



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ЦЕНТР
ПСИХОЛОГО – ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И
СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ

«ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»

Г.О. СЫЗРАНЬ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

МАСТЕР – КЛАСС

**ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ЗАПАДНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ОКРУГА**

**«НЕПОСЕДА В КЛАССЕ. ОКАЗАНИЕ АДРЕСНОЙ
ПОМОЩИ ДЕТЯМ С ОВЗ»**



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ЦЕНТР ПСИХОЛОГО –
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ

«ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»

Г.О. СЫЗРАНЬ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

Программа проведения мастер – класса

«Непоседа в классе.

Оказание адресной помощи детям с ОВЗ»

Дата проведения: 20.04.2016 года

Время проведения: 13.00 – 15.00

Место проведения: ГБУ ЦППМСП «Центр диагностики и консультирования»

Участники: педагоги образовательных организаций Западного образовательного округа

1. Регистрация участников.

2. Вступительное слово. Приветствие участников мастер – класса

3. Внимание – как психический процесс. Развитие и нарушение внимания у школьников. (Сидорова Е.А., педагог – психолог)

4. Особенности психического развития школьников с дефицитом внимания и гиперактивностью. (Евдокимов А.В., педагог – психолог)

5. Рекомендации по оказанию помощи в обучении для детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью. (Сидорова Е.А., педагог – психолог)

6. Показ презентации

7. Практическая часть с участниками мастер – класса. Игры и упражнения на снижение дефицита внимания.

8. Подведение итогов. Обмен мнениями. Выставка методической литературы.

Внимание – как психический процесс. Развитие и нарушение внимания у школьников.

Внимание – это направленность и сосредоточенность нашего сознания на определенном объекте. Объектом внимания может быть все что угодно – предметы и их свойства, явления, отношения, действия, мысли, чувства других людей и свой собственный внутренний мир.

Внимание не является самостоятельной психической функцией, его нельзя наблюдать само по себе. Это особая форма психической активности человека, и она входит как необходимый компонент во все виды психических процессов. Внимание – это всегда характеристика какого-то психического процесса: восприятия, мышления, памяти, воображения. Внимание – необходимое условие качественного выполнения любой деятельности.

Различают внимание внешнее и внутреннее. Внешнее внимание направлено на окружающие предметы и явления, внутреннее – на собственные мысли, чувства, переживания.

Физиологическую основу внимания составляют ориентировочно – исследовательские рефлексy, которые вызываются новыми раздражителями или неожиданными изменениями обстановки. И. П. Павлов назвал их рефлексами «Что такое?». К. Д. Ушинский отмечал огромную роль внимания в психической деятельности: «...внимание есть именно та дверь, через которую проходит все, что только входит в душу человека из внешнего мира.»

Виды внимания.

Внимание может быть **непроизвольным** (непреднамеренным) и **произвольным** (преднамеренным).

Непроизвольным – называется внимание, которое вызвано теми или иными особенностями действующих в данный момент объектов без намерения быть к ним внимательным. Оно возникает без волевых усилий.

Причины возникновения непроизвольного внимания:

-объективные особенности предметов и явлений;

- структурная организация;
- интенсивность объекта;
- новизна, необычность объекта;
- резкая смена объектов;
- субъективные факторы, в которых проявляется избирательное отношение человека к окружающему.

Непроизвольное внимание характеризуется следующими особенностями:

- человек предварительно не готовится к восприятию объекта или действию;
- интенсивность непроизвольного внимания обуславливается особенностями раздражителей;
- непродолжительно по времени.

Эти особенности непроизвольного внимания делают его неспособным обеспечить хорошее качество той или иной деятельности.

Произвольное внимание служит для достижения поставленной и принятой к исполнению цели. Основная функция произвольного внимания – активное регулирование протекания психических процессов. В настоящее время произвольное внимание понимается как деятельность, направленная на контроль поведения, поддержание устойчивой избирательной активности.

Характеристики произвольного внимания:

- целенаправленность – определяется задачами, которые человек ставит перед собой в той или иной деятельности;
- организованный характер деятельности – человек готовится быть внимательным к тому или другому предмету, сознательно направляет свое внимание на него, организует необходимые для данной деятельности психические процессы;
- устойчивость – внимание продолжается более или менее длительное время и зависит от задач или плана работы. Преднамеренное внимание всегда связано со словами, в которых мы выражаем наше намерение.

Причины, обуславливающие произвольное внимание:

-интересы человека, побуждающие его к занятию данным видом деятельности;

-осознание долга и обязанности, требующие как можно лучше выполнять данный вид деятельности.

Послепроизвольное внимание – это активное, целенаправленное сосредоточение сознания, не требующее волевых усилий вследствие высокого интереса к деятельности. По мнению К. К.Платонова, послепроизвольное внимание является высшей формой произвольного внимания. Послепроизвольное внимание возникает в тех ситуациях, когда цель деятельности сохраняется, но отпадает необходимость в волевом усилии.

Свойства внимания.

Объем внимания – это количество объектов, воспринимаемых одновременно с достаточной ясностью и отчетливостью. Чем больше объем внимания, тем более эффективной будет деятельность. С возрастом объем внимания расширяется. Для ребенка младшего школьного возраста каждая буква является отдельным объектом. Объем внимания, начинающего читать ребенка, очень мал, но по мере овладения техникой чтения, приобретения опыта, увеличивается, и объем внимания, необходимый для беглого чтения. Для увеличения объема внимания необходимы специальные упражнения. Основное условие расширения объема внимания – наличие навыков и умений систематизации, объединения по смыслу, группировки воспринимаемого материала. Объем внимания у школьников от 2 до 5 объектов, в зависимости от возраста.

