Рекомендации для родителей гиперактивных учащихся

по материалам журнала «Начальная школа», 2011, № 7

1. Для уточнения диагноза СДВГ по возможности обратитесь к специалисту — педиатру, неврологу, психологу.
2. Научитесь общаться со своим ребенком: это поможет ему учиться.
* Не допускайте грубость, унижение достоинства, злость. Выражения «Ты меня извел», «Ты мне надоел», повторяемые несколько раз в день, бессмысленны. Ребенок просто перестает их слышать.
* Не разговаривайте с ребенком между делом, раздраженно, показывая всем своим видом, что он отвлекает вас от важных дел. Извинитесь, если не можете именно сейчас отвлечься от своих дел.

3. Постарайтесь учесть высокую отвлекаемость и неустойчивую работоспособность ученика при выполнении домашних заданий.

* Говорите с ребенком спокойно, без раздражения. Речь должна быть четкой, неторопливой, задание ясным и однозначным. Убедитесь, что в задании понятно каждое слово. Не начинайте говорить, пока не убедитесь, что ребенок вас слушает.
* Чтобы обратить на себя внимание ребенка, используйте систему жестов, мимику, дополнительные средства, систему четких и коротких указаний: «Слушай, запомни, не торопись, подумай». Тон должен быть доброжелательным, спокойным, мягким, даже ласковым. Избегайте слов «Неправильно», «Не так». Целесообразно говорить: «Давай внимательно посмот­рим», «Уже лучше, я знаю, у тебя все получится».

Если задание большое, разделите его на части и к каждой части давайте новую инструкцию. Попросите ребенка проговорить инструкцию, а также все действия. Ребенок с дефицитом произвольной регуляции деятельности, проговорив инструкцию, лучше ее усваивает. Очень важно, чтобы инструкция
была четкой, понятной (без незнакомых слов).

При выполнении письменных заданий следите за правильной посадкой, положением ручки и тетради. Неправильное положение ручки может быть причиной напряжения и нарушения графики.

Соблюдайте продолжительность непрерывного выполнения заданий — не более 3-5 минут.

* Не акцентируйте внимание ребенка на неудаче — он должен быть уверен, что все трудности преодолимы, а успех возможен.
* Вселяйте в него надежду. По ходу выполнения заданий найдите повод, чтобы похвалить ребенка.

4. Эффективный способ при обучении письму *—* соблюдение определенной последовательности действий, которые выполняют родитель и ребенок.

* Взрослый объясняет задание. Инструкция должна быть четкой, краткой, все слова должны быть понятны. Ребенок повторяет задание. Важно, чтобы он точно повторил все условия.
* Взрослый объясняет понятно и доступно, как нужно выполнять задание (с чего начинать, что делать дальше, как закончить и т.п.).
* Взрослый еще раз повторяет последовательность выполнения задания и показывает, как это делать.
* Ребенок повторяет последовательность выполнения задания.
* Ребенок самостоятельно выполняет задание и оценивает его (если и в этом случае есть ошибки, можно предложить аналогичное задание и выполнить его в той же последовательности).

5. Гиперактивных детей не стоит насильно заставлять выполнять какие-то дополнительные задания, они должны сделать уроки. Развитие фонематического восприятия, звукобуквенный анализ, развитие памяти, внимания — все это нужно делать, но в другой обстановке. Например:

* вы убираетесь на кухне, ребенок вертится рядом; пусть найдет не меньше десяти слов (названий предметов), где первым был бы звук [с] (или любой другой);

придя с ребенком в магазин, можете использовать время для покупок и плодотворно поработать над развитием звукобук венного анализа: попросите ребенка найти на полках названия продуктов с заданным звуком; можно устроить соревнование, кто больше найдет таких слов:

- развивая слуховое внимание, попросите *одну минуту не разговаривать, не объ*ясняя причину; затем спросите, что он услышал за это время, какие звуки, голоса.

Любые игры и просто действия, даже самые, казалось бы, незамысловатые, направ­ленные на развитие речи и таких важней­ших психических процессов, как память, внимание, восприятие, полезны для ребен­ка. Но они принесут пользу только тогда, когда выполняются на подъеме, без насилия, регулярно, в доброжелательной атмосфере.

VI, Подведение итогов (рефлексия встречи).

Анкета для родителей

Уважаемые родители! Для того чтобы вовремя предупредить возможные трудности в обучении, ас внимательно прочитайте утверждения. Если какое-то из них проявляется в поведении вашего ребенка постоянно (примерно в течение полугода), отметьте его знаком «+».

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Недостаточно внимателен к деталям |  |
| 2 | С трудом удерживает внимание |  |
| 3 | Не слушает говорящего |  |
| 4 | Не может довести дело до конца |  |
| 5 | С трудом организует свою деятельность |  |
| 6 | Избегает выполнения задания |  |
| 7 | Теряет предметы |  |
| 8 | Отвлекается на внешние раздражители |  |
| 9 | Всё забывает |  |
| то | Дрыгает руками или ногами, крутится |  |
| 11 | Не может усидеть на месте, когда требуется |  |
| 12 | Чрезмерно разговорчив |  |
| 13 | Носится и лезет куда-либо, когда это не раз­решается |  |
| 14 | С трудом может тихо играть |  |
| 15 | Всегда «заведен», «как будто внутри мотор» |  |
| 16 | Выпаливает ответы |  |
| 17 | Чрезмерно разговорчив, с трудом дожида­ется своей очереди |  |
| 18 | Прерывает других, вмешивается в чужой разговор |  |
| 19 | Иногда совершает опасные действия, не за­думываясь о последствиях, но приключений или острых ощущений специально не ищет (например, выбегает на улицу, не оглядыва­ясь по сторонам) |  |
| Если были патологии беременности и родов, тяжелые заболевания и нарушения развития в первый год жизни вашего ребенка, наличие психологических травм, прошу поставить меня в известность. |