

# Методическая копилка 2

учителей-дефектологов ПКПП Дятловского района



Пункт  
Команда  
Педагоги  
Практикум

Совершенствование условий  
организации и осуществления  
образовательного процесса для  
преодоления СДВГ у  
обучающихся



Январь  
2024

## СОДЕРЖАНИЕ

Памятка для родителей «Что по описанию характерно для Вашего ребенка?» (составлена на основе МКБ-10).....	<b>3</b>
Тест на выявление гипердинамического синдрома (Сиротюк А.Л.)	<b>3</b>
Диагностические критерии гиперактивного расстройства с дефицитом внимания по диагностической системе DSM-IV.....	<b>4</b>
Диагностический опросник Вандербильт для заполнения родителями	<b>6</b>
Диагностический опросник Вандербильт для заполнения учителем	<b>8</b>
Определение клинической формы и тяжести СДВГ для мальчиков по опроснику Вандербильт.....	<b>10</b>
Определение клинической формы и тяжести СДВГ для девочек по опроснику Вандербильт.....	<b>11</b>
Шкала оценки СДВГ для родителей — критерии МКБ-10 (И. К. Сухотина, Т. И. Егорова).....	<b>12</b>
Шкала оценки СДВГ для педагогов — критерии МКБ-10 (И. К. Сухотина, Т. И. Егорова).....	<b>13</b>
Диагностические критерии СДВГ по МКБ-10.....	<b>15</b>
Рекомендации педагогам при работе с гиперактивными детьми.....	<b>16</b>
Рекомендации для родителей по организации взаимодействия с детьми с признаками СДВГ.....	<b>24</b>
Игры для работы с детьми с СДВГ.....	<b>37</b>

**Памятка для родителей  
«Что по описанию характерно для Вашего ребенка?»  
(составлена на основе МКБ-10)**

1. Не может долго оставаться сосредоточенным.
2. Ребенок легко отвлекается на не относящиеся к делу картины и звуки.
3. Не обращает внимание на детали, делает ошибки из-за своей беспечности.
4. Испытывает трудности в последовательном выполнении заданий.
5. С трудом переключается на другие виды деятельности.
6. Забывает, теряет вещи, маленькие игрушки, карандаши, книжки и инструменты, необходимые для выполнения задания.
7. Постоянно находится в движении (иногда бесцельном). Мечется от одного незаконченного дела к другому.
8. Ребенку трудно контролировать свои побуждения. Бывает болтлив, перебивает других. Выкрикивает ответы и совершает действия до того, как целиком услышит вопрос или просьбу.
9. Беспокоен. Часто вертит руками и ногами или ерзает на стуле.
10. Бегаёт, карабкается и покидает свое место, когда нужно сидеть и тихо себя вести.
11. С трудом стоит в очереди или дожидается своей очереди в игре.
12. Легко расстраивается или раздражается.

**Тест на выявление гипердинамического синдрома  
(Сиротюк А.Л.)**

Отметьте пункты, содержащие сведения, которые позволяют Вам сказать «да» про своего ребенка.

1. Есть неврологические диагнозы (энцефалопатия, минимальная мозговая дисфункция (ММД), синдром внутричерепной гипертензии).
2. Наблюдается неконтролируемая моторная активность.
3. Очень слабая для его возраста концентрация внимания. Ребенок бросает одно и сразу начинает другое дело; его очень легко отвлечь, если он чем-то занят.
3. Есть стойкие нарушения сна.
4. В истории развития ребенка есть или были логопедические проблемы, задержки или общее недоразвитие речи (даже если бесследно прошли).

5. Не может приспособиться к дисциплинарным требованиям детского учреждения.

6. Быстрая «захлебывающаяся» речь.

7. Стойкая неуспеваемость в школе, которую нельзя объяснить недостатком интеллекта (по одному или сразу по всем предметам).

8. Повышенный травматизм и «влипание» в неприятности и истории.

9. Есть один или несколько тиков, или моторных стереотипов (грызет ногти, обрывает заусенцы, подскакивает на месте, крутит головой, моргает, подкашливает, трет нос или глаза, дергает себя за волосы, крутит или мнет что-нибудь в пальцах и т.д.).

10. Ночной или дневной энурез.

11. Поверхностная, часто избыточная общительность. Не всегда чувствует социальные грани и дистанции. Для него все вокруг - «друзья», но строить глубокие дружеские отношения не умеет.

12. Пред почитает младших партнеров по играм (с ними у него к взаимному удовольствию есть возможность поиграть в подвижные игры, которых ему всегда так не хватает).

13. Ведет себя как ребенок младшего возраста.

