому-то тренировка усидчивости))
- А кому-то тренировка и того и другого!)))



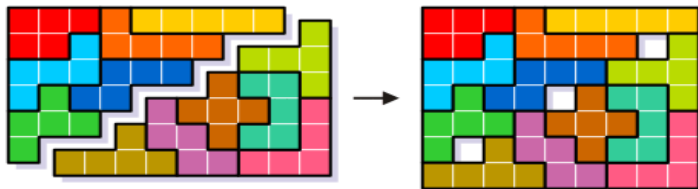
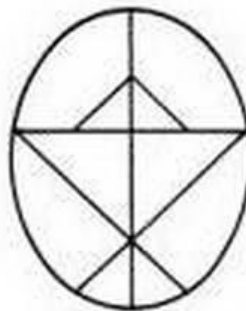
Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

Игры на преодоление расторможенности и тренировку усидчивости

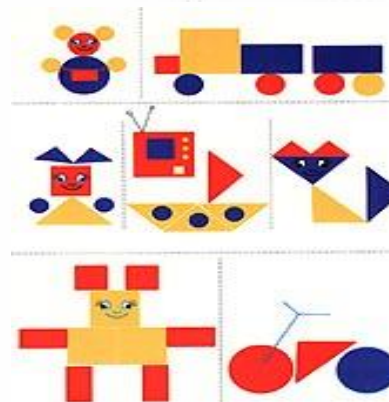
- Пазлы
- Конструкторы
- Головоломки



Solution to Puzzle 1



Solution to Puzzle 2





Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

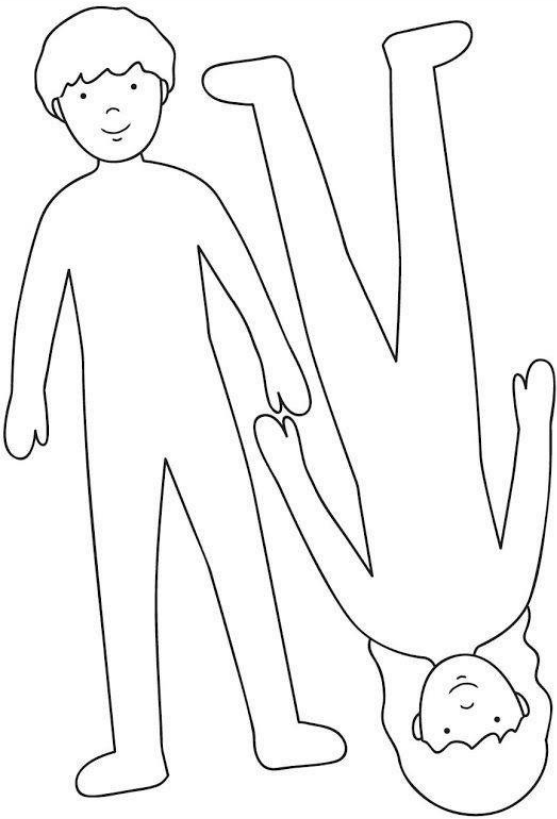
Но выход энергии все-равно необходим...

СЕГОДНЯ
МЫ
ВЫКОПАЕМ
БАССЕЙН!





«РАЗГОВОР С ТЕЛОМ» (модификация игры Шевцовой И.В.)



- Ребенок ложится на пол на большой лист бумаги или кусок обоев. Взрослый карандашом **обводит контуры фигуры** ребенка. Затем вместе с ребенком рассматривает силуэт и задает вопросы: «Это твой силуэт. Хочешь, мы можем разрисовать его?»
- Каким бы цветом ты хотел разукрасить свои руки, ноги, туловище?
- Как ты думаешь, помогает ли тебе твое тело в определенных ситуациях, например, когда ты спасаешься от опасности и др.?
- Какие части тела тебе особенно помогают?
- А бывают такие ситуации, когда твое тело подводит тебя, не слушается? Что ты делаешь в этом случае? Как ты можешь научить свое тело быть более послушным?
Давай договоримся, что ты и твое тело будут стараться лучше понимать друг друга»



Игры на развитие внутреннего торможения и усидчивости

- «МАЛЕНЬКАЯ ПТИЧКА» (Черепанова Г.Д.)

