

Памятка

Методы организации деятельности детей с гиперактивностью (СДВГ)

Ребенку с СДВГ не хватает энергии, так необходимой для конструктивной деятельности, как бы это не звучало парадоксально. Его бестолковая беготня является реакцией на всевозможные внештатные ситуации и внешние раздражители. Организовав хорошо комнату ребенка, сделав ее знакомой и предсказуемой, можно значительно сократить непродуктивное расходование энергии и направить ее в нужное русло.

Организация пространства

Организация внешней среды

Внешняя среда ребенка с СДВГ должна быть очень хорошо организована. Все лишние раздражители удаляются из поля зрения. Уменьшая количество раздражителей в комнате, мы, таким образом, увеличиваем интенсивность их воздействия.

В таком, особым образом организованном пространстве, ребенок с СДВГ может лучше сконцентрировать свое внимание на предметах, глубже понять их природу.

При самом положительном исходе, ребенок может действительно чем то заинтересоваться, захотеть делать, испытывать удовлетворение от проделанной работы или игры. Это уже является основой для дальнейшего развития его самостоятельности.

Устойчивость домашнего мира

Расположение мебели в комнате, занавески, вещи, все должно оставаться на своих местах. "Свободной энергии" (энергии концентрации) у такого ребенка и без того мало, механизмы концентрации и торможения работают с трудом. По этой причине, домашний мир ребенка должен быть предсказуемым. Только из такого мира ребенок сможет совершать свои вылазки в большой изменчивый мир и делать небольшие исследования.

Организация рабочего места

Рабочее место ребенка с СДВГ должно находиться в тихом месте, далеко от телевизора и постоянно открывающихся дверей. Все шумовые раздражители должны быть удалены. Ребенку нужна тихая и спокойная обстановка для занятий.

Мелочей в организации рабочего места быть не может. Стол и стул должны быть соответствующей высоты, чтобы ноги ребенка стояли на полу, не болтались и не подворачивались под себя, приводя к искривлению позвоночника, нарушению кровообращения, в следствие этого и к еще большему дефициту концентрации внимания.

Ребенку с СДВГ не хватает энергии, так необходимой для конструктивной деятельности. Его бестолковая беготня является реакцией на всевозможные внештатные ситуации и внешние раздражители. Организовав хорошо комнату ребенка, сделав ее знакомой и предсказуемой, можно значительно сократить непродуктивное расходование энергии и направить ее в нужное русло.

Организация времени

Режим дня

Вся жизнь гиперактивного ребенка должна подчиняться определенному режиму дня. Режим важен для всех детей, но для гиперактивного ребенка он важен вдвойне. Работа регуляторных механизмов психических процессов могут работать только в условиях максимальной упорядоченности.

Выработка правильных привычек происходит только тогда, когда все необходимое делается в одно и тоже время, изо дня в день.

Расписание в картинках (распорядок дня)

Для эффективной организации времени хорошо подходит расписание в картинках. Его можно разместить на специальном стенде в группе детского сада, в классе или дома. Дома можно использовать также специальный альбом с велькро полосками (липучками). На эти полосы буду

прикрепляться карточки, с обратной стороны которых тоже наклеен кусочек велькро. Таким образом картинки и их последовательность можно менять каждый день.

В таком альбоме или на стенде в нужной последовательности располагаются виды деятельности, игры и занятия. Для того, чтобы детям было легче воспринимать информацию, на карточках пишутся не только слова, но и рисуются картинки или всем понятные символы. Расписание в картинках очень хорошо организует деятельность ребенка.

Заранее обговоренные правила

Озвучить правило поведения.

Когда учитель дает классу выполнить задание, можно именно гиперактивного ребенка попросить "озвучить" что надо делать и каким образом. Если ребенок уже умеет писать, он может составить список правил выполнения задания. Если в процессе выполнения этого задания какое то правило будет нарушено, учитель без лишних слов и напряжения может указать ему на эти правила.

Правила перед началом работы, краткость инструкции

Родителям не рекомендуется читать своим гиперактивным детям длинные нотации. Эти длинные нотации все равно не будут выслушаны до конца. Все инструкции, предъявляемые гиперактивному ребенку, должны быть четкими и краткими. В противном случае, ребенок эту инструкцию не поймет, не запомнит, не будет ей следовать.

Давая инструкцию, нужно также учитывать неумение ребенка выслушивать до конца, неумение длительное время подчиняться групповым правилам, быструю утомляемость.

Алгоритмичная организация учебной деятельности

Системность подачи информации создает системно организованную память, облегчает поиск необходимой информации, развивает мышление. Такая подача информации снижает нагрузку на внимание и систематизацию материала при запоминании. Формулировки, иллюстрации, оформления не должны содержать ничего лишнего и отвлекающего.