14. Метеочувствительность. Состояние, настроение зависит от времени суток, года.

15. Даже при небольшом стрессе или напряжении может наступить срыв.

Интерпретация результатов: если набралось более пяти утверждений «да», то, скорее всего, имеет место гипердинамический синдром; необходимо обратиться за консультацией к специалистам (неврологу, психологу).

### *Приложение 3*

## **Диагностические критерии гиперактивного расстройства с дефицитом внимания по диагностической системе DSM-IV**

Для установления диагноза необходимо пользоваться следующими критериями (А+Б+В+Г+Д).

### **А 1. Невнимательность:**

1) часто не в состоянии сосредоточиться на деталях или делает ошибки по невнимательности при выполнении школьных заданий или в другой деятельности;

2) часто возникают проблемы с удержанием внимания на задании или игре;

3) часто возникают проблемы с организацией деятельности и выполнения заданий;

4) часто неохотно приступает к деятельности, которая требует продолжительного сосредоточения внимания (например, выполнение заданий на уроке или домашних заданий), или избегает ее;

5) часто теряет или забывает вещи, необходимые для выполнения заданий

или другой деятельности (например, дневник, ручки, инструменты, игрушки);

б) легко отвлекается на посторонние раздражители;

7) часто не слушает, когда к нему обращаются;

8) часто не придерживается указаний, не выполняет до конца или же в надлежащем объеме поручения, домашнее задание или другую работу (но не из протеста, упрямства или неспособности понять указание/задание);

9) забывчив в повседневной деятельности.

### **А 2. Гиперактивность:**

1) часто наблюдаются беспокойные движения в кистях и стопах; сидя на стуле, крутится, вертится;

2) не может усидеть на месте, постоянно двигается, часто покидает свое место в ситуации, когда нужно сидеть (например, на уроке и т.п.);

3) много бегает и «все переворачивает» там, где этого делать не следует (у подростков и взрослых эквивалентом может быть ощущение внутреннего напряжения и постоянная потребность двигаться);

4) не способен тихо, спокойно играть или отдыхать;

5) действует словно «заведенный», как игрушка с включенным «моторчиком»;

б) слишком много говорит.

### **А 3. Импульсивность:**

1) часто говорит преждевременно, не дослушав вопрос до конца;

2) нетерпелив, часто не может дождаться своей очереди;

3) часто прерывает других и вмешивается в их деятельность /разговор.

Для постановки диагноза необходимо наличие шести симптомов (из группы «невнимательность» и/или «гиперактивность и импульсивность»). По критериям группы А выделяют три клинических подвида СДВГ, которые кодируются следующим образом: комбинированный тип, если на протяжении последних шести месяцев одновременно присутствуют и проявляются критерии А 1 и А 2; СДВГ с доминирующим дефицитом внимания, если на протяжении последних шести месяцев одновременно присутствуют и проявляются критерии только из подгруппы А 2; СДВГ с доминирующей гиперактивностью /импульсивностью, если на протяжении последних шести месяцев одновременно присутствуют и проявляются критерии только из подгруппы А 3.

Б. Симптомы расстройства (по крайней мере, некоторые) присутствовали в возрасте до семи лет.

В. Симптомы должны проявляться, по меньшей мере, в двух разных средах (школа, дом, игровая площадка и т.п.).

Г. Расстройство приводит к значительным проблемам в социальной, учебной и профессиональной (для взрослых) сферах.

Д. Эти симптомы не обусловлены другим психиатрическим или соматическим заболеванием. В тех случаях (особенно у подростков и взрослых), когда на момент обследования симптомы больше не удовлетворяют в полной мере указанным критериям, констатируют частичную ремиссию.

## Диагностический опросник Вандербильт для заполнения родителями

Дата: ...

Ф.И.О. ребенка ...

Дата рождения: ...                      Возраст ...

Ф.И.О. того, кто заполнял опросник ...

Инструкция: *Пожалуйста, оцените поведение ребенка с помощью приведенного опросника. При оценке ориентируйтесь на наиболее типичное поведение ребенка в течение последних шести месяцев в сравнении с поведением сверстников.*

