**Основные методы и приёмы в работе с гиперактивными детьми**

Не секрет, что с каждым годом в школу поступает все больше и больше гиперактивных детей. Несмотря  на  проработанность  темы, существующие методы  работы  с  гиперактивным  поведением  детей   младшего школьного  возраста имеют недостаточно  комплексный  характер.

Психологи выделяют следующие признаки, которые являются диагностическими симптомами гиперактивных детей:

* Не может спокойно сидеть на месте, когда от него этого требуют.
* Легко отвлекается на посторонние раздражители.
* С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.
* Часто переходит от одного незавершенного действия к другому.
* Не может играть тихо, спокойно.
* Болтливый.
* Часто мешает другим, пристает к окружающим.
* Часто теряет вещи.
* Может совершать опасные действия, не задумываясь о последствиях (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).

Если ребенок гиперактивен, то трудности испытывают не только он сам, но и его окружение: родители, одноклассники, учителя. Так, гиперактивные дети (а особенно младшие школьники) испытывают повышенную потребность в движении, что противоречит требованиям школьной жизни, т. к. школьные правила не позволяют им свободно двигаться во время урока и даже во время перемены. А просидеть за партой 4-5 уроков подряд по 40 минут для них задача непосильная. Именно поэтому уже через 15-20 минут после начала урока гиперактивный ребенок не в состоянии сидеть за партой спокойно. Этому способствует малая подвижность на уроке, отсутствие смены форм деятельности на уроке и в течение дня. Следующей проблемой является противоречие между импульсивностью поведения ребенка и нормативностью отношений на уроке, что проявляется в несоответствии поведения ребенка установившейся схеме: вопрос учителя – ответ ученика. Гиперактивный ребенок, как правило, не ждет, пока учитель разрешит ему отвечать. Он часто начинает отвечать, не выслушав вопрос до конца, и часто кричит с места.

Гиперактивным детям свойственна неустойчивая работоспособность, что является причиной нарастания большого количества ошибок при ответах и выполнении письменных заданий при наступлении состояния утомления. Фиксированная (стандартная) система оценивания знаний, умений и навыков, принятая в современной школе, выполняет не столько функцию регулирования, сколько санкционирования для ребенка, т. к. увеличивающееся в связи с утомлением количество ошибок приводит к увеличению замечаний и негативных оценок со стороны учителя, что воспринимается ребенком как отрицательное оценивание себя в целом, а не как оценку своей работы. Навыки чтения и письма у гиперактивного ученика не соответствуют его интеллектуальным способностям. Письменные работы выполняются неряшливо, с ошибками из-за невнимательности. При этом ребенок не склонен прислушиваться к советам взрослых.

Проблемы гиперактивных детей не решаются в одночасье и одним человеком. Это комплексная проблема требует внимания, как родителей, так и врачей, педагогов и психологов.

*Основные направления в работе с гиперактивными детьми:*

1. Повышение учебной мотивации: применение системы поощрения, использование нетрадиционных форм работы, обучение учениками 2-3 классов более младших школьников (старшие дети «работают» инструкторами оригами и бисероплетения, такие занятия нравятся и старшим и младшим).

2. Организация учебного процесса с учетом психофизиологических особенностей учащихся:

- смена видов деятельности в зависимости от утомляемости ребенка;

- реализация двигательной потребности ребенка (выполнение поручений учителя; требующих двигательной активности: раздать бумагу, стереть с доски, показать на доске указкой этапы работы);

- понижение требований к аккуратности на первых этапах обучения;

- выполнение упражнений на релаксацию и снятие мышечных зажимов (массаж кистей рук, пальчиковая гимнастика и другие);

- инструкции учителя должны быть четкими и немногословными;

- избегание категорических запретов.

*Организация учебного процесса.*

Такой ребенок непреднамеренно мешает вести урок, он с трудом может регулировать свое поведение, его постоянно что-то отвлекает, он всегда более возбужден, чем другие дети.

Поднимать руку и ждать, когда его вызовут, такой ребенок может только с 5 или 6 класса. Замечания или одергивания ничего не дают, они лишь еще более возбуждают ребенка. Рекомендуется привлекать такого школьника к участию в уроке, игнорируя его выкрики во время занятий. Если они уж слишком мешают проведению урока, следует быстро подойти к нарушителю дисциплины, коснуться его плеча и немногими спокойными словами унять его («Стоп» и тп). Чем спокойнее и четче прозвучат слова учителя, тем быстрее успокоится ребенок.

Для ученика надо выбирать такое место в классе, где меньше отвлекающих моментов. Не стоит часто пересаживать учащегося с места на место. Чем четче правила, действующие на уроке, тем легче приходится ребенку с нарушенным вниманием. Особое значение следует придавать подготовке учебных пособий и материалов: чем понятнее, систематичнее, структурированнее учебные материалы, тем лучше сможет учиться гиперактивный ребенок. Желательно также, чтобы обучение было направлено на достижение прочной автоматизации основных навыков, не следует перегружать ребенка множеством детальных знаний, надо учить его учиться.

Нужно помнить, что такому ребенку легче работать в начале дня, чем вечером, а также в начале урока, чем в конце.

