

# Гиперактивность



# Гиперактивный ребенок



- Вы, конечно, видели таких мальчиков: небрежные, невнимательные к деталям, не слушают собеседника, но постоянно перебивают его, отвечают на еще не заданный вопрос, не умеют планировать, уклоняются от решения задач, требующих длительного внимания, легко отвлекаются и переключаются на решение других проблем, забывают и легко теряют вещи.
- Такие дети импульсивны, всегда трудно предугадать, что они намереваются предпринять, непоседливы, оппозиционны в отношениях с учителями, сверстниками и родителями.
- Невнимательность, импульсивность и гиперактивность – вот психологический портрет ребенка, чаще всего (1:4) мальчика, страдающего так называемым синдромом дефицита внимания с (или без) гиперактивностью (СДВГ).

# Гиперактивный ребенок

- независимо от ситуации, **в любых условиях** - дома, в гостях, в кабинете врача, на улице - **будет вести себя одинаково**: бегать, бесцельно двигаться, не задерживаясь надолго на любом, самом интересном предмете.
- **И на него не подействуют** ни бесконечные просьбы, ни уговоры, ни подкуп.
- Он просто не может остановиться. **У него не работает механизм самоконтроля**, в отличие от его сверстников, даже самых избалованных и живых. Этих можно уговорить, наказать, в конце концов.



[подробнее](#)



Проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и убеждениями.

Гиперактивный ребенок имеет нейрофизиологические проблемы, справиться с которыми он самостоятельно не может.

Дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а скорее ухудшат его.

# Причины гиперактивности

<p><b>Пренатальная патология</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- токсикозы;</li><li>- обострение хронических заболеваний у матери;</li><li>- инфекционные заболевания;</li><li>- травмы в области живота;</li><li>- иммунологическая несовместимость по резус-фактору;</li><li>- попытки прервать беременность;</li><li>- принятие алкоголя и курение</li></ul>
<p><b>Осложнения при родах</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- стимуляция родовой деятельности;</li><li>- неправильное положение плода;</li><li>- асфиксии;</li><li>- внутренние кровоизлияния;</li><li>- преждевременные, скоротечные или затяжные роды</li></ul>
<p><b>Психосоциальные причины</b></p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- неадекватный стиль воспитания в семье;</li><li>- психотравмы;</li><li>- нежеланный ребенок</li></ul>



Проявление **синдрома дефицита внимания с гиперактивностью** определяется тремя основными критериями (симптомокомплексами). Это **невнимательность, гиперактивность и импульсивность.**

# Основные проявления СДВГ

- Гиперактивность
- Дефицит внимания
- Импульсивность

## Вторичные нарушения

- Слабая успеваемость
- Трудности в общении
- Повышенная утомляемость,
- Нарушение памяти
- Низкая умственная работоспособность



# Критерии определения гиперактивности

## 1. При невнимании:

- имеет незаконченные проекты;
- отличается нарушением устойчивого внимания (не может долго сосредотачиваться на интересном занятии);
- слышит, когда к нему обращаются. Но не реагирует на обращение;
- с энтузиазмом берется за задание, но не заканчивает его;
- имеет трудности в организации (игры, учебы, занятий);
- часто теряет вещи;
- избегает скучных задач и таких, которые требуют умственных усилий;
- часто бывает забывчив.



# Критерии определения гиперактивности

## 2. Сверхактивность:

- Ребенок суетлив, никогда не сидит спокойно. Часто можно видеть, как он беспричинно двигает кистями рук, стопами, елозит на стуле, постоянно оборачивается.
- Ребенок не в состоянии долго усидеть на месте, вскакивает без разрешения, ходит по классу и т. п.
- Двигательная активность ребенка, как правило, не имеет определенной цели. Он просто так бегаёт, крутится, карабкается, пытается куда-то залезть, хотя порой это бывает далеко не безопасно.
- Ребенок не может играть в тихие игры, отдыхать, сидеть тихо и спокойно, заниматься чем-то определенным.
- Ребенок всегда нацелен на движение.
- Очень говорлив.