**Симптомы** (оценки: 0 - никогда, 1 - иногда, 2 - часто, 3 - очень часто).

1. Неспособен внимательно следить за деталями, делает нелепые ошибки в заданиях.
2. Имеет трудности в выполнении заданий или в игровой деятельности, которые требуют сосредоточенного внимания.
3. Не слушает, когда к нему обращаются.
4. Не заканчивает начатого занятия (непреднамеренно и не ввиду низкого интеллекта).
5. Не собран, не организован.
6. Избегает, не любит или не соглашается выполнять задания, которые требуют повышенного внимания и умственного напряжения.
7. Путаает расписание, теряет вещи, необходимые для выполнения заданий или какой-либо деятельности (игрушки, книги, карандаши и т.п.).
8. Легко отвлекается на все, что происходит вокруг.
9. Забывает выполнять каждодневные процедуры (почистить зубы и т.п.).
10. Беспечно двигает руками или ногами, ерзает на месте.
11. Покидает свое место в классе или в другом месте, не может усидеть.
12. Начинает бегать и карабкаться куда-то, когда это неуместно.
13. Не может тихо играть, неадекватно шумит.
14. Действует как «заведенный», как будто к нему приделан «моторчик».
15. Чрезмерно разговорчивый, без учета социальных ограничений.
16. Выпаливает ответы до того, как завершены вопросы.
17. Не способен стоять в очередях, дожидаться своей очереди.
18. Перебивает других, вмешивается в разговоры или занятия других.
19. Вступает в конфликты со взрослыми.
20. Теряет самоконтроль, склонен к эмоциональным взрывам.
21. Не слушается и отказывается подчиняться установленным правилам взрослых.
22. Поступает наперекор другим.
23. Обвиняет других в своих ошибках и поведенческих проблемах.
24. Стремится добиться своего, легко «выходит из себя».
25. Злой и раздражительный.

26. Не забывает обид, стремится отомстить.
27. Угрожает и шантажирует других.
28. Грубит взрослым и употребляет нецензурные слова.
29. Обманывает, чтобы избежать наказания.
30. Пропускает уроки без разрешения.
31. Агрессивный, драчливый, склонен к физической расправе над животными и другими людьми.
32. Намеренно портит свои вещи и вещи других.
33. Имеет серьезные поведенческие проступки (кражи, нападения, вынос вещей из дома и т.п.).

Другие поведенческие проступки (укажите сами при их наличии).

34. Робкий, боязливый, тревожный.
35. Боится пробовать делать что-то новое из-за страха, что не получится или совершит ошибку.
36. Недооценивает себя, ощущает себя хуже других.
37. Обвиняет себя, чувствует себя виноватым.
38. Ощущает себя ненужным, жалуется: «Никто не любит меня».
39. Грустный, несчастливый или удрученный.
40. Неуверенный и слишком сомневающийся.

**Успешность** (баллы: 1 - отлично, 2 - хорошо, 3 - удовлетворительно, 4 - иногда трудности, 5 - большие трудности).

41. Общая оценка успешности в жизни.
42. Чтение.
43. Письмо.
44. Математика.
45. Отношения с родителями.
46. Отношения с братьями/сестрами.
47. Отношения с ровесниками.
48. Участие в групповых (командных) играх.
49. Самоорганизация.
50. Выполнение указаний взрослых.

Вопросы 1-9: субшкала дефицита внимания.

Вопросы 10-14: субшкала гиперактивности.

Вопросы 15-18: субшкала импульсивности.

Вопросы 19-26: субшкала реакций оппозиции (протеста).

Вопросы 27-33: субшкала других поведенческих проблем.

Вопросы 34-40: субшкала тревожно-депрессивной симптоматики.

Вопросы 41-50: субшкала социальной адаптации.

## Диагностический опросник Вандербильт для заполнения учителем

Дата:...

Ф.И.О. ребенка ...

Дата рождения: ...

Возраст...

Класс ...

Школа ...

Ф.И.О. учителя...

Инструкция: *Пожалуйста, оцените поведение ребенка с помощью приведенного опросника. При оценке ориентируйтесь на наиболее типичное поведение ребенка в течение последних шести месяцев в сравнении с поведением, сверстников.*

1. Неспособен внимательно следить за деталями, делает нелепые ошибки в заданиях.
2. Имеет трудности в выполнении заданий или в игровой деятельности, которые требуют сосредоточенного внимания.
3. Не слушает, когда к нему обращаются.
4. Не заканчивает начатого занятия (непреднамеренно и не ввиду низкого интеллекта).
5. Не собран, не организован.
6. Избегает, не любит или не хочет соглашаться выполнять задания, которые требуют повышенного внимания и умственного напряжения.
7. Путает расписание, теряет вещи, необходимые для выполнения заданий или какой-либо деятельности (игрушки, книги, карандаши и т.п.).
8. Легко отвлекается на все, что происходит вокруг.
9. Забывает выполнять каждодневные процедуры (почистить зубы и т.п.).
10. Беспокойно двигает руками или ногами, ерзает на месте.
11. Покидает свое место в классе или в другом месте, не может усидеть.
12. Начинает бегать и карабкаться куда-то, когда это неуместно.
13. Не может тихо играть, неадекватно шумен.
14. Действует, как «заведенный», как будто к нему приделан «моторчик».
15. Чрезмерно разговорчивый, без учета социальных ограничений.
16. Выпаливает ответы до того, как завершены вопросы.
17. Не способен стоять в очередях, дожидаться своей очереди.
18. Перебивает других, вмешивается в разговоры или занятия других.
19. Вступает в конфликты со взрослыми.
20. Теряет самоконтроль, склонен к эмоциональным взрывам.
21. Не слушается и отказывается подчиняться установленным правилам взрослых.
22. Поступает наперекор другим.
23. Обвиняет других в своих ошибках и поведенческих проблемах.
24. Стремится добиться своего, легко «выходит из себя».
25. Злой и раздражительный.