Система поощрений и наказаний должна быть достаточно гибкой, но обязательно последовательной. И тут приходится учитывать особенности гиперактивного ребенка: он не умеет долго ждать, поэтому и поощрения должны носить моментальный характер и повторяться примерно через 15— 20 минут. Один из вариантов поощрения — выдача жетонов, которые в течение дня можно обменять на награды.

Поскольку гиперактивный ребенок очень импульсивен, его неожиданное действие, которое иногда носит даже провокационный характер, может вызвать слишком эмоциональную реакцию взрослого. В любой ситуации оставайтесь спокойными. Помните: нет хладнокровия — нет преимущества! Прежде чем реагировать на неприятную ситуацию, остановитесь на несколько секунд (например, сосчитайте до десяти). И тогда, избежав эмоциональной вспышки, вы избежите и чувства вины за проявление своей слабости, сможете лучше понять ребенка, который так нуждается в вашей поддержке. Вообще индивидуальный подход, который так необходим этим детям, — дело довольно сложное и требует от педагогов больших усилий, гибкости, терпения.

 Упражнения для гиперактивных детей, развивающие внимание, усидчивость или же, снимающие лишнюю энергию. Вот некоторые из них:

«Найди отличие»

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. 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.

 «Броуновское движение»

Ведущий вкатывает в центр круга один за другим теннисные мячики. Детям сообщаются правила игры: мячи не должны останавливаться и выкатываться за пределы круга, их можно толкать рукой. Если участники успешно выполняют правила игры, ведущий вкатывает дополнительное количество мячей. Смысл игры — установить командный рекорд по количеству мячей в круге.

«Передай мяч»

Сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу. Усложнить упражнение можно, попросив детей играть с закрытыми глазами, или использовать в игре одновременно несколько мячей.

 «Запрещенное движение»

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.

Рекомендации учителю по работе с гиперактивными детьми:

1. Обязательно оценивать хорошее поведение и успехи в учебе, хвалить ребенка, если он успешно справился даже с небольшим заданием.

2. Уменьшить рабочую нагрузку, по сравнению с другими детьми.

3. Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физкультминутки.

4. В классе желательно иметь минимальное количество отвлекающих предметов (картин, стендов).

5. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха. Создавать ситуацию успеха, в которой ребенок имел бы возможность проявить свои сильные стороны.

6. Посадить ребенка во время урока, по возможности, рядом с взрослым. Оптимальное место для гиперактивного ребенка — в центре класса, напротив доски, он всегда должен находиться перед глазами учителя.

7. Использовать физический контакт (поглаживания, прикосновения) в качестве поощрения и снятия напряжения.

8. Направлять лишнюю энергию гиперактивных детей в полезное русло: во время урока просить их помочь — вымыть доску, раздать бумагу и т.д.

9. На определенный отрезок времени давать лишь одно задание. Если предстоит большое задание, то его надо предлагать в виде последовательных частей, и периодически контролировать ход работы над каждой частью, внося необходимые коррективы.

10. Давать задания в соответствии с рабочим темпом и способностями ученика. Важно избегать предъявления завышенных или заниженных требований.

11.Учить выражать свои эмоции.

12. Договариваться с ребенком заранее о тех или иных действиях.

13. Давать короткие и четкие инструкции (не более 10 слов).

14. Использовать гибкую систему поощрений и наказания.

15. Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее.

16. Предоставлять ребенку возможность выбора, когда это необходимо.

17. По возможности игнорировать нарушения поведения ребенка с синдромом дефицита внимания.

18. Предоставлять ребенку возможность быстро обращаться за помощью к учителю в случаях затруднения.

19. Учебные занятия строить по четко распланированному, стереотипному распорядку.

20. Задания, предлагаемые на уроке, писать на доске.

21. Вводить проблемное обучение, повышать мотивацию учеников, использовать в процессе обучения элементы игры, соревнования. Больше давать творческих, развивающих заданий и наоборот, избегать монотонной деятельности. Рекомендуется частая смена заданий с небольшим числом вопросов.

22. При разговоре с ребёнком опускаться на уровень его глаз, смотреть ему в глаза, взять за руки.

23. Запомнить, гиперактивность – это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз. Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями.

Упомянутые методы не устраняют нарушения, но дают возможность справляться с его проявлениями, помогают смягчить множество последствий, таких, как отставание в учебе и чувство неполноценности. Чем лучше поставлена разъяснительная работа учителя, тем больше шансов у ребенка найти свой индивидуальный путь в общество.

Интересным является то, что люди гиперкинетического склада ума часто способны обогатить жизнь окружающих: от них, с их детской восторженностью, непосредственностью, оригинальными способами решения проблем, исходит некий жизненный импульс. Необычные формы поведения, иная структура восприятия окружающего мира, склонность к фантазированию часто выгодно отличают их от сверстников, которые рядом с этими искрящимися натурами кажутся старичками.

Однако, при отсутствии помощи, жизнь ребенка с гиперактивным поведением может превратиться в мучение и непрерывную цепь насмешек и унижений. И только в том случае, если учителя, родители и психологи объединят свои усилия, они могут реализовать себя, найдя свой путь к лучшей, более наполненной жизни.