

## **Игры и упражнения для работы с гиперактивными детьми**

Но прежде чем перейти к описанию игр, оговорим правила, которые родитель должен соблюдать как в игре, так и в обычной жизни при общении с гиперактивным ребенком.

**Правило 1.** Не ожидайте всего и сразу. Начинать нужно с тренировки только одной функции (например, только внимания, при этом вы должны быть терпимы к ерзанию на стуле или перебиранию всех предметов на столе в процессе этой работы). Помните, что если вы одергиваете ребенка, то его усилия тут же переключаются на контроль своих действий, а сконцентрироваться на задании ему уже будет трудно. Только через продолжительное время ваших совместных усилий можно начинать требовать не только внимания, но и общепринятого поведения во время ваших игровых занятий.

**Правило 2.** Предупреждайте переутомление и перевозбуждение ребенка: вовремя переключайте его на другие виды игр и занятий, но не слишком часто. Важно также соблюдать режим дня, обеспечить ребенку полноценный сон и спокойную обстановку.

**Правило 3.** Так как гиперактивному ребенку сложно контролировать себя, то он нуждается во внешнем контроле. Очень важно, чтобы взрослые при выставлении внешних рамок из "можно" и "нельзя" были последовательны. Также необходимо учитывать, что ребенок не способен долго ждать, поэтому все наказания и поощрения должны появляться вовремя. Пусть это будет доброе слово, маленький сувенир или условный знак-жетон (сумму которых вы обмениваете на что-то приятное), но их передача ребенку должна являться достаточно быстрым проявлением вашего одобрения его действий.

**Правило 4.** Начинать заниматься с гиперактивным ребенком лучше индивидуально и только потом постепенно вводить его в групповые игры, так как индивидуальные особенности таких детей мешают им сосредоточиться на том, что предлагает взрослый, если рядом есть сверстники. Кроме того, невыдержанность ребенка и его неумение придерживаться правил групповой игры могут провоцировать конфликты среди играющих.

#### ***«Найди отличие»***

Цель – развитие внимания. Ребенку предлагаются две похожие картинки. Его просят найти, чем они отличаются.

«Запомни игрушку и опиши ее». Цель – развитие памяти, концентрации внимания. Ребенку демонстрируется игрушка. Его просят запомнить ее как можно лучше. Затем игрушку убирают и просят рассказать о ней.

#### ***«Запрещенное движение»***

Цель – развитие самоконтроля и коррекция импульсивности. Определяется запрещенное движение, которое нельзя повторять. Взрослый быстро показывает разные движения, а ребенок должен успеть повторить все, кроме запрещенного. [Лютова Е.К., Монина Г.Б., 2007, с. 35].

#### ***«Отыщи-ка ты дружок»***

Цель - развитие концентрации внимания. Ребенка просят найти среди множества игрушек те, которые украшены красным цветом; с желтыми глазками; медвежат и т.д.

#### ***«Съедобное – несъедобное»***

Цель – контроль импульсивности. Игра с мячом. Перечисляются разные предметы: если съедобное, нужно ловить, несъедобное – прятать руки.

### ***«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. Например, сейчас вы договариваетесь с ним, что 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. Количество выбираемых условий игры зависит только от вашей фантазии. Если она вдруг иссякнет, предложите ребенку самому выбрать условие игры, то есть категорию слов, которые он будет ловить. Дети иногда дают совершенно свежие и творческие идеи!

*Примечание.* Как вы, наверное, заметили, эта игра развивает не только внимание, но и способность к обобщению, а также скорость обработки услышанной информации. Поэтому в целях интеллектуального развития ребенка постарайтесь, чтобы категории этих обобщаемых понятий были разнообразны и затрагивали разные сферы, а не ограничивались бытовыми и часто используемыми словами.

### ***«Запомни ритм»***

Цель – развитие внимания. Ведущий предлагает участникам повторить за ним ритмическую модель, которую он воспроизвел с помощью хлопков. Для тех, кто не запомнил образец, дается ориентир в виде цифровой записи, где цифра изображает число непрерывно следующих через равные интервалы хлопков, а тире между ними – паузы. Для облегчения задачи предлагается вслух

считать число хлопков в соответствии с их зрительным изображением. После освоения всеми ритмической мелодии она воспроизводится по кругу сначала в индивидуальном, а затем в нарастающем темпе. Сбившийся выбывает.

### ***«Да и нет не говори»***

Цель – развитие воображения, эмоционально-волевых процессов. Дети располагаются по кругу. Водящий, передавая предмет кому-то из детей, задает вопрос на который должен ответить его товарищ. В ответах не должно быть слов «Да», «нет», «черный», «белый». Чем хитрее вопросы, тем интереснее игра. Проигравшие отдают «фанты». В конце игры эти «фанты» выкупаются (дети читают стихи, поют песни и др.)

### ***«Рвакля»***

Цель – помогает снять напряжение, дает выход деструктивной энергии. Ребенок может рвать, мять, топтать бумагу, делать с ней все, заблагорассудится, а потом бросать ее в корзину.