26. Не забывает обид, стремится отомстить.
  27. Угрожает и шантажирует других.
  28. Грубит взрослым и употребляет нецензурные слова.
  29. Обманывает, чтобы избежать наказания.
  30. Пропускает уроки без разрешения.
  31. Агрессивный, драчливый, склонен к физической расправе над животными и другими людьми.
  32. Намеренно портит свои вещи и вещи других.
  33. Имеет серьезные поведенческие проступки (кражи, нападения, вынос вещей из дома и т.п.).
- Другие поведенческие проступки (укажите сами при их наличии).
34. Робкий, боязливый, тревожный.
  35. Боится пробовать делать что-то новое из-за страха, что не получится или совершит ошибку.
  36. Недооценивает себя, ощущает себя хуже других.
  37. Обвиняет себя, чувствует себя виноватым.
  38. Ощущает себя ненужным, жалуется: «Никто не любит меня».
  39. Грустный, несчастливый или удрученный.
  40. Неуверенный и слишком сомневающийся.
- Успешность** (баллы: 1 - отлично, 2 - хорошо, 3 - удовлетворительно, 4 - иногда трудности, 5 - большие трудности).
41. Общая оценка успешности в школе.
  42. Чтение.
  43. Письмо.
  44. Математика.
  45. Выполнение указаний учителя.
  46. Поведение на уроке.
  47. Отношения с одноклассниками.
  48. Самоорганизация.
- Вопросы 1-9: субшкала дефицита внимания.  
Вопросы 10-14: субшкала гиперактивности.  
Вопросы 15-18: субшкала импульсивности.  
Вопросы 19-26: субшкала реакций оппозиции (протеста).  
Вопросы 27-33: субшкала других поведенческих проблем.  
Вопросы 34-40: субшкала тревожно-депрессивной симптоматики.  
Вопросы 41-48: субшкала социальной адаптации.

## Определение клинической формы и тяжести СДВГ для мальчиков по опроснику Вандербильт

Шкалы	Реакция протеста				Дефицит внимания				Гиперактивность/импульсивность			
	3-5	6-8	9-11	12-14	3-5	6-8	9-11	12-14	3-5	6-8	9-11	12-14
<b>Возраст</b>	3-5	6-8	9-11	12-14	3-5	6-8	9-11	12-14	3-5	6-8	9-11	12-14
<b>Тяжелая форма</b>	24	25	27	23	26	25	26	24	28	24	28	22
	24	25	26	22	26	21	25	23	27	24	28	22
	24	24	26	21	25	20	25	22	27	23	27	21
	23	24	25	20	24	19	24	21	26	23	27	20
	23	23	25	19	23	22	24	20	26	22	26	19
<b>Среднетяжелая форма</b>	22	23	24	18	22	21	23	19	25	21	25	18
	21	22	23	17	21	20	22	18	25	19	24	17
	20	21	22	16	20	19	21	17	24	19	22	16
	18	20	21	15	19	18	20	16	24	18	21	14
	17	19	20	14	18	17	19	15	23	18	20	13

<b>Легкая форма</b>	16	18	18	13	17	16	18	14	22	17	19	12
	15	17	17	12	18	15	17	13	20	16	18	11
	14	16	17	11	17	14	16	13	19	15	16	11
	13	14	15	10	16	13	15	12	18	14	15	10
	12	12	14	9	15	12	14	12	16	12	14	9
<b>Промежуточная форма</b>	11	11	12	8	15	12	13	11	15	11	13	8
	10	10	11	7	14	11	13	11	14	10	12	7
	9	9	10	6	13	11	12	10	12	9	10	6
	7	8	9	5	12	11	12	10	11	8	9	5
	6	7	8	4	11	10	11	9	10	7	8	5
	5	6	7	4	10	10	11	9	9	6	7	4

По сумме баллов, приведенных в таблице и полученных в соответствующих субшкалах, врач устанавливает степень тяжести СДВГ.

