Малоактивные и геперактивные дети, какие они?

Одним из важнейших условий работы с детьми дошкольного возраста является обеспечение индивидуально – дифференцированного подхода.

Как правило, около 50% составляют дошкольники с низким и высоким уровнем двигательной активностью, соответственно гиперактивные и малоподвижные дети.

Для гиперактивных характерна высокая подвижность, двигательная расторможенность, импульсивность, неорганизованность. У них слабо формируется механизм саморегуляции, синдром дефицита внимания мешает им, сосредоточится и слушать до конца объяснение взрослого, качественно и последовательно выполнять элементы различных видов движения. Они также отличаются психомоторной возбудимостью. Нередко у них наблюдается повышенная потливость, покраснение лица, неблагоприятные реакции сердечно – сосудистой системы на физические нагрузки. Это проявляется в замедленном восстановлении частоты сердечных сокращений.

Таким детям очень полезны игры – упражнения средней и низкой интенсивности, способствующие развитию памяти, концентрации внимания и удовлетворению биологической потребности ребенка в движении. Гипеактивным детям необходимо давать задания на развитие глазомера и точности выполнения действий.

Предлагаю игровые упражнения: прокатывания обруча, мяча с попаданием в ворота, метание разных предметов в цель ( щит, корзину) с постоянным увеличением расстояния от 2 до 6 метров. Бросание мяча с разных исходных позиций: снизу, от груди, из-за головы. Такие игры: городки, кольцеброс, серсо.

# Для гипеактивных подходит ходьба по буму, наклонной доске, шнуру, прямо и боком, приседая и делая повороты, ходьба с закрытыми глазами, стоять на 1 ноге( «ласточка»).

Для таких детей требования должны быть четкие и не многословными не более 10 слов. Нельзя давать несколько заданий, порционально выдавать требования. Много запретов – вызывает хаос – зарание оговорены, аргументированы. Где много детей у них снижается самоконтроль. Для них обязательно – режим в семье, вечерние прогулки ( с беседами). Вечером душ и чтение книг.

Наряду с гиперактивными детьми большое беспокойство у педагогов и родителей вызывают малоподвижные дети. Как правило, это дети, часто болеющие и имеющие некоторые морфофункциональные нарушения в здоровья. Для них характерна низкая двигательная активность и слабая выносливость. У детей этой группы отмечено значительное отставание от возрастных нормативов в показателях развития бега, прыжков, лазанья.

Малоподвижные дети нередко бывают, неуверенны в своих возможностях и отказываются выполнять трудное задания, а так же играть в коллективе. Этим детям свойственны пассивность, инертность, не желание контактировать со сверстниками.

Педагогам следует создать такие условия в игре, которые помогли бы ребенку поверить в свои силы и раскрыть свои способности.

В этом случаи наиболее продуктивные игры и упражнения на развитие быстроты, скорости движения и выносливости ( «Юла», «Волчок», («Догони обруч», «Прыгни и повернись» и др.)

Значительное внимание обращается на воспитание интереса к подвижным играм и играм с элементами спорта ( хоккей, бадминтон, баскетбол) развитие осознанной потребности в результатах занятиях физическими упражнениями.