«Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының Қостанай қаласы білім бөлімінің № 14 бөбекжайы» КМҚК

КГКП «Ясли-сад № 14 отдела образования города Костаная» Управление образования акимата Костанайской области

**Консультация для воспитателей**

**по теме: «Игры и упражнения для работы с гиперактивными детьми»**

Педагог-психолог: Смирнова В.В.

г. Костанай, 2021-2022 уч.г.

“**Гипер**. ” — (от греч. Hyper — над, сверху) — составная часть сложных слов, указывающая на превышение нормы. Слово “активный” пришло в русский язык из латинского “a tivus” и означает “действенный, деятельный”.

Существуют различные мнения о причинах возникновения **гиперактивности**: это могут быть генетические факторы, особенности строения и функционирования головного мозга, родовые травмы, инфекционные заболевания, перенесённые ребёнком в первые месяцы жизни, и т. д.

 Гиперактивность – это не поведенческая проблема, не «распущенность», как думают многие. Важно отличать ребенка неусидчивого и подвижного от гиперактивного. У гиперактивных детей часто наблюдаются беспокойные движения в кистях и стопах. Они могут встать со своего места во время занятия, постоянно крутятся и вертятся, не могут спокойно играть. Они болтливы и отвечают на вопрос, не дослушав до конца. Сначала делают, а потом думают. Импульсивные, взрывные, чрезмерно отвлекающиеся – это все о них.

Гиперактивность мешает детям делать успехи и устанавливать теплые доверительные отношения с людьми. У сверстников, а подчас и у педагогов, они вызывают раздражение. Без сомнения, эти дети нуждаются в помощи, участии и терпении со стороны взрослых.

**Игры и упражнения для гиперактивных детей**

**«По сигналу»**

*Цель: развить волевую регуляцию и способность концентрировать внимание.*

Перед взрослым лежат 3 карточки – красного, желтого и зеленого цвета. Красная – это сигнал «кричалка». Она позволяет детям бегать, прыгать, шуметь и кричать. Желтая карточка – «шепталка». Когда взрослый ее поднимает, нужно шептаться и передвигаться на цыпочках. Зеленый сигнал – «молчалка». Во время него детям надо молчать и не шевелиться. Карточки хаотично сменяют друг друга, каждые 40–120 секунд. Через 5 минут игра заканчивается «молчалкой».

**“Смелые мышки”.**

Выбирается водящий – “кот”, остальные дети – “мышки”. “Кот” стоит (сидит) и наблюдает за “мышками”. С началом стихотворного текста “мышки” направляются к домику “кота”.

Вышли мышки как-то раз
Посмотреть который час
Раз-два-три-четыре,
Мышки дернули за гири.
Вдруг раздался страшный звон!
Бом-бом-бом-бом!
Убежали мышки вон!”

Мышки, подходя к дому “кота” выполняют движения, соответствующие тексту. Услышав последнее слово, мышки убегают, а “кот” их ловит. Пойманные “мышки” выходят из игры.

**«Найди отличие»**

*Цель: развить умение концентрировать внимание на деталях.*

Ребенок рисует любую несложную картинку (котик, домик и др.) и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

**Что изменилось?**

*Цель: развить зрительную память и внимание.*

Поставьте перед дошкольником 4–6 игрушек. Попросите запомнить их. Через минуту спрячьте одну игрушку. Ребенок должен назвать игрушку, которая пропала. Для усложнения игры можно добавлять количество игрушек, прятать большее количество, ничего не убирать, а просто менять предметы местами.

**«Ласковые лапки»**

*Цель: снять напряжение, мышечные зажимы, снизить агрессивность, развить чувственное восприятие, гармонизировать отношения между ребенком и взрослым.*

Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т. д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасается к руке - отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

*Вариант игры:*«зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами

**«Запрещенное движение»**

*Цель: игра с четкими правилами организует, дисциплинирует детей, сплачивает играющих, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъем.*

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнить. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры.

Вместо показа движения можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют хорошо все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры «пять». Когда дети ее услышат, они должны будут хлопать в ладоши (или покружиться на месте).

**“Четыре стихии”**

Дети сидят в круге. Ведущий договаривается с детьми, если он скажет слово “Земля” – все опускают руки вниз, “Вода” – вытянуты руки вперед, “ воздух”– поднять руки вверх, “Огонь”– повернуться вокруг себя.

**“Смелые мышки”.**

Выбирается водящий – “кот”, остальные дети – “мышки”. “Кот” стоит (сидит) и наблюдает за “мышками”. С началом стихотворного текста “мышки” направляются к домику “кота”.

Вышли мышки как-то раз
Посмотреть который час
Раз-два-три-четыре,
Мышки дернули за гири.
Вдруг раздался страшный звон!
Бом-бом-бом-бом!
Убежали мышки вон!”

Мышки, подходя к дому “кота” выполняют движения, соответствующие тексту. Услышав последнее слово, мышки убегают, а “кот” их ловит. Пойманные “мышки” выходят из игры.

**«Лови — не лови»**

Эта игра напоминает известную нам всем с детства игру «Съедобное — несъедобное». В данной ситуации мы можем менять условия каждый раз, чтобы ребёнку игра не наскучила. Главное объяснить,когда нужно ловить, а когда не нужно ловить мяч.

К примеру, можно оговорить, что если водящий кидает мяч и произносит слово, относящееся к животным, то игроки ловят мяч. Если слово не будет иметь отношение к животным, то игроки не ловят, а отбивают мяч. Чтобы ребёнку было интересно играть, можно менять тематику (нужно ловить мяч, если водящий называет только птиц, только растения, исключительно фрукты и т.д.)

Игра предусмотрена на развитие внимания, умение быстро реагировать и принимать решение.

**«Передай мяч»**

*Цель: снять излишнюю двигательную активность.*

Сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу. Можно в максимально быстром темпе бросать мяч друг другу или передавать его, повернувшись спиной в круг и убрав руки за спину. Усложнить упражнения, можно попросив детей играть с закрытыми глазами или используя в игре одновременно несколько мячей.

**Здравствуй**

*Цель: помогает снять мышечное напряжение, переключить внимание.* Взрослый подает звуковые сигналы, во время которых детям нужно поздороваться с как можно большим количеством людей. При хлопке в ладоши необходимо пожать руки партнерам. Если звонит колокольчик, следует погладить играющих по спине. По свистку дети здороваются спинками – становятся спиной друг к другу и прижимаются. Разговаривать в процессе запрещается.