

**Комитет образования и науки Курской области  
ОГБУ ДПО «Курский институт развития образования»**

## **РАЗГОВОРЫ ПЕДАГОГА С РОДИТЕЛЯМИ**

*Составитель **Байбакова Ольга Юрьевна**, заведующий кафедрой  
дошкольного и начального образования ОГБУ ДПО КИРО, кандидат  
педагогических наук*

**Курск**

## **Тема: У нас гиперактивный ребенок?!!**

*Ведущий:* Здравствуйте! Тему сегодняшнего разговора вы знаете. Произнесите ее про себя. С какой интонацией Вы произнесли эту фразу? Напишите на листе бумаги.

Давайте поговорим о гиперактивности. Назовите синонимы этого слова. (очень подвижный, чрезмерно живой и пр.) Давайте отбросим «гипер». Что значит, быть активным? (Деятельностный, энергичный). А это положительная характеристика человека. Значит, все дело в ГИПЕРативности. Прочитайте характеристику ребенка и, если Вы наблюдали и или наблюдаете такие признаки ставьте плюс, если нет – минус.

- Малыш с самого рождения много плакал
- Ребенок мало спит
- Сам выбирался из пеленок, спал не на подушке, а поперек кровати
- Физическое развитие в первые годы немного опережало норму (рано начал сидеть, ползать, ходить)
- Рано начал говорить.
- Поздно начал говорить.
- Не любит слушать сказки.
- Предпочитает играть сам.
- Не любит играть с детьми.
- Игры со сверстниками заканчиваются драками.
- Не терпит наказаний, не извиняется.
- Проявляет признаки агрессии к взрослым.
- Использует бранные и даже нецензурные слова.
- Повышенное внимание к своему полу, интересуют «туалетные» темы.
- Не любит рисовать.
- Рисовать любит, но рисунки одни и те же.
- Плохо справляется с ножницами, шнурками и пр.
- Интересуется буквами, цифрами.
- Категорически отказывается «готовиться к школе».
- Богатый словарный запас, речь эмоциональна.
- Речь в норме, эмоции ярко выражены и полярны (безудержная радость, такой же сильный гнев.

Если есть, что добавить к портрету, допишите.

---

---

---

---

Подчеркните синим карандашом характеристики, которые свойственны Вашему ребенку и вызывают тревогу. Теперь Вы ждете конкретных рекомендаций по исправлению ситуации. Сразу оговоримся, мы не будем касаться медицинской стороны вопроса, обсуждать медикаментозные средства, медицинские центры и конкретных специалистов. Это не в нашей компетенции.

▪ Гиперактивность не проходит быстро, а это значит – надо запастись терпением и не менять тактику поведения в надежде на «волшебный» способ. Обычно к 12 - 13 годам наблюдается снижение гиперактивности, но при отсутствии системного педагогического воздействия или при неправильном его осуществлении негативные черты синдрома дефицита внимания перерастут в личностные.

▪ Гиперактивность – это дефицит внимания, ребенок не способен сосредотачиваться, ему трудно регулировать свое поведение. Не требуйте невозможного, но и не попустительствуйте. Жесткая дисциплина и «свободное» воспитание здесь одинаково не подойдут.

▪ Совет банальный, но мало кто его принимает всерьез и выполняет: соблюдение режима дня всегда. В будни и праздники, в отпуске и при приезде гостей – сон, еда, прогулки, краткосрочные занятия – все по режиму. Стабильность в быту, отсутствие дополнительно перевозбуждающих факторов – основа поддержки гиперактивного ребенка. Изобретайте семейные ритуалы: утренний и вечерний поцелуи, стихотворение при одевании, чтение сказки на ночь и пр.

▪ Поход в гости, в театр, в парк развлечений должен готовиться: показать объект посещения, рассказать, что там будем делать, продемонстрировать картинки. Не забывать про «мелочи» - поедим, зайдем, поздороваемся, зайдем в раздевалку и т.д. Обязательно скажите, сколько времени потребуется на «выход в свет».

