

*Гиперактивность* – перевод англоязычного термина hyperactivity - слишком/чрезмерно активный. В психологической и медицинской литературе используется аббревиатура СДВГ - синдром дефицита внимания и гиперактивность.



Существует несколько толкований термина «гиперактивность». *Первая трактовка* – ребенок является чрезмерно (с точки зрения взрослого) активным, но эта активность абсолютно целенаправленная. Ребенок не хаотичен в своих действиях, а планомерно и быстро движется к достижению своей цели. Он может браться за несколько дел одновременно, но большинство из них доводит до конца. *Критериями данного варианта гиперактивности являются:*

целенаправленность, наличие программы конкретной деятельности и контроль ее выполнения, результативность и продуктивность этой деятельности.

*В другом случае* при внешней схожей картине поведения мы наблюдаем отсутствие целенаправленности и продуктивности деятельности, хотя остается моторный компонент и скорость, с которой ребенок хватается за то или другое дело. Такой тип поведения и состояния скорее можно назвать расторможенным и импульсивным. Именно

при такого рода особенностях развития мы чаще всего имеем дело с недостаточностью, дефицитностью целенаправленности деятельности и процессов целеполагания.

Аналогичный анализ можно провести и в отношении понятия «*дефицит внимания*». В настоящее время нарушение адаптации «двигательная расторможенность» рассматривается специалистами как имеющее самые разные причины: органические, психические, социальные.

*Когда гиперактивный ребенок начинает ходить*, он отличается быстротой и чрезмерным количеством движений, безудержностью, не может усидеть на месте, всюду лезет, пытается достать разные предметы, не реагирует на запреты, не чувствует опасности, края. *Ребенок очень рано (с 1,5-2 лет) прекращает спать днем*, а вечером его трудно уложить в постель из-за нарастающего во второй половине дня хаотического возбуждения, когда он совсем не может играть в свои игрушки, заниматься одним делом, капризничает, балуется, бегаёт. *Стандартом для оценки поведения как гиперактивного служит комплекс следующих признаков:*

- 1) двигательная активность является чрезмерно высокой в контексте ожидаемого в этой ситуации и по сравнению с другими детьми того же возраста и интеллектуального развития;
- 2) имеет раннее начало (до 6 лет);
- 3) большую длительность (или постоянство);
- 4) обнаруживается более чем в одной ситуации (не только в школе, но и дома, на улице, в больнице и пр.).



*Гиперактивные дети* часто безрассудны и импульсивны, склонны попадать в несчастные случаи и получать дисциплинарные взыскания из-за нарушений правил поведения. У них обычно нарушены взаимоотношения со взрослыми в связи с отсутствием осторожности и сдержанности. Такие дети нетерпеливы, не могут усидеть во время урока, находятся в постоянном нецеленаправленном движении, вскакивают, бегают, прыгают. При необходимости сидеть на месте постоянно двигают ногами и руками. Они болтливы, шумливы, часто благодущны, постоянно улыбаются, смеются. Этим детям необходима постоянная смена деятельности, новые впечатления.

При определении *профилактической тактики* по отношению к ребенку с гиперактивностью прежде всего следует продумать организацию его жизненного пространства, которое должно включать все возможности для реализации его повышенной двигательной активности. Утренние часы у ребенка должны быть наполнены повышенной физической нагрузкой – целесообразны бег на воздухе, длительная утренняя зарядка, занятия на тренажерах.



После 1-2 часов спортивных занятий гиперактивные дети спокойнее сидят на уроках, способны к концентрации внимания, лучше усваивают материал.

Наряду с организацией повышенных физических нагрузок во время перемен таким детям рекомендуются также повышенные двигательные нагрузки во время уроков физкультуры в школе. Для выработки усидчивости полезны и занятия в спортивных секциях, требующие большого физического напряжения, движения и в то же время пластики, внимания, тонких моторных действий; при этом не рекомендуются силовые виды спорта.

### **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.
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, поглаживания).
8. Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее.
9. Давать короткие и конкретные инструкции.
10. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний.
11. Поощрять ребенка сразу, не откладывая.
12. Предоставлять ребенку возможность выбора.
13. Остаться спокойным. Нет хладнокровия - нет преимущества!



### **Как играть с гиперактивными детьми**

Подбирая игры для гиперактивных детей, необходимо учитывать следующие особенности детей: дефицит внимания, импульсивность, высокую активность, неумение длительное время подчиняться групповым правилам, выслушивать и выполнять инструкции (заострять внимание на деталях), быструю утомляемость.

В игре им трудно дожидаться своей очереди и считаться с интересами других. Включать таких детей в коллективную работу целесообразно поэтапно. Начинать можно с индивидуальной работы, затем привлекать ребенка к играм в малых подгруппах и только после этого переходить к коллективным играм.

## ***Гиперактивный ребенок: правила игры и работы с ним***



## ***Национальный центр усыновления***

г. Минск, ул. Платонова, 22  
(11 этаж)