Устойчивость внимания – его временная характеристика – это длительность удержания внимания к одному и тому же предмету или деятельности. Показателем устойчивости внимания является высокая продуктивность деятельности в течение относительно длительного времени. Если внимание неустойчиво, то качество работы резко снижается. На устойчивость внимания оказывают влияние следующие факторы:

- усложнение объекта;
- активность личности;
- эмоциональное состояние;
- отношение к деятельности;
- темп деятельности.

Устойчивым называют такое внимание, которое способно в течение долгого времени оставаться непрерывно сосредоточенным на одном предмете или на одной и той же работе. И. П. Павлов говорил о своей работе, что это, прежде всего упрямая сосредоточенность мысли, умение неотступно думать об избранном предмете.

Интенсивность внимания характеризуется относительно большой затратой нервной энергии при выполнении данного вида деятельности.

Концентрация внимания – это степень сосредоточения. Сосредоточенным называется внимание, направленное на какой либо один объект или вид деятельности и не распространяющиеся на другие. Концентрация внимания на одних объектах предполагает одновременное отвлечение от всего постороннего. Сосредоточенность – необходимое условие осмысления и запечатления поступающей в мозг информации, при этом отражение становится более ясным и отчетливым. Сосредоточенное внимание отличается высокой интенсивностью, что необходимо для выполнения важных видов деятельности. Сосредоточенное внимание характеризуется резко выраженными признаками: в соответствующей позе, мимике, выразительном живом взгляде, быстрой реакции, в торможении всех лишних движений.

Распределение внимания – это способность человека удерживать в центре внимания определенное число объектов одновременно, т. е. это одновременное внимание к двум или нескольким объектам при одновременном выполнении действий с ними или наблюдения за ними. Особое значение распределение внимания имеет во время учебы. Ребенок должен одновременно слушать учителя и записывать, доставать, открывать, запоминать.... Но только в том случае, если оба вида деятельности или хотя бы

один достаточно освоены, не требуют сосредоточенности, такое совмещение будет успешно. Младшие школьники плохо распределяют внимание, у них еще нет опыта. Поэтому не стоит заставлять ребенка одновременно выполнять два дела или при выполнении одного отвлекать на другое. Но постепенно необходимо приучать его к распределению внимания, ставить в такие условия, где это необходимо.

Переключение внимания – это сознательное и осмысленное перемещение внимания с одного объекта на другой или с одной деятельности на другую в связи с постановкой новой задачи. Переключаемость внимания означает способность быстро ориентироваться в сложной ситуации. Возможные причины переключения внимания: требования выполняемой деятельности, включение в новую деятельность, усталость. Переключение бывает полным и неполным – в том случае, когда человек перешел к другой деятельности, а от первой еще не полностью не отвлечен. Успешность переключения зависит:

- от отношения между предшествовавшей и последующей деятельностью;
- от завершенности предшествующей деятельности, либо ее незавершенности;
- от отношения субъекта к той или иной деятельности;
- от индивидуальных особенностей субъекта;
- от значимости цели деятельности для человека, ее ясности и четкости.

Наряду с переключением внимания выделяют его *отвлечение* – произвольное перемещение внимания с основной деятельности на объекты, не имеющие значения для ее успешного выполнения.

Колебания внимания выражаются в периодической смене объектов, на которые оно обращается. Колебания внимания отличаются от изменения его устойчивости. Изменение устойчивости характеризуется периодическим повышением и снижением интенсивности внимания. Колебания же могут быть даже при самом сосредоточенном и устойчивом внимании.

Развитие внимания.

Внимание у детей начинает проявляться довольно рано, уже в первые месяцы жизни. Сначала появляется непроизвольное внимание. С возрастом оно развивается – увеличивается круг объектов, которые вызывают непроизвольное внимание, и само это внимание становится более сильным и более устойчивым.

На основе непроизвольного внимания у детей постепенно развивается внимание произвольное. Однако на протяжении дошкольного возраста, а иногда и школьного, ребёнок ещё в недостаточной степени владеет своим вниманием.

В младшем школьном возрасте происходят существенные преобразования характеристик внимания, идёт интенсивное развитие всех его свойств.

Возрастными особенностями внимания младших школьников являются сравнительная слабость произвольного внимания и его небольшая устойчивость.

Значительно лучше у младших школьников развито непроизвольное внимание. Всё новое, неожиданное, яркое, интересное само собой привлекает внимание учеников, без всяких усилий с их стороны.

Перед учителем начальной школы в учебном процессе стоит сложнейшая задача – строго продумывать специальную работу по организации внимания детей. Сам процесс учения способствует развитию произвольного внимания, его устойчивости и сосредоточенности. По мере того как расширяется круг интересов ребёнка, и он приучается к систематическому учебному труду, его внимание – как непроизвольное, так и произвольное – интенсивно развивается.

Условием поддержания внимания является разнообразие сообщаемого материала, последовательность его изложения и раскрытия. Очень важным для организации внимания является умение учителя предложить задание и так его мотивировать, чтобы оно было принято ребёнком, - возбудить интерес, внести известную эмоциональную насыщенность.

Детский интерес приобретает важное педагогическое значение как самая частая форма проявления произвольного внимания. Детское внимание, подчёркивал Л. С. Выготский, направляется и руководствуется почти всецело интересом, и поэтому естественной причиной рассеянности ребёнка всегда является несовпадение двух линий в педагогическом деле: собственно интереса и тех занятий, которые предлагает учитель как обязательные.