**Определение клинической формы и тяжести СДВГ  
для девочек  
по опроснику Вандербильт**

Шкалы	Реакция протеста				Дефицит внимания				Гиперактивность/ импульсивность			
	3-5	6-8	9-11	12-14	3-5	6-8	9-11	12-14	3-5	6-8	9-11	12-14
<b>Возраст</b>												
<b>Тяжелая форма</b>	16	16	20	20	25	25	27	23	27	25	25	24
	15	15	19	19	25	25	26	23	26	24	24	23
	14	14	19	18	24	24	25	22	25	23	23	22
	14	14	18	17	24	23	24	21	24	22	22	21
	13	13	18	16	23	22	24	20	23	21	21	20
<b>Среднетяжелая Форма</b>	13	13	17	15	22	21	23	19	22	20	21	19
	12	12	16	14	21	20	22	18	21	19	20	18
	11	11	15	13	20	19	21	17	20	19	20	17
	10	10	14	13	19	18	20	16	19	18	19	16
	10	10	13	12	18	17	19	15	18	17	18	15
<b>Легкая форма</b>	9	9	12	11	17	17	18	14	17	16	17	14
	8	8	11	10	16	16	17	13	16	15	16	13

	7	7	10	9	15	15	16	12	15	13	15	12
	7	7	9	8	14	14	15	11	14	11	13	11
	6	6	8	6	13	13	14	11	13	10	12	10
<b>Промежуточная Форма</b>	5	5	7	6	12	12	13	10	12	9	11	10
	5	5	6	5	11	11	12	9	11	8	10	9
	4	4	5	5	10	10	11	9	10	7	9	8
	4	4	5	4	10	9	10	8	9	7	8	7
	3	3	4	4	9	9	9	8	8	6	7	6
	2	3	3	3	8	7	8	7	6	5	6	5

**Шкала оценки СДВГ для родителей —  
критерии МКБ-10  
(И. К. Сухотина, Т. И. Егорова)**

Версия для родителей детей в возрасте от 6 до 13 лет.

Фамилия, имя ребенка ...

Возраст ...

Кем заполнено ...

Дата обследования ...

Предполагаемые ответы: никогда или очень редко; иногда; часто; очень часто.

1. Неспособен удерживать внимание на деталях, из-за чего допускает ошибки при выполнении школьных заданий и других видов деятельности.

2. Проявляет бесцельную двигательную активность: бегают, прыгает, пытается куда-то залезть (часто в неприемлемых ситуациях).

3. Теряет свои вещи.

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

5. Способен концентрировать внимание только на вещах, представляющих для него интерес.

6. При необходимости не может сидеть на одном месте - крутится, вертится, беспокойно двигает руками или ногами.

7. Обычно не заканчивает начатое дело до конца.

8. Болтлив, часто говорит взахлеб, болтовней надоедает окружающим.

9. Легко отвлекается на посторонние раздражители.

10. Предпочитает подвижные игры, во время которых неадекватно шумит (кричит, топает ногами, хлопает в ладоши и т.п.).

11. Избегает (выражает недовольство) при выполнении заданий, требующих длительного сохранения внимания.

12. На вопросы отвечает не задумываясь, часто не выслушав их до конца.

13. Неспособен придерживаться инструкций и выполнить до конца задание без организующей помощи взрослых.

14. Неспособен ждать, дожидаться своей очереди в различных групповых ситуациях.

15. Временами не слушает обращенную к нему речь, кажется, что он не слышит.

16. Вмешивается в разговоры старших или игры других детей, перебивает, мешает.

17. Забывчив в повседневной деятельности, без злого умысла нарушает одни и те же правила, требования распорядка дня.

18. Нетерпелив, возникшее желание немедленно реализует или настаивает на выполнении его другими.

Диагностические шкалы включают субшкалы «невнимательность», «гиперактивность», «импульсивность». Невнимательность в обеих версиях

характеризуют пункты 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17. Гиперактивность в версии для родителей характеризуют пункты 2, 4, 6, 8, 10; в версии для учителей - 2, 4, 6, 10, 14. Импульсивность в версии для родителей характеризуют пункты 12, 14, 16, 18; для учителей - 8, 12, 16, 18.

Заполняющий ставит галочку или другой знак в клетке напротив симптома. «Никогда или очень редко» - 0 баллов; «иногда» - 1 балл, «часто» - 2 балла; «очень часто» - 3 балла.

Результаты оцениваются отдельно по субшкалам «невнимательность», «гиперактивность», «импульсивность», а также по общему баллу, который представляет собой сумму баллов по выделенным субшкалам. Результаты оцениваются врачом.