# Критерии определения гиперактивности

## 3. Импульсивность:

- отвечает до того, как его спросят;
- не способен дождаться своей очереди;
- часто вмешивается, прерывает;
- резкие смены настроения;
- не может отложить вознаграждение (сразу и сейчас же);
- не подчиняется правилам (поведения, игры);
- имеет разный уровень выполнения заданий (на одних занятиях спокоен, на других – нет).



По статистике, синдром нарушения внимания с гиперактивностью большей частью встречается *у светловолосых и голубоглазых детей и почти в пять раз чаще у мальчиков, чем у девочек*



# Умственная деятельность

Работа 5-15 минут

Цикличность

Отдых 3-7 минут





# «Скорая помощь» при работе с гиперактивным ребенком

1. Отвлечь ребенка от его капризов.
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).



# Правила работы с детьми СДВГ

- Работать с ребенком в начале дня, а не вечером;
- Уменьшать рабочую нагрузку ребенка;
- Делить работу на более короткие, но более частые перерывы, использовать физкультминутки;
- Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха;
- Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания);
- Давать короткие, четкие и конкретные инструкции;
- Использовать гибкую систему поощрений и наказаний;
- Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее;
- Предоставлять ребенку возможность выбора;
- Оставаться спокойным.

# Профилактическая работа

- Заранее договариваться с ребенком о времени игры, о длительности прогулки и т. д.
- Об истечении времени ребенку сообщает не взрослый, а заведенный заранее будильник, кухонный таймер, что будет способствовать снижению агрессии ребенка.
- Выработать совместно с ребенком систему поощрений и наказаний за желательное и нежелательное поведение.
- Выработать и расположить в удобном для ребенка месте свод правил поведения в группе детского сада, в классе, дома.
- Просить ребенка вслух проговаривать эти правила.
- Перед началом занятий ребенок может сказать, что он хотел бы пожелать себе сам при выполнении задания.



# Взрослые должны понять, что:

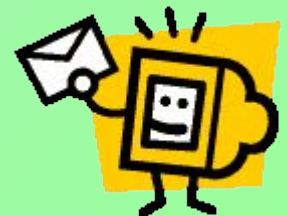
- Вслед за понесенным наказанием ребенку необходимо позитивное эмоциональное подкрепление, знаки принятия и прощения;
- Невозможно добиться исчезновения СДВГ за несколько месяцев и даже лет;
- Синдром дефицита внимания и гиперактивности – это патология, требующая своевременной диагностики и комплексной коррекции (психологической, педагогической, медицинской);
- Успешная реабилитация возможна при условии, если она проводится в возрасте до 9 лет.





# Рекомендации родителям и педагогам

- Введите знаковую систему оценивания действий ребенка.
- Старайтесь замечать каждый его успех.
- Устраивайте минутки активного отдыха на занятиях.
- Помните, что эти дети способны удерживать свое внимание очень кратковременно.
- Гиперактивный ребенок всегда должен находиться перед глазами. На занятиях его лучше сажать напротив себя.
- Направляйте энергию ребенка в полезное русло. На занятиях давайте поручения раздать что-нибудь, в свободной деятельности мотивируйте его на спокойные действия.
- На первых этапах избегайте монотонной деятельности, занятия должны быть интересными и увлекательными, с прослеживаемым результатом.



# Рекомендации родителям и педагогам

- В совместной деятельности учите ребенка проговаривать свои действия, выстраивать логику и последовательность их выполнения.
- Используйте элементы игры во всех моментах жизнедеятельности.
- Не давайте многословных инструкций, после 10-ти слов ребенок вас просто не услышит.
- Создавайте ситуации успеха, в которых ребенок смог бы проявить свои сильные стороны.
- При всем неусыпном внимании к гиперактивному ребенку внешне относитесь к нему так же, как и к остальным детям.
- Учите его общаться с другими детьми, поощряйте позитивное взаимодействие.



# Приглашаем к сотрудничеству



**На развитие  
произвольности  
и самоконтроля**

**Для снятия  
агрессивности и  
импульсивности**

**Упражне  
ния**

**На развитие  
концентрации  
внимания**

**На развитие  
способности к  
произвольному  
переключению  
внимания**

# Как помочь гиперактивному ребенку?

Как помочь гиперактивному ребенку контролировать свое поведение?