Развитие произвольного внимания младшего школьника является одним из важнейших приобретений личности на данном этапе онтогенеза. Оно связано с формированием у ребёнка волевых качеств и находится в теснейшем взаимодействии с его общим умственным развитием.

Внимание развивается постепенно и на определённый момент становится свойством личности, её постоянной особенностью, которая называется внимательностью.

Подчёркивая педагогическое значение внимания, Л. С. Выготский указывает на него интегральный, целостный характер. От работы внимания зависит вся картина воспринимаемого нами мира и самих себя. «Управляя вниманием, - писал Л. С. Выготский, - мы берём в свои руки ключ к образованию и к формированию личности и характера».

Нарушения внимания.

Существуют так называемые отрицательные стороны процесса внимания – отвлекаемость, рассеянность, чрезмерная подвижность и инертность.

Под *нарушениями* внимания понимают патологические изменения направленности, избирательности психической деятельности, выражающиеся при состоянии утомления или при органических поражениях мозга, в сужении объекта внимания, когда одновременно человек может воспринимать только небольшое число объектов, в неустойчивости внимания, когда нарушена концентрация внимания и наблюдается его отвлекаемость на побочные раздражители.

К нарушениям внимания относятся:

-неспособность сохранять внимание: ребенок не может выполнить задание до конца, не собран при его выполнении;

-снижение избирательного внимания, неспособность сосредоточиться на предмете;

-повышенная отвлекаемость: при выполнении задания дети суетятся, часто переключаются с одного занятия на другое;

-снижение внимания в непривычных ситуациях, когда необходимо действовать самостоятельно.

Виды нарушений внимания: отвлекаемость, рассеянность, гиперактивность, инертность, сужение объёма внимания, неустойчивость внимания.

Отвлекаемость – это непроизвольное перемещение внимания с одного объекта на другой. Оно возникает при действии посторонних раздражителей на человека, занятого в этот момент какой-либо деятельностью.

Отвлекаемость может быть внешней и внутренней. *Внешняя* отвлекаемость возникает под влиянием внешних раздражителей, при этом произвольное внимание становится непроизвольным. *Внутренняя* отвлекаемость возникает под влиянием переживаний, посторонних эмоций, из-за отсутствия интереса.

Причины отвлечения внимания у ребёнка:

-недостаточная сформированность волевых качеств;

-привычка быть невнимательным;

-повышенная утомляемость;

-плохое самочувствие;

-наличие психотравмы;

-монотонная, неинтересная деятельность;

-неподходящий темп деятельности;

-наличие интенсивных посторонних раздражителей.

Рассеянность внимания – это неспособность сосредоточиться на чём-либо определённом в течение длительного времени. Термин «рассеянность» обозначает поверхностное, «скользящее» внимание.

Рассеянность бывает двух видов: мнимая и подлинная. Мнимая рассеянность – это невнимание человека к окружающим предметам и явлениям, вызванное сосредоточенностью на каком-то одном предмете или переживании.

Причины рассеянного внимания:

- общее ослабление нервной системы;
- ухудшение состояния здоровья;
- физическое и умственное переутомление;
- наличие тяжёлых переживаний, травм;
- эмоциональная перегрузка как следствие большого количества впечатлений;
- недостатки воспитания;
- нарушение режима труда и отдыха;
- нарушения дыхания;
- чрезмерная подвижность.

Инертность внимания – малая подвижность внимания, патологическая её фиксация на ограниченном круге представлений и мыслей.

Особенности психического развития школьников с дефицитом внимания и гиперактивностью.

Проблема нарушений в развитии и поведении детей занимает значительное место в современной психологии. В виду социально-экономического неблагополучия населения, ухудшения семейных отношений, роста числа асоциальных факторов в обществе происходит существенное увеличение количества детей с разнообразными видами пограничных психических расстройств. На сегодняшний день процент детей школьного возраста с выраженной гиперактивностью и повышенной эмоциональной возбудимостью, в сочетании с неустойчивостью внимания, отвлекаемостью, нарушениями целенаправленной деятельности, растет. Многие авторы (Заваденко Н.Н., Кошелева, Алексеева А.М., Максимова А.И. и др.) говорят о необходимости уделения большого внимания проблеме синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), поскольку сегодня - это одно из самых распространенных нервно-психических нарушений в детском возрасте.

СДВГ чаще всего обнаруживается в дошкольном и младшем школьном возрасте. Это расстройство сопровождается нарушениями поведения и влечет за собой трудности обучения. Это обуславливается особенностями расстройства, которые мешают усваивать ребенку учебный материал и приобретать школьные навыки.

Кроме того, почти у 50% детей с СДВГ проявления заболевания сохраняются на протяжении жизни, что, безусловно, отрицательно сказывается на их социализации: у таких детей появляются трудности в процессе межличностного общения, безответственное поведение, трудности во взаимодействии с окружающими, нарушение общественных и семейных правил, агрессивное поведение, что, в последствии, перерастает в девиантное поведение. Оставленное без должного внимания данное расстройство со всеми сопутствующими проявлениями значительно усложняет жизнь ребенку и не оставляет возможности ему в дальнейшем занять достойное положение в жизни.

Исследователями на данный момент выдвинуто множество теорий, касательно причин и факторов, вызывающих подобное заболевание. В основном это нейробиологические факторы. Однако, психологи так же отмечают существенную роль в данном контексте также факторов семейной ситуации, к которым можно отнести реакцию членов семьи на поведение ребенка с СДВГ, стиль воспитания, эмоциональную атмосферу в семье и другие. Семейное влияние может быть как положительным, так и отрицательным фактором воспитания такого ребенка.

