**Особенности обучения гиперактивного ребенка в школе**

**(практические рекомендации учителям и родителям)**

 В настоящее время у все большего числа детей диагностируются задержки развития устной и письменной речи (дизартрия, дизграфия), нарушение осанки (сколиозы, плоскостопие), вегетативно-сосудистая дистония, энурез. Все больше детей и подростков испытывают трудности в обучении. У них оказываются нарушенными такие важные функции головного мозга, как внимание, память и мышление. В результате у них возникают трудности в обучении. Педагоги называют это «синдромом дошкольно-школьной дезадаптации». Это дети с проблемами в обучении, расстройствами внимания, но с нормальным интеллектом и легкими неврологическими нарушениями. У детей с минимальной мозговой дисфункцией к моменту поступления их в школу еще нет биологической зрелости ряда высших корковых функций, на которые они должны опираться при освоении письма и счета. Как правило, у них отмечается проявление гипер или гиподинамического синдрома.

 У родителей и воспитателей ДОУ часто возникают трудности при подготовке таких детей к школе.

 Согласитесь: спокойные, тихие и послушные дети пугают! Сразу начинаешь думать: «Ой, что это с ним не так?» Но нормально ли это, если ребенок 24 часа в сутки скачет по головам своих ошалевших родителей? И где граница между нормой и « перебором»? Активный ребенок – это хорошо, это значит, что он, во-первых здоров, а во-вторых, имеет в своем распоряжении вполне адекватных родителей, которые не давят с воспитанием. Он бегает и прыгает, ломает и складывает, разбрасывает и собирает, крушит и строит, а еще дерется, кусается, танцует, поет, кричит – и все это почти одновременно. Только став мамой или педагогом такого сокровища, понимаешь истинный смысл старой доброй присказки: «Какой же ты хороший, когда спишь!»

 Оказывается, есть большая разница между просто активностью и навязчивой перевозбудимостью. По каким же признакам родитель может определить, что у его ребенка проявляется синдром «дефицита внимания» (гиперактивность)?

**Тест на гиперактивность.**

Активный ребенок:

 -Большая часть дня «не сидит на месте», предпочитает подвижные игры пассивным (конструкторы, пазлы), но если его заинтересовать – может и книжку почитать, и тот же пазл собрать.

 - Быстро и много говорит, задает бесконечное количество вопросов.

 - Для него нарушение сна и пищеварения (кишечные расстройства) – скорее исключение.

 - Он активный не везде. К примеру, беспокойный и непоседливый дома, но спокойный – в садике, в гостях у мало знакомых людей.

 - Он неагрессивный. То есть случайно или в пылу конфликта может и наподдать «коллеге по песочнице», но сам редко провоцирует скандал.

Гиперактивный ребенок:

 - Он находится в постоянном движении и просто не может себя контролировать, то есть даже если он устал, он продолжает двигаться, а выбившись из сил окончательно, плачет и истерит.

 - Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задает миллион вопросов, но редко выслушивает на них ответы.

 - Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно. У него часто кишечные расстройства. Для гиперактивных деток всевозможные аллергии не редкость.

 - Ребенок- неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых условиях (дом, магазин, школа, детская площадка) ведет себя одинаково активно.

 - Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию -дерется, кусается, толкается, причем пускает в ход подручные средства: палки, камни…

**Практические рекомендации родителям гиперактивного ребенка.**

1. Установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи.
2. Находитесь рядом с ребенком во время выполнения домашнего задания, чтобы возвращать его к занятиям. Сохраняйте при этом спокойствие, не раздражайте и не нервируйте ребенка.
3. Дайте ребенку возможность работать в том ритме, в котором работает мозг. Как только ребенок начинает перебирать карандаши, менять ручки или «мечтательно» смотреть в пространство, надо сразу прекращать занятия. Оставьте ребенка в покое, поговорите с ним о чем-нибудь постороннем и минут через 5 – 10 вернитесь к урокам.
4. Чаще показывайте ребенку, как лучше выполнять задание, не отвлекаясь.
5. Снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания.
6. Освободите детей в процессе обучения от второстепенной, вспомогательной, оформительской работы. Сами проведите поля в тетради ребенка, отметьте точкой место, откуда надо начинать писать.
7. Помните, что утомление накапливается, несмотря на то, что ребенок отвлекается и отдыхает. Накапливающееся утомление затрудняет осмысливание, систематизацию и запоминание информации, забывается («стирается»), казалось бы, усвоенная информация. Это особенно важно помнить при заучивании правил, стихов и другой информации.
8. Учите длинное стихотворение небольшими порциями. После повторения стихотворения (или правила) наизусть необходим небольшой перерыв перед продолжением занятий. Вечером лучше еще раз просто прочитать ребенку то, что ему надо запомнить, а не требовать, чтобы он повторил. Дополнительное прослушивание информации способствует се упрочению, но не приводит к переутомлению.
9. Не перегружайте ребенка занятиями в различных кружках и студиях, особенно в таких, где значительные нагрузки на память, внимание, вероятно физическое переутомление, а также, если ребенок особой радости от этих занятий не испытывает.
10. Оградите гиперактивных детей от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач.
11. Помните, что для ребенка с синдромом дефицита внимания и гиперактивности наиболее действенными будут средства убеждения «через тело»:

 - лишения удовольствия, лакомства, привилегий;

- запрет на приятную деятельность, телефонные разговоры;

- прием «выключенного времени» (изоляция, угол, досрочное отправление в постель).