Если ребенок плохо ведет себя на уроке - крутится, вскакивает, отвлекает одноклассников - то с вероятностью 90% он сам этого не замечает. Чтобы этот живчик изменил свое поведение, его нужно - не наказывать, а заставить услышать взрослого и запомнить услышанное. Потому что активное дитя мгновенно забывает сказанное. И **чтобы он научился замечать свое поведение, а затем изменять его**, приходится придумывать дополнительные вешки. А всяческие окрики, наказания, увещевания, подкупы - не работают.

Например:

# Как помочь гиперактивному ребенку?



## Если ребенок слишком неусидчив

В первом-втором классе у них еще не развито произвольное поведение (то есть умение действовать активно, самостоятельно, без поддержки со стороны).

Предположим, ребенок делает уроки.

### Первый способ. "Секундомер".

Вы садитесь рядом, берете в руки секундомер. А ребенок делает уроки. Как только он отвлекается, вы включаете секундомер. Потом можно просуммировать все отвлечения. Детей результат очень впечатляет. Сразу же сам собой отпадает вредный вопрос: "почему так долго делаются уроки".

### Способ второй. "Песочные часы".

Даете задание, переворачиваете песочные часы и уходите.

Почему это работает: потому что это наглядно: ребенок видит, как "течет" время, и это помогает ему регулировать темп своей деятельности. Самому.

# Как помочь гиперактивному ребенку?



## Подсказки родителям для развития внимания у детей

- Занимаясь с ребенком, не прячьте свои эмоции в дальний угол, улыбайтесь, проявляйте удивление, интерес, восторг!

- Возьмите на себя руководство вниманием ребенка, вовлекайте его в разные виды деятельности, освещая их привлекательные стороны. Придумывайте, находите новые, оригинальные средства организации детского внимания. Помните, что наиболее привлекательно для ребенка то, что **наглядно, эмоционально, неожиданно**.

- Давая задание, помните, что ваша инструкция должна быть доброжелательной, конкретной, пошаговой, понятной, исчерпывающей.

- Если вы хотите, чтобы ребенок был внимателен при выполнении заданий, позаботьтесь о его хорошем физическом самочувствии и его настроении. Создайте в комнате, где он занимается, тишину, по возможности сократите количество отвлекающих факторов: громких звуков, эмоциональной речи, ярких картинок и игрушек, интересных журналов и книг, движущихся объектов

- Берегите внимание детей. Если ребенок занят, не следует его отвлекать, давая новые задания.

# Как помочь гиперактивному школьнику?



- Учитывать такое характерное свойство его умственной деятельности, как цикличность. Это значит, что периоды продуктивной работы мозга непродолжительны (до 15 минут), их необходимо чередовать с периодами отдыха. При выполнении домашних заданий это сделать нетрудно.
- Учителю же придется объяснить, что время от времени его подопечный может "выпадать" из хода урока. Причем вовсе не из-за желания досадить своему педагогу. За "спадом" вновь последует период достаточной работоспособности, просто нужно слегка направить ребенка в русло урока повторением какой-то мысли и т. п.



# Как помочь гиперактивному школьнику?



- Не делать проблему из того факта, что ребенок часто не записывает на уроке домашнее задание или записывает его неправильно. Можно выйти из положения, узнавая задания у учителя или более "ответственных" одноклассников.

- Если такой ребенок посещает группу продленного дня, взвесить все за и против. Доводы "против" могут перевесить: шум, невозможность побыть в одиночестве (а такая потребность есть и у гиперактивного); воспитатель вряд ли может уделить необходимое индивидуальное внимание при приготовлении уроков и т.д.

- Основную роль в обучении такого ребенка до определенного школьного возраста (обычно до 5 класса) выполнять придется родителям. Это значит, что помощь нужно оказывать не только при выполнении домашних заданий. Иногда стоит вновь разъяснить материал, который нужно было усвоить на уроке. Упреки в разгильдяйстве тут бесполезны, лучше постепенно восполнить уже допущенные пробелы. Вообще желательно создавать с ребенком определенный задел, несколько забегаая вперед учебной программы. Это позволит ему легче усваивать "новый" материал, когда его будут объяснять на уроке.