## *Приложение 9*

### **Шкала оценки СДВГ для педагогов — критерии МКБ-10 (И. К. Сухотина, Т. И. Егорова)**

Версия для учителей и воспитателей детей в возрасте от 6 до 13 лет.

Фамилия, имя ребенка...

Возраст ...

Кем заполнено ...

Дата обследования ...

1. С трудом сохраняет внимание во время занятий, легко отвлекается на посторонние раздражители.

2. Предпочитает подвижные игры, во время которых неадекватно шумен (кричит, топает ногами, хлопает в ладоши и т.п.).

3. Теряет или забывает принести предметы, необходимые для школьных занятий.

4. Обнаруживает стойкий характер чрезмерной двигательной активности, особенно заметной во время перемен и в группе продленного дня (бегает, прыгает, пытается куда-то залезть и т.п.).

5. Обычно избегает заданий, требующих длительного сохранения внимания.

6. Во время уроков или развивающих занятий встает со своего места, ходит по учебной комнате.

7. Обычно не заканчивает начатое дело до конца.

8. Неспособен дожидаться своей очереди в играх или во время групповых занятий.

9. Неспособен придерживаться инструкций и без организующей помощи педагога справиться до конца с выполнением школьной работы.

10. Сидя за партой, крутится, вертится, часто беспокойно двигает руками или ногами.

11. Забывчив в повседневной деятельности, без злого умысла нарушает

одни и те же правила, требования распорядка дня.

12. На вопросы отвечает не задумываясь, часто не выслушав их до конца.

13. Временами не слушает обращенную к нему речь, кажется, что он не слышит.

14. Во время урока разговаривает с детьми, выкрикивает ответы, когда его не спрашивают, подает реплики с места.

15. Неспособен удерживать внимание на деталях из-за чего допускает ошибки при выполнении школьных заданий и других видов деятельности.

16. Вмешивается в разговоры старших или игры других детей, перебивает, мешает.

17. Теряет интерес к деятельности (игре), сталкиваясь с трудностями.

18. Нетерпелив, возникшее желание немедленно реализует или настаивает на выполнении его другими.

Диагностические шкалы включают субшкалы «невнимательность», «гиперактивность», «импульсивность». Невнимательность в обеих версиях характеризуют пункты 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17. Гиперактивность в версии для родителей характеризуют пункты 2, 4, 6, 8, 10; в версии для учителей - 2, 4, 6, 10, 14. Импульсивность в версии для родителей характеризуют пункты 12, 14, 16, 18; для учителей - 8, 12, 16, 18.

Заполняющий ставит галочку или другой знак в клетке напротив симптома. «Никогда или очень редко» - 0 баллов; «иногда» - 1 балл, «часто» - 2 балла; «очень часто» - 3 балла.

Результаты оцениваются отдельно по субшкалам «невнимательность», «гиперактивность», «импульсивность», а также по общему баллу, который представляет собой сумму баллов по выделенным субшкалам. Результаты оцениваются врачом.

## Диагностические критерии СДВГ по МКВ-10

G 1. Невнимательность/дефицит внимания (требуется не менее шести признаков):

1) часто проявляющаяся неспособность внимательно следить за деталями или совершение беспечных ошибок в школьной программе, работе или другой деятельности;

2) часто не удается поддерживать внимание на заданиях или игровой деятельности;

3) часто заметно, что ребенок не слушает того, что ему говорится;

4) ребенок часто не способен следовать инструкциям или завершать школьную работу, повседневные дела и обязанности на рабочем месте (не из-за оппозиционного поведения или неспособности понять инструкции);

5) часто нарушена организация заданий и деятельности;

6) часто избегает или очень не любит заданий, таких как домашняя работа, требующая постоянных умственных усилий;

7) часто теряет вещи, необходимые для выполнения определенных заданий или деятельности, такие как школьные вещи, карандаши, книги, игрушки или инструменты; часто легко отвлекается на внешние стимулы;

8) легко отвлекается;

9) часто забывчив в ходе повседневной деятельности.

G 2. Гиперактивность (требуется не менее трех признаков):

1) часто беспокойно двигает руками или ногами, ерзает на месте;

2) покидает свое место в классной комнате или в другой ситуации, когда требуется оставаться на месте, сидеть;

3) часто начинает бегать или куда-то карабкаться, когда это является неуместным (в подростковом или зрелом возрасте может присутствовать лишь чувство беспокойства);

4) часто неадекватно шумен в играх или испытывает затруднения при тихом проведении досуга;

5) обнаруживается стойкий характер чрезмерной моторной активности, на которую существенно не влияют социальные ситуации и требования.