В связи с этим, чрезвычайно важным вопросом представляется своевременная диагностика СДВГ и принятие комплекса эффективных профилактических или коррекционных мер не только по отношению к детям с этим диагнозом, но и к их родителям. На основании этого было выдвинуто предположение о том, что процесс коррекции развития психики школьников с СДВГ будет проходить более эффективно, если будет обеспечена комплексная психолого-педагогическая поддержка учащихся и их родителей.

По мнению Беловой Е. А., для определения гиперактивности ребенка и отличия ее от проявления тревожности или других причин нарушения поведения, имеет смысл применение четкой системы диагностики, по предлагаемому алгоритму:

1. наблюдение за ребенком;
2. данные анамнеза;

3. анкетирование родителей;
4. анкетирование педагогов;
5. анализ успеваемости;
6. беседа с психоневрологом (с психиатром), наблюдающим данного ребенка;
7. опросник для учителя (в 1 классе) по психологической адаптации ребенка в школе;
8. беседа с логопедом, работающим с данным ребенком;
9. диагностика познавательных процессов (памяти, мышления, восприятия, работоспособности);
10. диагностика подвижности нервной системы;
11. углубленная диагностика внимания.

Предложенная система диагностики при реализации охватывает широкий спектр аспектов развития ребенка, что непосредственно влияет на адекватность и полноту результата.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ В ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ

Портрет гиперактивного ребенка

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) считается одной из наиболее распространенных форм нарушения поведения среди детей младшего школьного возраста. Первые проявления гиперактивности наблюдаются в возрасте 6-7 лет и чаще встречаются у мальчиков, чем у девочек.

Гиперактивных детей невозможно не заметить, поскольку они резко выделяются на фоне сверстников своим поведением. Можно выделить такие черты, как чрезмерная активность ребенка, излишняя подвижность, суетливость, невозможность длительного сосредоточения внимания на чем-либо. В последнее время специалистами показано, что гиперактивность выступает как одно из проявлений целого комплекса нарушений отмечаемых у таких детей. Основной же дефект связан с недостаточностью механизмов внимания и тормозящего контроля.

Поступление в школу создает серьезные трудности для детей с недостатками внимания, так как учебная деятельность предъявляет повышенные требования к развитию этой функции.

Основные нарушения поведения сопровождаются серьезными вторичными нарушениями, к числу которых относятся слабая успеваемость и затруднения в общении с другими людьми.

Низкая успеваемость – типичное явление для гиперактивных детей. Она обусловлена особенностями их поведения, которое не соответствует возрастной

норме и является серьезным препятствием для полноценного включения ребенка в учебную деятельность. Во время урока этим детям сложно справиться с заданиями, т.к. они испытывают трудности в организации и завершении работы, быстро выключаются из процесса выполнения задания. Навыки чтения и письма у них значительно ниже, чем у сверстников. Их письменные работы выглядят неряшливо и характеризуются ошибками, которые являются результатом невнимательности, невыполнения указаний учителя или угадывания.

Гиперактивность влияет не только на школьную неуспеваемость, но и на взаимоотношения с окружающими. Эти дети не могут долго играть со сверстниками, среди остальных они являются источником постоянных конфликтов и быстро становятся отверженными.

Большинству таких детей свойственна низкая самооценка. У них нередко отмечается агрессивность, упрямство, лживость и другие формы асоциального поведения.

В работе с гиперактивными детьми большое значение имеет знание причин наблюдаемых нарушений поведения. Как правило, в основе синдрома гиперактивности лежат такие факторы:

- органические поражения мозга;
- перинатальная патология (осложнения во время беременности);
- генетический фактор (наследственность);
- социальные факторы (последовательность и систематичность воспитательного воздействия).

Исходя из этого, работа с гиперактивными детьми должна проводиться комплексно, с участием специалистов разных профилей. Прежде всего, следует учесть, что важное место в преодолении синдрома дефицита внимания принадлежит медикаментозной терапии. Поэтому, необходимо убедиться в том, что такой ребенок находится под наблюдением врача.

Помните, что гиперактивность — это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз, который может быть поставлен только по результатам специальной диагностики.

Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями. Гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми самостоятельно не может. Дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а, скорее, ухудшат его. Эффективные результаты коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности достигаются при оптимальном сочетании медикаментозных и немедикаментозных методов, к которым относятся психологические и нейропсихологические коррекционные программы.

Как правило, в подростковом возрасте дефекты внимания у таких детей сохраняются, но гиперактивность обычно исчезает и нередко сменяется инертностью психической деятельности и недостатками побуждений.

Помните, что невозможно добиться исчезновения гиперактивности, импульсивности и невнимательности за несколько месяцев и даже за несколько лет. Признаки гиперактивности исчезают по мере взросления, а импульсивность и дефицит внимания могут сохраняться и во взрослой жизни.

Диагностические критерии синдрома дефицита внимания с гиперактивностью.

Основные проявления гиперактивности можно разделить на три блока: дефицит активного внимания, двигательная расторможенность, импульсивность. Выделяют следующие критерии выявления гиперактивности:

Дефицит внимания

1. Часто неспособен удерживать внимание на деталях; из-за небрежности, легкомыслия допускает ошибки в школьных заданиях, в выполняемых заданиях и других видах деятельности.

2. Обычно с трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игры.

3. Часто складывается впечатление, что ребенок не слушает обращенную к нему речь.

4. Часто оказывается не в состоянии придерживаться предлагаемых инструкций и справиться до конца с выполнением уроков или домашней работы (что никак не связано с негативным или протестным поведением, неспособностью понять задание).