Предложенная работа должна представлять из себя хорошо организованную последовательность определенных видов деятельности, между которыми можно делать небольшие перерывы. Каждый такой вид деятельности представляется короткой инструкцией, отраженной в рисунке или схеме. Рисунок или схема находятся перед глазами ребенка.

Инструкции должны быть короткими или разделенными на короткие части для того, чтобы хватало объема оперативной памяти, не происходило выпадения, замен, перестановки частей информации.

Идти от особенностей ребенка

Гиперактивные дети не злы и не злонамеренны. Как правило, они готовы сотрудничать с другими людьми, но они не умеют этого делать. Не надо их ломать, надо идти от их особенностей и давать им шанс проявить себя. Только в этом случае отношения с учителями и сама учебная деятельность может наладиться.

В каждом конкретном случае ситуация должна быть тщательно проанализирована и должен быть подобран индивидуальный подход к ребенку. Выбор правильной стратегии - это большая ответственность. Если ситуация с конкретным ребенком проанализирована неправильно, его положение в семье и в детском коллективе, а также его поведение могут значительно ухудшиться.

Альтернативная форма поведения

Постоянные окрики и наказания, на которые так щедры взрослые люди не дадут желаемых результатов. Более того, они могут способствовать формированию и закреплению отрицательных качеств ребенка, а так же негативного отношения к учебному процессу в принципе.

Когда ребенок ведет себя неправильно и этим всех раздражает, можно попробовать предложить альтернативную форму поведения. Например: "Нельзя разрисовывать обои, но если ты хочешь рисовать на стене, давай прикрепим на нее лист бумаги". Или: "У нас в группе кидаться игрушками нельзя. Если ты хочешь бросить что-то, я дам тебе поролоновый мячик"

Моментальный характер поощрений

И в системе поощрений приходится учитывать особенности гиперактивного ребенка. Он не умеет долго ждать, поэтому поощрения должны носить моментальный характер и повторяться каждые 15-20 минут. И в школах и дома можно практиковать систему выдачи жетонов. Жетоны в дальнейшем обмениваются на то, что ребенку интересно.

Особенности интеллектуальной деятельности

Очень часто у детей с СДВГ возникают проблемы с закреплением материала, то есть переводением усвоенного из кратковременной рабочей памяти в долговременную память, с возможностью извлечения материала в любой нужный момент. Если занятие по новой теме было единичное, гиперактивный ребенок может продемонстрировать понимание материала и ответить на вопросы, но на следующий день ничего не помнить.

Некоторым детям нужно меньшее количество повторений материала, некоторым большее. Родители, незнакомые с этой особенностью своих гиперактивных детей, часто злятся и думают, что ребенок не хочет отвечать на вопросы, делает это намеренно. Такому ребенку просто нужны повторения, подкрепленные визуально различными рисунками и схемами.

Особенности мышления

Развитие мышления. Особенности мышления

Чтобы нормально развивалось произвольное внимание, память и самоуправление, необходимо тренировать мышление. Мышление ребенка с СДВГ долгое время остается "линейным", т.е. интеллектуальный анализ оказывается возможным по одному параметру и в одном направлении. У детей с СДВГ эта характеристика мыслительных процессов присутствует более длительное время. Положительным моментом здесь является то, что в отличие от ситуации с маленькими детьми, опора на наглядность и вынесение вовне промежуточных результатов мышления может оказать существенную помощь.

Визуальное мышление

При развитии визуального мышления ребенок быстро обучается пользоваться различными рисунками, чертежами, таблицами, т. е. различными опорными схемами. Этим он снимает нагрузку на оперативную память и мышление, значительно повышая общую эффективность собственной мыслительной деятельности. Визуальное мышление хорошо развивается в играх, связанных с моделированием, конструированием, выкладыванием узоров, картинок по образцам (конструкторы, мозаики, кубики и пр.). Визуальное мышление, по всей вероятности, является сильной стороной ребенка с СДВГ. Это нужно обязательно использовать в работе с ним.

Что утомляет?

При переутомлении деятельность мозга дезорганизована

Гиперактивного ребенка утомляет монотонная однообразная работа. Впрочем, внутренних резервов на любую другую работу у него не так уж и много. При переутомлении деятельность мозга может быть настолько дезорганизована, что стираются уже установленные связи, та информация, которая уже усвоена.

Используемые источники:

<https://fakel.tom.ru/wp-content/uploads/2024/03/metody-raboty-s-giperaktivnymi-detmi.-O.V.-Sinyukina.pdf>

<https://www.teacherjournal.ru/categories/23/articles/12612>

<https://eduregion.ru/k-zhurnal/deti-s-sdvg-polnoe-rukovodstvo-po-metodam-i-priemam-raboty-dlya-roditeley-i-pedagogov/>