G 3. Импульсивность (требуется не менее одного признака):

1) часто выпаливает ответы до того, как завершены вопросы;

2) часто не способен ждать в очередях, дожидаться своей очереди в играх или групповых ситуациях;

3) часто прерывает других или вмешивается в их дела (например, в разговоры или игры других людей);

4) часто слишком много разговаривает без адекватной реакции на социальные ограничения.

G 4. Начало расстройства не позднее семилетнего возраста.

G 5. Общий характер расстройства.

Результаты методики оцениваются врачом.



## Практические рекомендации воспитателям при работе с гиперактивными детьми

1. Проявлять достаточную твердость и последовательность в воспитании.
2. Подвести родителей к тому, что поступки ребенка не умышленны; не следует давать ему реактивных указаний, следует избегать слов “нет”, “нельзя” и строить взаимоотношения на понимании и доверии; реагировать на действия ребенка неожиданным приемом, скажем шуткой; повторять свою просьбу автоматически одними и теми же словами много раз; не настаивать на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за поступок; выслушать то, что он хочет сказать; использовать зрительную стимуляцию для подкрепления устных инструкций.
3. В семье необходимо изменить психологический микроклимат, т.е. уделять ребенку достаточно эмоционального внимания, проводить досуг вместе, не допускать ссор в присутствии ребенка.
4. Ребенку, как и всем членам семьи, необходим четкий режим дня и место для занятий; как можно чаще показывать ребенку, как, не отвлекаясь, лучше выполнить задание; ограждать его от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач; избегать по возможности большого скопления людей, так как переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности;
5. Ребенку необходима специальная поведенческая программа, т.е продуманная гибкая система вознаграждений, поощрений за хорошо выполненное задание и наказание - только не физическое! - за плохое поведение.
6. Строить работу с гиперактивным ребенком индивидуально. Он всегда должен находиться перед глазами воспитателя., в занятия обязательно включать физминутки, предоставлять ребенку возможность обращаться за помощью в случае любого затруднения; направлять энергию в полезное русло (вымыть доску, полить цветы и т.д).
7. Вести знаковую систему оценивания (чаще хвалить, ввести постоянный режим дня, избегать завышенных или заниженных требований, использовать на занятиях элементы игры и соревнования; давать задания в соответствии с возможностями ребенка; создавать ситуации, в которых гиперактивный ребенок может показать свои сильные стороны; игнорировать негативные поступки и поощрять позитивные; строить процесс воспитания на положительных эмоциях; помнить, что с ребенком необходимо договариваться, а не стараться сломить его!
8. Способствовать элиминации (удаление, исчезновение) агрессии; терпеливо обучать необходимым социальным нормам и навыкам общения; профессионально регулировать взаимоотношения с другими детьми.
9. Объяснить родителям и окружающим, что положительные изменения наступят не так быстро; что улучшение состояния ребенка зависит не только от специального лечения и коррекции, но и от спокойного и последовательного к нему отношения.



## Рекомендации педагогам по работе с детьми с СДВГ.

- Работа с гиперактивными детьми должна строиться индивидуально. Оптимальное место для такого ребёнка – в центре группы. Он всегда должен находиться перед глазами педагога.
- Занятие должно включать в себя минуты активного отдыха с легкими физическими упражнениями и расслаблением.
- Направляйте лишнюю энергию гиперактивных детей в полезное русло - во время урока попросите раздать картинки, собрать карандаши...
- Введите знаковую систему оценивания. Хорошее поведение и успехи на занятиях поощряйте и вознаграждайте.
- На определённый отрезок времени давайте лишь одно задание.
- Давайте задания в соответствии с рабочим темпом и способностями ребёнка. Избегайте предъявления завышенных или заниженных требований к гиперактивному ребёнку.
- Вводите проблемное обучение, повышайте мотивацию, используйте в процессе обучения элементы игры, соревнования. Больше давайте творческих заданий.
- Создавайте ситуации успеха, в которых ребёнок имел бы возможность проявить свои сильные стороны.
- Используйте «позитивную модель» коррекции: хвалите ребёнка всегда, когда он этого заслуживает.



## **Правила работы с гиперактивными детьми.**

1. Работать с гиперактивным ребенком целесообразней в первую половину дня, а не вечером.
2. Уменьшать нагрузку ребенка следует по времени, но не облегчать ее.
3. Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физминутки.
4. Быть артистичным, экспрессивным педагогом.
5. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.
6. Посадить ребенка во время занятий рядом с взрослым.
7. Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).
8. Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее.
9. Давать короткие, четкие и конкретные инструкции.
10. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний.
11. Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее.
12. Предоставлять ребенку возможность выбора.
13. Оставаться спокойным. Нет хладнокровия - нет преимущества!