# Как помочь гиперактивному ребенку?

## Как реагировать на его поведение и поступки?

- Прежде всего, нужно научиться удерживаться от постоянных замечаний, постоянных попыток вмешаться в его бурную деятельность. Нередко мы используем давление и контроль даже тогда, когда ребенок не делает ничего предосудительного, - действуем просто по привычке.
- Перестать постоянно ограничивать его активность, инициативу. Этим взрослые добиваются скорее не послушания, а равнодушия, незаинтересованности, что впоследствии может проявиться в школьных неудачах.
- Предоставлять больше самостоятельности в делах. Прежде чем запретить что-то, подумать: а что такое страшное произойдет, если сын или дочь поступит по-своему?
- Отказаться от резкой критики и навязчивых советов, как можно было сделать лучше. Хвалить даже за малозаметные, но положительные сдвиги.
- Постараться, чтобы школьная жизнь и домашние задания не стали для подвижного ребенка тяжелой обязанностью. Иначе проявлять самостоятельность и испытывать радость он будет только на досуге. Подберите для него интересную учебную программу, разнообразьте занятия дома.
- Предоставлять больше возможностей проявить себя - в спорте, в школьном театре, в зарабатывании карманных денег и т. д.

# Как помочь гиперактивному ребенку?

## Как вести себя родителям с таким ребенком?

- *Не пытайтесь держать в себе все свои чувства.*
- *Тщательно отделяйте оценку поступков ребенка от оценки его личности.*
- *Обязательно предоставьте ребенку как можно больше возможностей для реализации его физической, моторной активности.*
- *До определенного момента и определенной степени будьте органом планирования и органом для оценки последствий поступков, совершенных вашим ребенком.*
- *Никогда публично не присоединяйтесь к окружающим в оценке вашего ребенка, даже если по сути вы и согласны с ней.*
- *Старайтесь побольше говорить ему о чувствах, которые испытываете вы сами и другие люди, проясняйте для него нравственную и этическую глубину ситуаций, которые происходят на его глазах, в телевизионных фильмах, в книгах.*
- *Старая игра, которая прекрасно тренирует произвольное внимание (которого так не хватает гипердинамичному ребенку) и заодно тренирует беглость мышления (которая вообще никому никогда не вредила).*

*Что хотите, то берите,  
Да и нет - не говорите,  
Черного и белого - не называйте,  
О красном - не вспоминайте!  
Вы поедете на бал?..*



Подробнее

# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ



- Зная, что работоспособность мозга наращивается и нормализуется по мере взросления ребенка и при отсутствии переутомления, необходимо обеспечить детям "мягкое", замедленное включение в деятельность. Лучше, если ребенок позже пойдет в школу, например, с восьми лет, но ни в коем случае не в шесть.

- Длительное нахождение среди ребят, шумные игры, споры - все это приводит детей с СДВГ к перевозбуждению, еще больше дезорганизуя их умственную деятельность.

# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ

- **Лучше, чтобы эти дети вообще как можно меньше писали.** Удобно использовать тетради с напечатанными заданиями, в которых нужно только проставить, или обвести, или дорисовать ответ. Вместо того, чтобы писать на доске, ребенку можно предложить выбрать карточку с ответом из висящих рядом с доской кармашков. Карточки крепятся на доску с помощью магнитов.
  - **Мелкую моторику, необходимую для выработки хорошего почерка, лучше развивать раскрашиванием.**
- **Обучение чтению должно значительно опережать обучение письму и проводиться не по методу слухового анализа Эльконина (для которого необходимо развитое абстрактное мышление), а с визуальной опорой на буквы или, еще лучше, целые слова.**

# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ

- **Исключительно эффективными оказываются как общие принципы, так и конкретные методы, предлагаемые Гленом Доманом.** Его подход строится на четком структурировании информации, которую ребенку предстоит усвоить, разбиении ее на конкретные образные единицы, с последующей организацией их в целостные системы по законам, которые действуют в соответствующей области знаний

При обучении чтению - это целое слово (далее - словосочетание, простое предложение и т. д.), вернее, его графическое изображение, обозначающее известный ребенку предмет (далее - свойство, действие и т. д.) Слова, словосочетания, предложения многократно показываются ребенку и одновременно проговариваются.