▪ Не предлагайте ребенку непосильных занятий, наблюдайте за ним, чувствуйте, когда силы на исходе. – «Давай порисуем: нарисуй домик и дерево». – «А я хочу динозавра». – «Отлично. У динозавра будет домик!». Когда все запланированное нарисовано, дайте печенку, но не говорите, что это награда. Просто так, как бы невзначай.

▪ При агрессивном, неуправляемом поведении ребенка, не разрешайте себе впадать в гнев. Учитесь сохранять внутренне и внешнее спокойствие, дети чувствуют Ваше состояние, агрессия порождает агрессию. Обнимите, удерживайте и покачивайте малыша. Как только почувствуете, что мышцы ребенка чуть расслабились, помойте ему руки прохладной водой, умойте, и только когда малыш вернулся в адекватное состояние, коротко и четко изложите суть претензии: «Мне больно, когда ты плюешься. Это плохо. Ты можешь сказать: «Не хочу!», можно попрыгать, можно даже ударить подушку. Плеваться плохо!»

▪ Наказание должно быть посильным, важно зафиксировать в сознании, что наказание было и оно выдержано. Наиболее приемлемое – лишение (на короткое время) движения («Посиди»). Наказание не должно быть унижительным. НИКОГДА НЕ БЕЙТЕ РЕБЕНКА. Не наказывайте, когда он находится в аффекте.

▪ Ребенок не планирует «свои акции», плохое поведение «само получается», страх наказания не остановит ребенка, также бесполезно «платить за хорошее поведение». Схема: плохо себя вел, наказан, прощен – должна работать для выработки понимания нормального течения жизни. Ребенок должен понимать, что родителям **не нравятся плохие поступки, а не он сам!** Не говорите

ребенку: «Я тебя не люблю! Отдам в детдом и возьму нормального ребенка! И пр.»).

- Тщательно подбирайте книги и видеоматериал. Читайте ребенку во время его игр (не обязательно усаживать), задавайте отсроченные вопросы: «Помнишь. я тебе читала...». Не заменяйте свое чтение на аудиозаписи. Соберите коллекцию мультиков и фильмов, где нет места насилию и откровенной брани. Осторожнее с компьютерными играми. У ребенка и так много проблем, зачем добавлять игровую зависимость?

- Больше гуляйте на свежем воздухе, особенно в солнечную погоду. Не выбирайте для своего ребенка борьбу, хоккей и прочие травмоопасные, агрессивные виды спорта. Шахматы и выжигание по дереву тоже не подойдут. А вот плавание, легоконструирование можно попробовать.

- Не кричите, старайтесь контролировать свой голос. Внятная, негромкая, чуть нараспев речь – это то, что надо для общения с Вашим ребенком.

- Предъявляйте ребенку стабильные требования. Если нельзя, то нельзя никогда. Будьте последовательны и непреклонны. Запретов не должно быть много: например, нельзя бить, нельзя брать чужое, нельзя говорить плохие слова.

- Если у Вашего ребенка конфликт с другим ребенком (драка) и при этом он не хочет просить прощения, возьмите за руку своего ребенка, произнесите слова-извинения пострадавшему, можете сказать: «Саша тоже просит тебя простить, просто пока он не умеет этого делать, но он обязательно научиться». Не стесняйтесь говорить о своих эмоциях ребенку: «Мне больно из-за того, что ты ударил Диму. Мне было стыдно за твою драку перед его мамой. Я извинилась за тебя – мне стало легче, а ты, **подумай**, как тебе попросить прощения у мальчика. Давай **подумаем**, что можно для него сделать хорошего».

- Научитесь слушать своего ребенка. Пусть он вам рассказывает откровенно, что он почувствовал, что сделал, о чем думал. Лучше вербализировать (проговаривать) агрессию.

Обведите карандашом те советы, которые для Вас оказались приемлемыми.

### **Игровой практикум**

Многие взрослые думают, что игра – это дело пустяковое, детское. Игра – дело серьезное. Играть надо уметь, и сейчас мы будем этому учиться. *Представьте, что Вы решили устроить небольшой детский праздник. Давайте поиграем в серию игр, направленных на регуляцию своего физического состояния. Взрослые должны играть вместе с детьми. С одной стороны, совместная игра сблизит вас, с другой – Вы осуществляете контроль за физическими контактами игроков. Например, когда "месим тесто" важно, чтобы удары в спину не были болезненными.*

#### **➤ Игра «Мельница»**

Дети стоят, расставив руки. Под песенку все начинают кружиться на месте. Когда песенка закончилась, дети должны остановиться. Кто пошевелился, тот выходит из игры.