- Ребенку в ладошки дают пушистую, мягкую, хрупкую игрушечную птичку (или другого зверька).
- Взрослый говорит: «Прилетела к тебе птичка, она такая маленькая, нежная, беззащитная. Она так боится коршуна! **Подержи ее, поговори с ней, успокой ее**».
- Ребенок берет в ладошки птичку, держит ее, гладит, говорит добрые слова, успокаивая ее и вместе с тем **успокаивается сам**.
- В дальнейшем можно птичку уже не класть ребенку в ладошки, а просто напомнить ему: «Помнишь, как надо успокаивать птичку? Успокой ее снова». Тогда ребенок сам садится на стульчик, складывает ладошки и успокаивается.





Игры на развитие внутреннего торможения и усидчивости

- «КЛУБОЧЕК» (Черепанова Г. Д.)

- Расшалившемуся ребенку можно предложить смотреть 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».





Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

Игры на развитие внутреннего торможения и усидчивости



- Договоритесь с ребенком, что когда он занимается каким-то важным делом (или вам необходимо спокойно поработать), то в вашем доме будет **"час тишины"**. В это время ребенок **может читать, рисовать, играть, слушать плеер или делать еще что-нибудь очень тихо**. Зато потом наступит **"час можно"**, когда ему будет **позволено делать все, что угодно**. Пообещайте не одергивать ребенка, если его поведение не опасно для здоровья или для окружающих.



Игра с двуединой задачей

Лови — не лови

- Правила этой игры похожи на всем известный способ играть в "Съедобное - несъедобное". Только **условие, когда ребенок ловит мяч, а когда нет, может меняться в каждом коне игры.**
- если водящий бросает мяч, произнося слово, относящееся к растениям, то игрок ловит его. Если же слово не является растением, то отбивает мяч. Например, один кон игры мог бы называться **"Мебель - не мебель"**. Аналогично можно играть в такие варианты, как **"Рыба - не рыба"**, **"Транспорт - не транспорт"**, **"Летает - не летает"** и множество других.

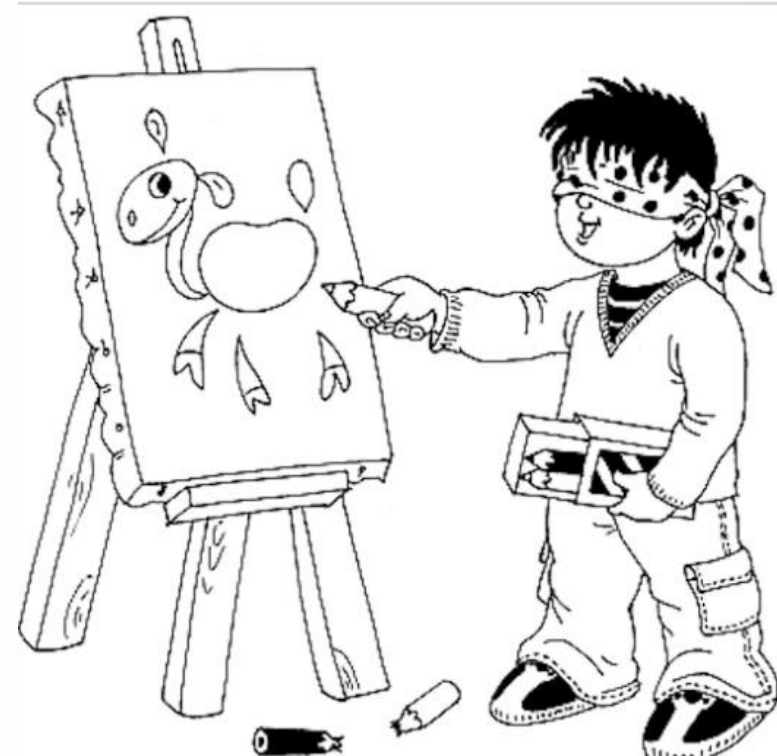




Игра с двуединой задачей

"Чужими глазами"