5. Часто испытывает сложности в организации самостоятельного выполнения заданий и других видов деятельности.

6. Обычно избегает, выражает недовольство и сопротивляется выполнению заданий, которые требуют длительного сохранения внимания.

7. Часто теряет вещи (например, игрушки, школьные принадлежности, карандаши, книги, рабочие инструменты).

8. Легко отвлекается.

9. Часто проявляет забывчивость в повседневных ситуациях.

Двигательная расторможенность

1. Часто наблюдаются беспокойные движения в кистях и стопах; сидя на стуле, крутится, вертится.

2. Часто встает со своего места во время уроков или в других ситуациях, когда нужно оставаться на месте.

3. Часто проявляет бесцельную двигательную активность: бегают, крутится, пытается куда-то залезть, причем в таких ситуациях, когда это неприемлемо.

4. Обычно не может тихо, спокойно играть или заниматься чем-либо на досуге.

5. Часто ведет себя так, «как будто к нему прикрепили мотор».

6. Часто бывает болтливым.

Импульсивность

7. Часто отвечает на вопросы, не задумываясь, не выслушав их до конца.

8. Обычно с трудом дожидается своей очереди в различных ситуациях.

9. Часто мешает другим, пристаёт к окружающим (например, вмешивается в беседы или игры).

10. Плохо сосредотачивает внимание.

11. Не может дождаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза).

12. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабоуправляемо правилами.

13. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты (на некоторых занятиях ребенок спокоен, на других – нет, на одних уроках он успешен, на других – нет).

Для предположения у ребенка синдрома дефицита внимания с гиперактивностью необходимо наличие:

- шести или более из перечисленных симптомов невнимательности, которые сохраняются у ребенка на протяжении, как минимум, 6 месяцев и выражены настолько, что свидетельствуют о недостаточной адаптации и несоответствии нормальным возрастным характеристикам.

- шести или более из перечисленных симптомов двигательной расторможенности и импульсивности, которые сохраняются у ребенка на протяжении, как минимум, 6 месяцев и выражены настолько, что свидетельствуют о недостаточной адаптации и несоответствии нормальным возрастным характеристикам.

Что делать, если в классе учится ребенок с гиперактивностью?

Каждый педагог, работающий с гиперактивным ребенком, знает, сколько хлопот и неприятностей достигает тот окружающим. Появление такого ребенка в классе с первых же минут осложняет жизнь всего коллектива. Он мешает вести урок, вскакивает с места, отвечает невпопад, перебивает учителя. Безусловно, даже очень терпеливого педагога такое поведение может вывести из себя. Однако нельзя забывать, что в первую очередь страдает сам ребенок. Ведь он не может вести себя так, как требуют взрослые, и не потому, что не хочет, а потому, что его физиологические возможности не позволяют ему сделать это.

Добиться того, чтобы гиперактивный ребенок стал послушным и покладистым, еще не удавалось никому, а научиться жить в мире и сотрудничестве с ним – вполне посильная задача. Удастся ли установить контакт с таким ребенком, во многом зависит от стратегии и тактики взрослого.

Работая с гиперактивными детьми, каждый раз необходимо анализировать конкретную ситуацию, характерную именно для этого случая. И уже опираясь на это, можно выработать индивидуальную линию поведения.

Существуют общие правила организации педагогической деятельности с гиперактивными детьми.

ПРАВИЛА РАБОТЫ С ГИПЕРАКТИВНЫМИ ДЕТЬМИ.

Характер общения с гиперактивным ребенком.

1. Доброжелательная и спокойная обстановка.
2. В любой ситуации общаться с ребенком спокойно.
3. Не допускать криков и приказаний, восторгов и эмоционально приподнятого тона.

Требования к режиму дня

1. Режим (расписание уроков) должен быть четким.
2. Использовать записи, наглядность (картинки), чтобы ребенок мог ориентироваться на самостоятельное выполнение режима (расписания уроков).
3. Использовать будильник, часы для контроля времени.
4. Перед сном, занятиями и деятельностью, требующей усидчивости, не допускать шумных игр.
5. При переключении с одного вида деятельности на другой предупредить за несколько минут до начала новой деятельности.

Объяснение правил и норм поведения

1. Не допускать вседозволенности.
2. Четкое разъяснение правил поведения в различных ситуациях.
3. Количество запретов и ограничений должно быть ограничено.
4. Запреты необходимо оговорить заранее.

5. Запреты должны быть четкими и непреклонными.
6. Ребенок должен знать, какое наказание повлечет нарушение запретов.
7. Последовательность при исполнении наказаний.
8. Говорить с ребенком спокойно и сдержанно.
9. Дать возможность выбора.

Требования к организации учебных занятий

1. Большое внимание уделять индивидуальной работе.
2. Игнорировать вызывающие поступки ребенка и поощрять хорошее поведение.
3. Ограничить отвлекающие факторы.
4. Строить занятия по четкому стереотипному распорядку.
5. Давать на определенный отрезок времени лишь одно задание.
6. Периодический контроль и коррективы выполнения задания.
7. Создать условия для быстрого обращения за помощью.
8. Помощь в организации работы.
9. Делить урок на короткие периоды со сменой деятельности и двигательной разрядкой.
10. Гиперактивному ребенку легче работать в начале дня, чем вечером, в начале урока, а не в конце.

Требования к инструкциям, указаниям, заданиям

1. Указания и инструкции должны быть немногословными (не более 10 слов).
2. Не давать несколько заданий сразу.
3. Добавлять следующее задание только после того, как выполнено предыдущее.
4. Задания должны быть выполнимы и по времени, и физически.
5. Обязательный контроль выполнения заданий.

