

## Тест на гиперактивность

Похоже на детскую игру из серии "Найди 5 отличий"

Итак активный ребенок:

- Большую часть дня «не сидит на месте», предпочитает активные игры пассивным (пазлы, конструкторы), но если его заинтересовать может и книжку с мамой почитать и тот же пазл собрать
- Быстро и много говорит, задает бесконечное количество вопросов
- для него нарушение сна и расстройство пищеварения (расстройство кишечника), скорее исключение.
- Он активный не везде. Например, беспокойный и непоседливый дома, но спокойный в садике, в школе, в гостях у малознакомых 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 ответы на них.
- Его невозможно уложить спать, а если спит, то беспокойно, урывками. У него часто кишечные расстройства. Для гиперактивных деток всевозможные аллергии не редкость.
- Он неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых условиях (дом, школа, детский сад, магазин...) ведет себя одинаково активно.
- Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию—дерется, кусается, толкается, причем пускает в ход подручные средства: палки, камни и т.п.

## Режим дня гиперактивного ребенка



Режим дня может варьироваться в зависимости от занятости ребенка, но он должен быть обязательно и ребенок должен его соблюдать!

МДОБУ «Детский сад №21»

## Синдром дефицита внимания с гиперактивностью



Памятка для родителей

# Гипердинамический синдром

**Дефицит внимания с гиперактивностью** — расстройство, характеризующееся выраженным нарушением концентрации внимания, **гиперактивностью и импульсивностью**.

**Гиперактивность** проявляется излишней двигательной активностью в ситуациях, требующих спокойного поведения, что особенно заметно при обучении. Дети не могут сидеть или стоять спокойно. Нарушения внимания характеризуются низкой способностью к концентрации внимания, рассеянностью. Они выражаются в постоянной отвлекаемости, быстрой потере интереса к заданиям и играм, сниженной способностью (по сравнению со сверстниками) к планированию и выполнению заданий. Дети неорганизованны, небрежны, часто совершают много ошибок из-за невнимательности, с трудом выслушивают учителя, часто теряют свои вещи. Их гиперактивность постоянна и мало зависит от ситуации и окружения. Присутствует у них и отвлекаемость на внешние раздражители (звуки и зрительные стимулы).

**Импульсивность** проявляется в склонности к быстрому и необдуманному реагированию на внешние стимулы. При обучении это приводит к «импульсивному стилю работы», когда дети отвечают необдуманно на вопросы, не могут дождаться своей очереди для ответа, перебивают окружающих при беседе. В плане поведения импульсивность часто ведет к неоправданно рискованным поступкам, часто даже к несчастным случаям.

Дети с **гипердинамическим синдромом** страдают из-за низкой самооценки, им также свойственна повышенная тревожность. Как правило у них низкая успеваемость. Эти дети часто бывают изгоями в коллективе сверстников, хотя они стремятся к дружбе, они воспринимаются окружающими (в том числе учителями) как невоспитанные, распушенные. Таких детей отличает склонность нарушать общепринятые нормы и правила, частые вспышки гнева и агрессии, повышенная обидчивость, а также специфические расстройства в усвоении школьных навыков. Кроме того они не могут вести себя спокойно при проведении досуга, слишком сильно шумят и двигаются, часто предпочитают разрушительные игры.

**рактивного ребенка.**

**1. Заставьте тетради по математике ЗАРАБОТАТЬ.** Превратите часть математических заданий в игру (перемешайте задания и ответы, закрывайте ответы бумагой, пусть ребенок их угадает).

**2. Пусть занимаются двумя делами одновременно.** (думать, что ребенок в движении вас не слушает — неверно. Ему нужно движение. Пусть он двигается и работает, только движение выбирайте сами, например играя с ЛЕГО и слушая сказку).

**3. Позвольте им отвечать устно.** Письмо не обязано быть неотъемлемой частью любой учебной деятельности. Помните, что ваше дело усвоить учебный материал, а не попрактиковаться в письме!

**4. Привнесите движение куда только можно.**

**5. Поставьте зрительные и слуховые заглушки куда только можно.** Спокойная музыка в наушниках помогает ему сосредоточиться.

**6. Найдите удовольствие в правилах чтения.** Используйте игровые моменты при чтении и изучении букв.

**7. Не надо делать все задания в каждой книжке.** Главное усвоить, бывает достаточно и двух примеров, чтобы ребенок понял материал.

**8. Дайте ребенку список заданий на день.** Ребенок будет знать, что ему предстоит и никаких неожиданностей не будет. Это добавит ему уверенности.

**9. Следите за своим учительским темпераментом.** Ваша речь и действия должны быть понятны не только вам, но и вашему ребенку.

**10. Забудьте, что говорят другие... Разглядите в своем ребенке ДАР!** Научитесь понимать, что у вас особенный ребенок и вы можете помочь ему овладеть ДАРОМ безграничной энергии, который ему дан.

Десять  
тов по обу-



лучших  
сове-  
чению гипе-