

## Практикум «Трудно быть гиперактивным».

Продолжительность практикума 40- 50 минут

Для проведения практикума необходимо минимальное оснащение

Количество участвующих родителей от 5 до 12 человек

Практикум состоит из игр и упражнений.

### Цель:

- показать родителям степень понимания ими своего ребенка на игровом содержании
- дать возможность участникам практикума побывать в роли гиперактивного ребенка, прочувствовать и понять те проблемы, с которыми, ежедневно сталкивается малыш с СДВГ (синдром дефицита внимания с гиперактивностью).

### Задачи:

- Рассмотреть положительные и отрицательные стороны воспитательного воздействия родителей на ребенка.
- Вывести формулу успешности выполнения роли родителей.
- Убедить родителей в необходимости щедрых проявлений своей безусловной родительской любви
- Расширение возможностей понимания своего ребенка;

### **Упражнение «Визитка»**

Ведущий предлагает участникам познакомиться. Каждому из присутствующих предлагается назвать себя и коротко рассказать о себе.

Ведущий: Здравствуйте, уважаемые родители! Спасибо, что нашли время и пришли на сегодняшний тренинг, посвященный вопросу гиперактивных детей. Многие из нас незнакомы, возможно, испытывают разные ощущения от того, что оказались здесь и сейчас. И чтобы стать ближе друг другу, предлагаю нам всем познакомиться.

Я по кругу буду передавать игрушку, у кого игрушка окажется в руках, тот отвечает на три вопроса:

1. Как его зовут?
2. Какой у вас любимый завтрак?
3. Ваше любимое занятие?

Ну, вот мы с вами и познакомились. Каждый из вас очень индивидуален. Показательно и то, что у каждого из вас не только разные цвет волос, глаз, но и свой неповторимый и индивидуальный жизненный опыт.

## Игра на сплочение " Встреча руками"

### Ведущий:

Встаньте, пожалуйста, в круг, так чтобы Ваши руки могли встретиться.  
Закройте глаза. По команде ведущего пусть Ваши руки:

1. сначала найдут друг друга;
2. познакомятся;
3. проявят симпатию;
4. потанцуют;
5. подерутся;
6. помирятся;
7. попрощаются.

Молодцы, садитесь на свои места. Ответьте на вопросы:

- Легко ли было выполнить это упражнение?
- Что мешало?

Также это упражнение направлено на сплочение нашей команды.

### Упражнение «Трудно быть гиперактивным»

#### Ключевое упражнение практикума

Оснащение: картинка, листы бумаги (по числу участников).

#### Подготовительный этап

Один из участников ( он будет ведущим) получает карточку с абстрактной картинкой и уходит в соседнее помещение. Он должен составить четкую и понятную инструкцию для группы, которой предстоит по этой инструкции нарисовать картинку.

Все остальные члены группы разбиваются на тройки, каждая из которых будет моделировать поведение одного гиперактивного ребенка. Один представитель тройки моделирует поведение ребенка с дефицитом активного внимания. Его задача на следующем этапе упражнения сосчитать все предметы, имеющие острые углы (или все деревянные предметы, или все красные предметы, или предметы, названия которых начинаются со звука «С»). Второй участник тройки играет роль импульсивного ребенка – он должен постоянно выкидывать такие фразы, как: «Здорово!», «Замечательно!», «Ура!», «Ой, как мне нравится!», «Боже, как это скучно!», «А, можно я выйду?», «Ничего не понятно», «А кто догадался такую картинку придумать?» и т. д. при этом нельзя повторять слова и фразы, сказанные

ведущим. Третий представитель тройки должен ходить по аудитории и молча здороваться – пожимать руки присутствующим и дотрагиваться до всех столов и стульев в комнате – он моделирует поведение ребенка с двигательным беспокойством.

### Основной этап

Ведущий заходит в аудиторию и громко дает инструкцию всем участникам: «Послушайте, а затем нарисуйте, пожалуйста, следующее....». инструкция произносится один раз, без повторения.

Остальные участники слушают инструкцию и при этом моделируют заданное им поведение. По окончании инструкции каждая тройка начинает рисовать абстрактную картинку, которую ведущий сравнивает с оригиналом.

После проведения упражнения желательно провести общее обсуждение. Участники по кругу могут поделиться своими чувствами и впечатлениями, связанными с выполнением задания. Каждый рассказывает о трудностях, с которыми он столкнулся, играя такую необычную для него роль. Последним берет слово ведущий. Он рассказывает о своих ощущениях, о том, какая категория «детей» мешала ему больше всего, как ему все же удалось выполнить свое задание и у кого из детей оказались самые правильные рисунки и почему.

Как правило, после выполнения этого несложного шуточного задания многие участники в обратной связи говорят о том, что наконец начинают с пониманием относиться к проблемам гиперактивных детей.

### **Упражнение "Грецкий орех"**

#### Ведущий:

Сейчас я перед вами из мешочка высыплю грецкие орехи, и каждый возьмет себе по одному. Вам дается 1 мин, чтобы вы его рассмотрели, обратили внимание на его размер, форму, цвет, рисунок прожилок, дефекты, т. е. запомнили свой орех, чтобы затем его найти.

*(В центре круга из мешочка высыплются орехи по числу участников, родители их разбирают.)*

#### Ведущий:

Теперь я пройду по кругу и соберу в мешочек орехи. Перемешаю. Высыплю обратно на пол. Найдите, пожалуйста, каждый свой орех.

*(Участники практикума выполняют задание.)*

### Ведущий:

Ответьте, пожалуйста, на вопрос:

- По какому принципу вы нашли свой орех? (Цвет, форма, размер, дефекты и т. д.)

На первый взгляд все орехи похожи, но если приглядеться — одинаковых нет, а все очень разные и индивидуальные. Так и люди, и в частности дети: очень разные, запоминающиеся, у каждого свои неповторимые "черточки". Нужно их только почувствовать и понять.

### Игра "Войди в круг"

Родители встают в круг, крепко держатся за руки и представляют, что они — дети. Один остается за кругом — это взрослый. Его задача — убедить дошкольников впустить его в круг. Для этого нужно подобрать верный тон общения и нужные слова.

И тут выясняется, что очень и очень трудно достучаться до родителей.

Вопросы для анализа:

- Что вы испытывали, выполняя это задание?
- Легко ли было войти в круг?

После практикума обязательно побеседовать с родителями под итожить встречу, сделать выводы.

Вывести формулу успешности выполнения роли родителей.

Убедить родителей в необходимости проявления своей безусловной родительской любви.

Расширение возможностей понимания своего ребенка.