Требования к поощрению

1. Поощрять за целенаправленную и сосредоточенную деятельность (усидчивость, аккуратность).

2. Поощрения должны носить моментальный характер: ребенок не умеет ждать.
3. Хвалить за то, что довел начатое дело до конца.
4. Поощрять за хорошее поведение.
5. Поощрять за успешное выполнение новых и более трудных заданий.
6. Похвала должна быть не слишком эмоциональная.

Переутомление и его профилактика

1. Утомление проявляется в виде двигательного беспокойства и снижения самоконтроля.
2. Ограничение пребывания в местах большого количества людей.
3. Оберегать от большого количества впечатлений
4. Исключить чрезмерное количество раздражителей.
5. Во время игр лучше ограничивать ребенка лишь одним партнером.
6. Избегать беспокойных, шумных игр и приятелей.

При разработке педагогических воздействий на гиперактивного ребенка можно использовать следующие рекомендации:

Рекомендации для учителей, обучающихся детей с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью.

Организация деятельности:

— ознакомьтесь с информацией о природе и симптомах синдрома дефицита внимания с гиперактивностью, обратите внимание на особенности его проявлений во время пребывания ребенка в школе;

— стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии;

— от гиперактивного ребенка невозможно требовать выполнения сложной комплексной задачи, сначала желательно обеспечить тренировку только одной функции, например, если вы хотите, чтобы он был внимательным при выполнении задания, постарайтесь не замечать, что он ерзает и вскакивает с места;

— для улучшения организации учебной деятельности ребенка используйте простые средства — планы занятий в виде пиктограмм, списки, графики, часы со звонком;

— работу с гиперактивным ребенком стройте индивидуально; гиперактивный ребенок всегда должен находиться перед глазами учителя, в центре класса, прямо у доски;

— оптимальное место в классе для гиперактивного ребенка — первая парта напротив стола учителя или в среднем ряду;

— в работе с гиперактивным ребенком можно использовать тактильный контакт: в тот момент, когда ребенок начнет отвлекаться, положите ему руку на плечо; это прикосновение работает как сигнал, помогающий «включить» внимание ребенка;

— обеспечивайте для ребенка индивидуальные условия, которые помогают ему быть более организованным, например, через 20-минутные интервалы разрешайте ему вставать и ходить в конце класса; некоторые дети с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью лучше концентрируют внимание, одевая наушники; используйте все, что помогает (если это приемлемо и не опасно);

— обеспечьте для ученика с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью возможность быстрого обращения за помощью; выполняя задание, такие дети часто не понимают, что и как они делают; не ждите, пока деятельность ребенка станет хаотичной, вовремя помогите ему правильно организовать работу;

— направляйте энергию гиперактивных детей в полезное русло: вымыть доску, раздать тетради и т. д.

— старайтесь поддерживать постоянное расписание уроков;

— избегайте завышенных или заниженных требований к ученику с СДВГ;

— вводите проблемное обучение;

— используйте на уроке элементы игры и соревнования;

— большие задания разбивайте на последовательные части, контролируя каждое из них;

- создавайте ситуации, в которых гиперактивный ребенок может показать свои сильные стороны и стать экспертом в классе по некоторым областям знаний;
- стройте процесс обучения на положительных эмоциях;

Создание положительной мотивации на успех:

- введите знаковую систему оценивания; один из вариантов поощрения – выдача жетонов, который в течение дня можно обменять на оценку;
- придерживайтесь позитивной модели поведения, чаще хвалите ребенка – дети с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью более других нуждаются в похвале;
- поощряйте ребенка, например, если ребенок с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью хорошо себя вел на перемене, разрешите ему и одноклассникам дополнительно погулять еще несколько минут;
- игнорируйте негативные поступки и поощряйте позитивные;

Коррекция негативных форм поведения:

- при каждом подходящем случае давайте ребенку возможность принимать на себя ответственность, например, ребенок должен убирать за собой посуду после еды, если он этого не сделал, то пусть продолжит убирать со стола, пока его одноклассники играют;
- способствуйте предупреждению, снижению и отреагированию агрессии;
- обучайте необходимым социальным нормам и навыкам общения;
- регулируйте его взаимоотношения с одноклассниками;
- помните, что с ребенком необходимо договариваться, а не стараться сломить его!

Регулирование ожиданий:

- объясняйте окружающим, что положительные изменения наступят не так быстро, как хотелось бы;
- объясняйте окружающим, что улучшение состояния ребенка зависит не только от специального лечения и коррекции, но и от спокойного и последовательного отношения.

«Скорая помощь» при работе с гиперактивным ребенком

При взаимодействии с гиперактивным ребенком нередко возникают конфликтные ситуации и стрессовые состояния как у самого ребенка, так и у учителя. Что можно сделать в таких ситуациях?

1. Отвлечь ребенка от его капризов, например, поручить ему выполнение задания, связанное с физическим трудом или спортивным упражнением;
2. Предложить выбор (другую возможную в данный момент деятельность).
3. Задать неожиданный вопрос.
4. Отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошутить, повторить действие ребенка).
5. Не запрещать действие ребенка в категоричной форме.
6. Не приказывать, а просить (но не заискивать).
7. Выслушать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае он не услышит вас).
8. Автоматически, одними и теми же словами повторять многократно свою просьбу (нейтральным тоном).
9. Сфотографировать ребенка или подвести его к зеркалу в тот момент, когда он капризничает.
10. Оставить в комнате одного (если это безопасно для его здоровья).
11. Не настаивать на том, чтобы ребенок во что бы то ни стало принес извинения.
12. Не читать нотаций (ребенок все равно их не слышит).