- Одному ребенку завязывают глаза, он будет художником. Второй игрок станет его глазами. Задайте детям тему для рисования. Проводить линии на рисунке имеет право только ребенок с завязанными глазами. Но управлять его движениями с помощью слов будет партнер. В его задачу входит руководство руками художника, причем дотрагиваться до "мастера" ему запрещается. Закончив рисунок, как и в предыдущей игре, обсудите с детьми не только полученный результат, но и сам процесс рисования





Внимание и самоконтроль

- **«КОЛПАК МОЙ ТРЕУГОЛЬНЫЙ»**

Играющие сидят в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: **«Колпак мой треугольный, треугольный мой колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак»**. Во 2 кругу фраза повторяется снова, но дети, которым выпадет говорить слово «колпак» заменяют его жестом (например, 2 легких хлопка ладошкой по своей голове). В следующий раз уже заменяются 2 слова: слово «колпак» и слово «мой» (показать рукой на себя). В каждом последующем кругу играющие произносят на одно слово меньше, а «показывают» на одно больше. В завершающем кругу дети изображают только жестами всю фразу. Для дошкольников фразу можно сократить





Игра «Замри»

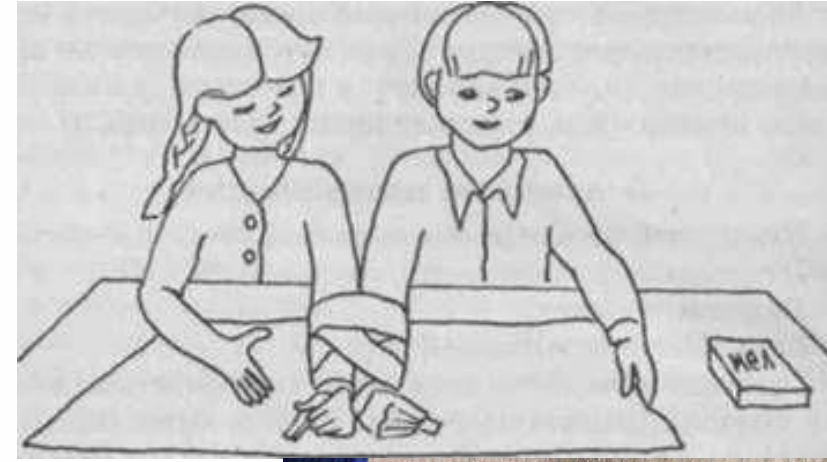


- В этой игре ребенку необходимо быть внимательным и суметь **преодолеть двигательный автоматизм**, контролируя свои действия.
- Включите какую-нибудь танцевальную музыку. Пока она звучит, ребенок может прыгать, кружиться, танцевать. Но **как только вы выключите звук, игрок должен замереть на месте в той позе, в которой его застала тишина.**



«Сиамские близнецы»

- Скажите ребенку, что наверняка такие братья или сестры становились просто гениями общения, ведь чтобы сделать хоть что-нибудь, им приходилось **все согласовывать и подстраиваться друг под друга**. Поэтому вы сейчас поиграете в сиамских близнецов, чтобы научиться хорошо общаться.
- Возьмите тонкий шарф или платок и свяжите им руки детей, стоящих рядом друг с другом лицом к вам. Оставьте свободными кисти рук, детям они понадобятся. Теперь расскажите игрокам, что им **предстоит нарисовать общий рисунок на одном листе бумаги**. Рисовать можно только той рукой, которая привязана к партнеру.





Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и социальных технологий»

VSEOBUCH.COM

«БЕЗДОМНЫЙ ЗАЯЦ»



- В игре принимают участие от 3 до 10 человек. Каждый игрок - заяц - чертит вокруг себя мелком круг диаметром примерно 50 см. Расстояние между кругами - один-два метра.
- **Один из зайцев - бездомный.** Он водит. **Зайцы** должны незаметно от него (взглядами, жестами) договориться о «жилищном обмене» и перебежать из домика в домик. Задача водящего - во время этого обмена занять домик, оставшийся на минутку без хозяина. Тот, кто остался бездомным, становится водящим.



Учебный центр
«Всеобуч»

ООО «Агентство информационных и
социальных технологий»

VSEOBYCH.COM

Игра с двуединой задачей «Солнышки – Заборчик – Камешки»





Развитие внимания и координации движений

«Золотая рыбка»

- Все участники встают в круг, плотно прижавшись друг к другу плечами, бедрами, ногами, взявшись за руки.
- Это сеть. Водящий – золотая рыбка – стоит в кругу. Его задача – выбраться из круга. А задача остальных не выпустить рыбку.
- Если водящему очень долго не удастся выбраться из сети, взрослый может попросить детей помочь рыбке.





Внимание и усидчивость: "Корректор"

- Р** Для начала нужно объяснить им смысл непонятого слова "корректор". Вспомните с ребенком его любимые книги и детские журналы. Встречал ли он в них когда-нибудь ошибки и опечатки? Конечно нет, если речь идет о хорошем издательстве. А ведь авторы тоже могут допускать ошибки. Кто же занимается их исправлением и не пропускает в печать разные "очепятки"? Этот важный человек и есть корректор. Предложите ребенку поработать на такой ответственной должности.
- Возьмите старую книгу или журнал, где есть большие тексты. Договоритесь с ребенком о том, какая буква сегодня будет условно "неправильной", то есть какую букву он будет вычеркивать. Затем выберите фрагмент текста или засекайте время работы (не более 10 мин)



«ПОСЛУШАЙ ТИШИНУ» (Черепанова Г. Д.)

По первому сигналу колокольчика дети начинают бегать по комнате, кричать, стучать и т. д. По второму сигналу они должны быстро сесть на стулья и прислушаться к тому, что происходит кругом. Затем дети по кругу (или по желанию) рассказывают, какие звуки они слышали.





Игры релаксации «Шалтай-Болтай»

- Вы будете читать отрывок из стихотворения Маршака, а ребенок станет изображать героя. Для этого он будет поворачивать туловище вправо и влево, свободно болтая мягкими, расслабленными руками. Кому этого недостаточно, может крутить еще и головой.

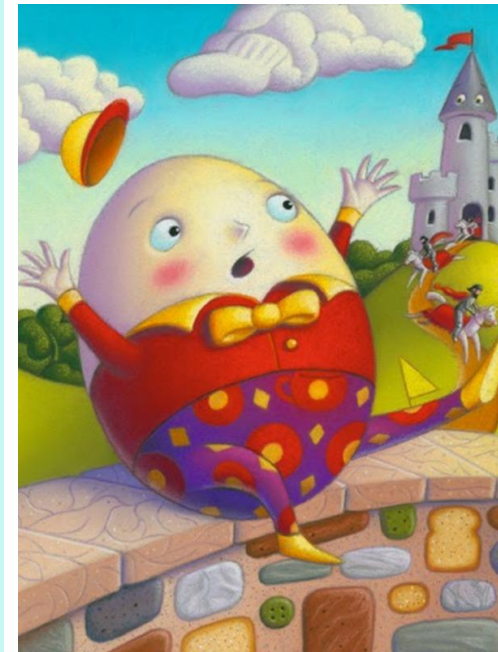
Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне.

- Когда вы произнесете последнюю строчку, ребенок должен резко наклонить тело вперед и вниз, перестав болтать руками и расслабившись. Можно позволить ребенку для иллюстрации этой части стихотворения упасть на пол. Чтобы добиться максимального расслабления, повторите игру несколько раз подряд.





Игры релаксации

- 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.