Мельница, мельница,

Жерновочек вертится,  
Мели, мели, не зевай  
И в лоточек собирай.  
В конце игры, остаются 2-3 игрока, которые победили.  
Они остаются в кругу – это тесто.

### ➤ **Игра «Тесто»**

Остальные дети становятся в круг и берутся за руки. Со словами: «Месим, месим тесто, месим, месим тесто». Дети медленно идут в центр круга и слегка подталкивают детей, стоящих в кругу, имитируя движения пекаря, месящего тесто. Затем, со словами «Раздувайся пузырь, надувайся большой», дети расходятся вновь в большой хоровод.

Обычно детям очень нравится изображать тесто. Мы предлагаем им выбрать кого-нибудь из круга вместо себя. Так все дети по очереди могут оказаться в кругу.

*Вариант этой же игры, не связанный по смыслу с предыдущей и упрощенный.*

### ➤ **Пузырь.**

Все играющие, взявшись за руки и образовав круг, поют:

Месим, месим тесто,  
Месим, месим тесто.  
Раздувайся, пузырь,  
Раздувайся, большой,  
Оставайся такой,  
Да не лопайся!

Сначала они небольшими шагами движутся к центру круга и делают движения руками вперед - "месят тесто". На слова "раздувайся, пузырь" начинают расходиться от центра и расходятся, насколько позволяют вытянутые руки. Когда произнесут "да не лопайся!", каждый начинает тянуть соседей, чтобы кто-нибудь разомкнул руки. Два "лопнувших" игрока идут в центр круга, где им может достаться от рук других игроков при следующем «замесе», поскольку игра обычно повторяется несколько раз до тех пор, пока в кругу не наберется определенное число играющих (договоренное заранее). Тогда проигравшим назначают игровое наказание, берут фант и т.п. Можно играть и на выбывание «лопнувших». В этом случае игра продолжается до тех пор, пока в кругу останется только три участника.

### ➤ **«Пирожок»**

Из готового теста мы сделаем пирожок и испечем его.

Все дети становятся парами как в игре «Ручеек» - это наша печка. Два-три «пирожка» пробегают под руками, а все стоящие стараются свободной рукой шлепнуть бегущих по спине или попе. Если дети все хотят побывать пирожками, то можно менять пары по очереди или дать возможность пирожкам выбрать себе замену (как в ручейке).

### ➤ **Игра «Колпачок»**

Дети становятся в хоровод. Один из них – колпачок – сидит на корточках в центре круга. Дети идут по кругу под песенку.

«Колпачок, колпачок, тоненькие ножки,  
Красные сапожки,  
Мы тебя растили,  
Мы тебя поили,  
На ноги поставили,  
Танцевать заставили.  
Танцуй, сколько хочешь,  
Выбирай, кого захочешь»

На словах «На ноги поставили» колпачок поднимается с корточек и начинает танцевать. Он выбирает кого-нибудь, кто становится «колпачком» и игра начинается вновь.

*Вариант.* На словах «на ноги поставили» все сходятся в круг и приподнимают (помогают подняться) сидящего в центре ребенка.

*Для гиперактивного ребенка эта игра «на терпение и подчинение».*

### **Игры на снятие агрессии**

#### ➤ **«Тух-тибидух»**

Игроки становятся лицом друг к другу и «со злостью» кричат: «Тух-тибидух». Игра прекращается, когда участники начинают смеяться.

#### ➤ **«Зеркало-кривляка»**

Стоят лицом друг к другу, договариваются о том, кто будет зеркалом. Игрок корчит рожицы, а зеркало повторяет. Когда кто-то не выдерживает и начинает смеяться, игра останавливается и игроки меняются местами.

### **Рефлексия**

- Перечитайте тезисы нашего разговора и подчеркните зеленым карандашом советы, которыми Вы воспользуетесь.

- Какие вопросы остались за рамками нашего разговора?