Для того, чтобы подготовиться к беседе с участниками конфликта, учителю необходимо самому сбросить напряжение и раздражение. Для этого можно сделать несколько простых упражнений.

1. **Дыхание.** Перед беседой с ребенком глубоко вдохните. При выдохе резким движением в воображении как бы «сорвите» напряженную маску со своего лица: «погасите глаза, расслабьте губы, освободите шею и грудь. Представьте, что через выдох вы снимаете с себя охватывающее ваше тело

мышечные «кольца» и отбрасываете их – с глаз, губ, шеи, груди. После этого начинайте беседу.

2. **Массирование.** Перед началом беседы с учеником дотроньтесь кончиками пальцев до своих век, проведите ладонями по лицу ото лба к подбородку, «снимая» старую маску.

Игры и упражнения на снижение дефицита внимания.

Упражнение «Найди отличие»

Цель: развитие умения 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.

Упражнение "Разговор с руками"

Цель: научить детей контролировать свои действия.

Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем

предложите ему оживить ладошки - нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: "Кто вы, как вас зовут?", "Что вы любите делать?", "Чего не любите?", "Какие вы?". Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно "заключением договора" между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать. Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

Упражнение "Говори!"

Цель: развитие умения контролировать импульсивные действия.

Скажите ребенку следующее: "Сейчас я буду задавать тебе простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: "Говори!" Давайте потренируемся: "Какое сейчас время года?" Педагог делает паузу. "Говори!" "Какого цвета у нас в группе (в классе) потолок?"... "Говори!" "Какой сегодня день недели?"... "Говори!" "Сколько будет два плюс три?" и т. д. Игра может проводиться как индивидуально, так и с группой детей.

Упражнение «Морские волны»

Цель: научить детей переключать внимание с одного вида деятельности на другой, способствовать снижению мышечного напряжения.

По сигналу педагога "Штиль" все дети в классе "замирают". По сигналу "Волны" дети по очереди встают за своими партами. Сначала встают ученики, сидящие за первыми партами. Через 2-3 секунды поднимаются те, кто сидит за вторыми партами и т.д. Как только очередь доходит до обитателей последних парт, они встают и все вместе хлопают в ладоши, после чего дети, вставшие первыми (за

первыми партами), садятся и т.д. По сигналу учителя "Шторм" характер действий и последовательность их выполнения повторяется, с той лишь разницей, что дети не ждут 2-3 секунды, а встают друг за другом сразу. Закончить игру надо командой "Штиль".

Упражнение "Ловим комаров"

Цель: снять мышечное напряжение с кистей рук, дать возможность гиперактивным детям подвигаться в свободном ритме и темпе.

Скажите детям: "Давайте представим, что наступило лето, я открыла форточку и к нам в класс (группу) налетело много комаров. По команде "Начали!" вы будете ловить комаров. Вот так! Педагог в медленном или среднем темпе делает хаотичные движения в воздухе, сжимая и разжимая при этом кулаки. То поочередно, то одновременно. Каждый ребенок будет "ловить комаров" в своем темпе и в своем ритме, не задевая тех, кто сидит рядом. По команде "Стой!" вы садитесь вот так: педагог показывает, как надо сесть (на свое усмотрение). Готовы? "Начали!"... "Стоп!" Хорошо потрудились. Устали. Опустите расслабленные руки вниз, встряхните несколько раз ладонями. Пусть руки отдыхают. А теперь - снова за работу!"

Упражнение "Ищем буквы"

Цель - способствуют развитию концентрации внимания и самоконтроля при выполнении школьниками письменных работ. Для их проведения потребуются любые печатные тексты (старые ненужные книги, газеты), карандаши, ручки. Для детей 6-11 лет желательно использовать тексты с крупным шрифтом. Для достижения какого-либо успеха это задание следует проводить минимум 5 раз в неделю по 5 минут. Занятия могут быть индивидуальными или групповыми.

Инструкция: В течении 5 минут нужно найти и зачеркнуть все встретившиеся буквы "А" (указывать можно любую букву): и маленькие и заглавные, и в названии текста, и в фамилии автора. По мере овладения игрой правила усложняются: меняются отыскиваемые буквы, по-разному зачеркиваются и так далее; одновременно отыскиваются две буквы, одна зачеркивается, другая подчеркивается; на одной строке буквы обводятся

кружком, на другой отмечаются галочкой и т.п. По итогам работы подсчитывается число пропусков и неправильно зачеркнутых букв. Показатель нормальной концентрации внимания - 4 и меньше пропусков. Больше 4 пропусков - слабая концентрация. Проигрыш не должен вызывать чувства неудовлетворения у детей, поэтому можно ввести веселые "штрафы": столько раз промяукать, сколько сделано ошибок, прокукарекать, проскакать на одной ножке и так далее. Время игры не должно превышать 5 минут.

Упражнение «Найди слова»

Цель - способствуют развитию концентрации внимания и самоконтроля.

На доске или на чистом листе написаны слова, в каждом из которых необходимо отыскать другое, "спрятанное" в нем слово. Например: смех, волк, столб, коса, полк, зубр, удочка, мель, набор, укол, дорога.

Упражнение "Симметричные рисунки"

Цель: Развитие коммуникативных склонностей, умения работать с партнером.

Предлагается по образцу нарисовать предмет вместе со взрослым от оси: ребенок рисует справа (слева, если левша), взрослый - слева. Договариваются, каким карандашом. Взрослый определяет исходные точки. Карандаши ставят одновременно в одну точку и проводят в одном ритме.