1. Помните, что в коррекции поведения ребенка большую роль играет методика «позитивной модели», заключающаяся в постоянном поощрении желательного поведения ребенка в игнорировании нежелательного.
2. Поддерживайте здоровый образ жизни ребенка – отдых, спорт, прогулки, полноценное питание, гибкое соблюдение режима дня. При выборе спортивных занятий избегайте такие, где велика вероятность сотрясения мозга. Попытки с помощью усиленных спортивных занятий «сбросить» излишнюю энергию реактивных детей не приводят к успеху. Реактивность не уменьшится, а переутомление может оказаться чрезмерным.
3. В семье необходимо сохранять доброжелательную обстановку, проявлять терпение, заботу и мягкое руководство деятельностью ребенка. Забота и правильная организация деятельности оптимизирует развитие ребенка, предотвращает отклонения или осложнения в протекании этого процесса.

 Необходимо обратить внимание родителей на то, что невозможно добиться исчезновения гиперактивности, импульсивности и невнимательности за несколько месяцев и даже за несколько лет. Признаки гиперактивности исчезают по мере взросления, а импульсивность и дефицит внимания могут сохранять и во взрослой жизни. Родителям необходимо сообщить учителю о диагнозе ребенка, и, если есть необходимость, познакомить с рекомендациями специалистов.

**Практические рекомендации учителям гиперактивного ребенка.**

  ***Гиперактивность*** – это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз, который может быть поставлен только по результатам специальной диагностики. Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями. Гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми самостоятельно не может. Дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а, скорее ухудшает его. Эффективные результаты коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности достигаются при оптимальном сочетании медикаментозных и немедикаментозных методов, к которым относятся психологические и нейропсихологические коррекционные программы.

 Школьная программа коррекции детей должна опираться на когнитивную коррекцию, чтобы помочь детям справиться с трудностями в обучении:

1. Изменение окружения:

- работу с гиперактивным ребенком стройте индивидуально. Гиперактивный ребенок всегда должен находиться перед глазами учителя, в центре класса, прямо у доски;

- оптимальное место в классе для гиперактивного ребенка – первая парта напротив стола учителя или в среднем ряду;

- измените режим урока с включением физкультминуток;

- предоставьте ребенку возможность быстро обращаться к вам за помощью в случае затруднения;

- направляйте энергию гиперактивных детей в полезное русло: вымыть доску, раздать тетради и т.д.;

- игнорируйте негативные поступки о поощряйте позитивные;

- помните, что с ребенком необходимо договариваться, а не стараться сломить его!

2. Создание положительной мотивации на успех:

- учебные демонстрации и рассказы должны быть короткими, легкими, быстрыми и веселыми, каждый раз частично обновляйте, чтобы не ослабевал интерес;

- не требуйте немедленных ответов у ребенка сразу после объяснения. Запоминание идет прекрасно, когда от ребенка не требуют воспроизвести все, что он должен запомнить, и у него нет страха забыть что-то, оказаться несостоятельным и получить неодобрение взрослых;

- при проведении игровых уроков помните, что сильные и яркие эмоциональные впечатления могут дезорганизовать деятельность детей. Яркие эмоции создают нечто вроде иррадиирующих очагов возбуждения и могут нарушить как последующую деятельность, так и результаты предыдущей;

- используйте в процессе обучения элементы игры, соревнования. Больше давайте творческих, развивающих занятий и, наоборот, избегайте монотонной деятельности;

- на определенный отрезок времени давайте лишь одно задание. Если ученику предстоит выполнить большое задание, то оно предлагается ему в виде последовательных частей, и учитель периодически контролирует ход работы над каждой из частей, внося необходимые коррективы;

- давайте задания в соответствии с рабочим темпом и способностями ученика;

- создавайте ситуации успеха, в которых ребенок имел бы возможность проявить свои сильные стороны.

- для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию;

- помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности;

- не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок;

- повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;

- выслушайте то, что хочет рассказать ребенок;

- в классе желательно иметь минимальное количество отвлекающих предметов.

- совместно с психологами помогайте ребенку адаптироваться в условиях школы и в классном коллективе – воспитывайте навыки работы в школе, обучайте необходимым социальным нормам и навыкам общения.

3. Регулирование ожиданий:

- объясните родителям и окружающим, что положительные изменения наступят не так быстро, как хотелось бы;

- объясните родителям и окружающим, что улучшение состояния ребенка зависит не только от специального лечения и коррекции, но и от спокойного и последовательного отношения.