После того, как сформируется устойчивый графический образ слова, ребенок становится способным быстро схватывать смысл написанного, т. е. читать. Далее он легко обучается разложению целого на части различным методам анализа слова, т. е. готов изучать грамматику и правописание.

# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ

- **Форма подачи информации должна быть алгоритмичной, четкой. Должна соблюдаться лаконичность формулировок, оформления, иллюстраций, которые не должны содержать ничего лишнего, незначещаго, отвлекающего.**
- **Необходимо как можно чаще показывать, рассказывать, совместно обыгрывать ту информацию, которая должна быть усвоена ребенком.** При этом не следует требовать ответов, спрашивать, что ребенок запомнил. Учебные демонстрации и рассказы должны быть короткими (буквально 2-3 минуты), легкими, быстрыми и веселыми (а не нудными), каждый раз частично обновляться, чтобы не ослабевал интерес.
- **В конце работы надо обязательно хвалить ребенка независимо от того, демонстрировал он свои знания или только смотрел, слушал и повторял.** Запоминание на самом деле идет прекрасно, когда от ребенка не требуют воспроизвести все, что он должен запомнить, и у него нет страха забыть что-то, оказаться несостоятельным и получить неодобрение взрослых.

# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ

- **Обучение чтению должно предшествовать формированию навыков письма.** Если у ребенка еще не сложился комплексный зрительно-звуковой образ слова (в процессе обучения чтению), то при письме он будет кое-как перерисовывать слова по буквам. При этом характерными ошибками будут добавления, недописывания, выпадения различных элементов и целых букв, так как не допускать искажений только с помощью визуального контроля на самом деле очень сложно.
- **При обучении чтению цель - понимание, а не проговаривание вслух.** Поэтому сначала надо дать ребенку возможность понять текст, разобрав его про себя, и только потом предлагать прочитать вслух. Когда ребенка заставляют сразу читать вслух, то ему приходится одновременно выполнять две операции. Для этого необходимо распределение внимания, которое у детей с СДВГ обычно практически отсутствует. Поэтому они как могут озвучивают текст, так как от них это требуют в первую очередь, но абсолютно не понимают смысла прочитанного. Естественно, что потом дети не могут ни пересказать текст, ни ответить на вопросы. За это их не хвалят. Непонятность и постоянные неприятности постепенно превращают чтение в особо ненавистную деятельность.



# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ

- Математика, как более четкая и алгоритмичная наука, усваивается детьми гораздо легче и нравится им гораздо больше, чем чтение и письмо. **При объяснении любого урока надо стараться давать детям точный алгоритм действий, уметь выделять суть. Следует использовать короткие, четко построенные фразы.** Желательно разрабатывать графическое изображение алгоритма для каждой темы и давать его детям на карточках. Не надо заставлять их самих вычерчивать или рисовать алгоритм, лучше "проиграть" его с детьми. Например, построить из ребят "змейку" или "паровозик" в соответствии с последовательностью событий или действий, которые надо запомнить.
- **Обстановка на занятии должна быть свободной и непринужденной. Нельзя требовать от детей невозможного: самоконтроль и соблюдение дисциплины исключительно сложны для ребенка с СДВГ.** Искренние попытки ребенка соблюдать дисциплину (правильно сидеть, не вертеться, не разговаривать и т. д.) и переживания по поводу того, что это никак не получается, еще быстрее приводят к переутомлению и потере работоспособности. Когда на дисциплине не заостряется внимание, а уроки проводятся в игровой форме, дети ведут себя спокойнее и более продуктивно работают.

# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ

- Когда нет запретов, не происходит и накопления неотрагированной энергии с последующими взрывами "Рядовая" несдерживаемая недисциплинированность (когда дети могут сидеть, как им хочется: поджав ноги или на коленках; вертеться, иногда вставать и пр.) создает только легкий фоновый шум и меньше мешает проведению занятий, чем эмоциональные срывы детей и попытки педагога их приструнить. Допуская мелкие дисциплинарные нарушения, можно поддерживать общую хорошую работоспособность.
- Если педагог видит, что ребенок "выключился", сидит с отсутствующим взглядом, то в этот момент его не надо трогать: ребенок все равно будет не в состоянии разумно отреагировать.
- При проведении занятий нужно помнить, что сильные и яркие эмоциональные впечатления могут дезорганизовать деятельность детей. Яркие эмоции создают нечто вроде иррадирующих очагов возбуждения и могут нарушать как последующую деятельность, так и результаты предыдущей.
- Следует проявлять осторожность и в подборе примеров, которые в памяти детей могут остаться как отдельные картинки, неизвестно что иллюстрирующие. Эмоционально, но не очень ярко должны быть выделены самые существенные моменты объясняемого материала (правило, принцип, алгоритм решения).

# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ

- У детей с СДВГ часто возникает проблема с закреплением материала, переводом его из кратковременной, оперативной памяти в долговременную. Для закрепления материала занятие должно быть построено так, чтобы на его протяжении варьировался один и тот же алгоритм или тип задания. Это желательно еще и потому, что при построении занятия трудно учесть цикличность интеллектуальной активности учащихся с СДВГ. Дети работают в разном ритме: кто-то еще активен, а кто-то уже устал или, наоборот, отдохнул и готов подключиться к уроку. Если в течение занятия варьируется одна и та же тема, то в каком бы ритме ребенок ни работал, он все время будет "встречаться" только с ней. Тем самым повышается вероятность того, что основное содержание будет усвоено.
- Работа ребенка должна быть продумана и организована взрослыми так, чтобы представлять из себя четкую последовательность конкретных деятельностей, между которыми можно было бы отдохнуть. Каждую деятельность необходимо представить четкой короткой инструкцией, вынесенной вонне в виде рисунка или схемы и находящейся перед глазами ребенка. Инструкции должны быть короткие (или разделены на короткие самостоятельные части) еще и для того, чтобы хватало объема оперативной памяти и не происходило выпадения, "замен" и перестановок частей информации.

# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ

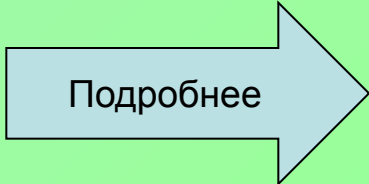
- **Именно на развитие интеллекта должна быть направлена работа педагогов, психологов и родителей.** Попытки тренировать внимание, память и самоуправление не только бессмысленны, но и вредны, так как при этом силы ребенка тратятся впустую. Эти процессы не могут развиваться, пока не будет нормализована работа мозга.
- При развитом визуальном мышлении 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.).

# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ

1. работу с гиперактивным ребенком строить индивидуально, при этом основное внимание уделять отвлекаемости и слабой организации деятельности;
2. по возможности игнорировать вызывающие поступки ребенка с синдромом дефицита внимания и поощрять его хорошее поведение;
3. во время занятий ограничивать до минимума отвлекающие факторы. Этому может способствовать, в частности, оптимальный выбор места за столом для гиперактивного ребенка — в центре напротив доски;
4. предоставлять ребенку возможность быстро обращаться за помощью в случаях затруднения;

# Рекомендации по оптимизации обучения детей с СДВГ

5. занятия строить по четко распланированному, стереотипному распорядку;
6. на определенный отрезок времени давать только одно задание;
7. дозировать выполнение большого задания, предлагать его в виде последовательных частей и периодически контролировать ход работы над каждой из частей, внося необходимые коррективы;
8. во время дня предусматривать возможности для двигательной «разрядки»: занятия физическим трудом, спортивные упражнения.



Подробнее

# Помощь гиперактивному ребенку



Лечебное питание

Лечебная физкультура

Дыхательные упражнения



Аутогенная тренировка

Игровая терапия



Семейная психотерапия

Педагогические приемы