Упражнение "Игры с чудесным мешочком"

Цель: развитие кинестетических ощущений, восприятия цвета, формы, умения сотрудничать со взрослым.

На левую руку ребенку надевают волшебный "мешочек", в котором находятся изготовленные из плотного цветного картона (из пластика, из дерева) геометрические фигурки. Мешочек должен быть чуть больше ладошки (по краю отверстия пришивается резинка, сам мешочек лучше сшить из ярких разноцветных лоскутков).

Наощупь ребенок левой рукой выбирает по заданию взрослого определенную геометрическую фигуру, а правой рисует на бумаге его контуры. Затем из мешочка вынимается выбранная фигурка, она сравнивается с нарисованной,

раскрашивается тем же цветом, что и оригинал. Желательно, чтобы ребенок во время работы произносил вслух название фигуры, цвета и те действия, которые он производит. Игру лучше проводить в такой последовательности: сначала в мешочке должны находиться предметы только одной формы (например, только треугольники, затем - двух форм, трех форм, четырех форм и т.д. Всякий раз (кроме первого варианта) ребенку дается такая установка: "Выбери такой предмет, как я тебе покажу". Или более сложный вариант: "Нарисуй предмет, который ты держишь в левой руке в мешочке" - в этом случае образец отсутствует, ребенок действует только по словесной инструкции.

Упражнение "Сделай, как я!" (со спичками)

Цель: увеличить объем внимания (результат достигается путем многократного повторения вариантов игры).

Дети играют парами. Первоначально у каждого ребенка по 6 спичек. Один, ведущий, выкладывает из 6 спичек произвольную композицию, затем на одну-две секунды показывает ее партнеру.

Партнер из своих спичек выкладывает точно такую же фигуру по памяти. Затем дети меняются ролями. При успешном выполнении условия количество спичек постепенно увеличивается до 12-15.

Упражнение «Обезьянки»

Цель игры: развитие внимания, координации движений, памяти.

Ведущий на глазах у детей складывает конструкцию из кирпичиков (или из того материала, на котором проводится игра). Ребята должны возможно точнее скопировать не только конструкцию, но и все его движения.

Вариант: построенную на глазах у детей конструкцию закрывают листом бумаги или коробкой и им предлагается сложить ее по памяти (потом результат сравнивается с образцом).

Упражнение "Муха"

Цель игры: развитие умения ориентироваться на плоскости, активизация слухового внимания, стимулирование умения различать основные цвета.

Оборудование: игровое двухцветное поле, представляющее собой аналог шахматной доски (где каждая клетка кодируется буквой и цифрой). центральная клетка занята изображением мухи; фишка — вырезанная из картонки муха.

Игровая ситуация: сидела муха в своем домике, а потом решила выползти погулять. Ведущий говорит, в каком направлении и на сколько клеток муха продвинулась (три-четыре раза). Потом спрашивает у детей, на клеточку какого цвета приползла муха (или между какими цветами оказалась).

Упражнение "Ладочки"

Цель – научить детей переключать внимание с одного вида деятельности на другой, способствовать снижению мышечного напряжения.

Участники садятся в круг и кладут ладони на колени соседей: правую ладонь на левое колено соседа справа, а левую ладонь на правое колено соседа слева. Смысл игры заключается в том, чтобы ладошки поднимались поочередно, т.е. пробегала "волна" из поднимающихся ладошек. После предварительной тренировки ладошки, поднятые не вовремя или не поднятые в нужный момент, выбывают из игры.

Упражнение «Строители.»

Цель: развитие наблюдательности, концентрации и распределения внимания.

Оборудование: бланк с четырьмя рисунками, один из которых – образец, а три остальные отличаются от образца недостающими деталями, простой карандаш.

Инструкция: «Посмотри внимательно на эти четыре рисунка. На первом из них изображение полное, на других есть недостающие детали. Вам надо сделать так, чтобы рисунки стали одинаковыми»

Перепиши шифр.

Цель: развитие концентрации внимания.

Оборудование: плакат с цифрами, таблица у каждого ученика.

Инструкция: «Посмотрите на цифры от 1 до 40, вам нужно переписать эти цифры в порядке возрастания в свою таблицу.

12	4	34	11	20
7	31	21	37	2
28	1	16	25	33
40	19	20	39	9
13	35	6	17	24

Упражнение «Найди слова»

Цель: развитие концентрации внимания.

Оборудование: лист с буквами у каждого ученика, простой карандаш.

Инструкция:

Ребёнку дают лист бумаги с беспорядочно написанными буквами. Нужно найти десять слов.

ЯФОУФСНКОТПХЪАБЦРИГЪМЦЮСАЭЕЫМЯЧ
ЛОБИРЪГНЖРЛРАКГДЗПМЫЛОАКМНПРСТУР
ФРШУБАТВВГДИЖСЯИУМАМАЦПЧУЪЩМОЖ
БРПТЯЭЦБУРАНСГЛКЮГБЕИОПАЛКАФСПТУЧ
ОСМЕТЛАОУЖЫЪЕЛАВТОБУСИОХПСДЯЗВЖ

Упражнение «Счёт с помехой.»

Цель: тренировка распределения внимания.

Оборудование: лист бумаги.

Описание: Учащийся называет цифры от 1 до 20, одновременно записывая их на листе бумаги или доске в обратном порядке: произносит 1, пишет 20.

Чтение с помехой.

Цель: тренировка распределения внимания.

Оборудование: книги для чтения, простые карандаши.

Описание: учащиеся читают текст, одновременно выстукивая карандашом какой-либо ритм. При чтении дети ищут ответы на вопросы.