## «Педагогический навигатор»

**в пространстве сетевого взаимодействия специалистов образовательных организаций по совершенствованию условий организации и осуществления образовательного процесса для преодоления синдрома дефицита внимания и гиперактивности у обучающихся**

№	Описание ситуации	Психолого-педагогические приемы, используемые
1	Обучающийся во время урока комментирует происходящее, выкрикивает ответы с места	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Опрашивайте лишь тех, кто следует вашим правилам дисциплины, поднимает руку, при желании ответить. Постарайтесь не реагировать на ответы с места</li><li>2. Последовательно приучайте учащихся выслушивать друг друга и соблюдать правила поведения на уроке</li><li>3. Включайте в план урока «минуты тишины»</li><li>4. Коллектив легко успокоить, если предложить что-то сделать с закрытыми глазами (нарисовать фигуру, написать слово и т.д.), или просто посидеть, закрыв глаза, до определенного сигнала. Даже 2-3 минуты тишины помогут настроиться на рабочий лад</li><li>5. Закрепите правила поведения на уроке на видном месте в классе.</li></ol>
2	Обучающийся во время урока встает с места и передвигается по классу, может выйти из него	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Создайте список правил, которые ученики должны выполнять</li><li>2. Сформулируйте список в позитивной форме: что надо делать, а не то, чего делать не следует</li><li>3. Удостоверьтесь, что учащиеся знают, какого поведения от них ожидают</li><li>4. Если ребенок «выключился», незаметно для других подайте ему знак вернуться к заданию</li><li>5. Если одноклассники не уважают ребенка с СДВГ, давайте ему важные задания в присутствии других детей и объясните насколько важно выполнить его хорошо.</li><li>6. Дайте ребенку возможность небольшой физической активности на уроке (физкультминутки)</li></ol>
3	Обучающийся во время урока раскидывает предметы (ручки, линейки, тетради, книги и учебники)	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Постарайтесь понять причину поведения и устранить ее</li><li>2. Используйте на уроке элементы игры и соревнования;</li><li>3. Попросите навести порядок за партой на скорость, кто быстрее.</li><li>4. Периодически устраивайте дисциплинарные конкурсы: «самый прилежный ученик на уроке», «самый тихий», «самый опрятный», «самый внимательный», «отвечал правильно на вопросы учителя» и т.д.</li></ol>
4	Обучающийся начинает отвлекать соседей по парте (болтает, бубнит, крутится)	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Дайте ребенку с СДВГ поручение, например, вытереть доску, раздать тетради;</li><li>2. Изменяйте режим урока - устраивайте минутки активного отдыха;</li></ol>

№	Описание ситуации	Психолого-педагогические приемы, используемые
5	Обучающийся во время урока достает игрушки и играет с ними	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Достаточно распространенное действие учащихся начальной школы, поэтому создайте список правил, которые важно выполнять</li> <li>2. Обратите внимание обучающихся, что все игрушки на уроке должны быть убраны</li> <li>3. Попросите положить игрушку в коробку для «не учебных вещей» до перемены;</li> <li>4. Дайте ребенку с СДВГ поручение (например, собрать все игрушки в классе и отнести в коробку для «не учебных вещей»);</li> <li>5. Оговорить время для детей после уроков для игр с любимыми предметами; устроить конкурс любимых игрушек; рассказать о любимой игрушке; сделать выставку игрушек; использовать игрушки на уроках математики;</li> </ol>
6	Обучающийся устраивает потасовки на перемене (толкает и пихает одноклассников, дерется с ними, кусается)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введите знаковую систему оценивания. Хорошее поведение и самоконтроль вознаграждайте. Не жалеете устно похвалить ребёнка, если он успешно справился даже с небольшим заданием</li> <li>2. Немедленно остановите действия ребенка. В противном случае дети могут полностью потерять контроль и нанести друг другу серьезные травмы.</li> <li>3. Не становитесь ни на чью сторону в конфликте. Помните, что нейтральная позиция поможет решить конфликт;</li> <li>4. В конфликте виноваты обе стороны, поэтому каким бы большим ни был соблазн, не берите на себя роль судьи и разделите ответственность за конфликт между детьми;</li> </ol>
7	Обучающийся не может спокойно сидеть на своем месте за партой (вертится, вскакивает, говорит реплики)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анонимная индивидуальная коррекция. Делайте краткие напоминания классу, о правилах поведения и подчеркивайте, что не все занимаются тем, чем нужно. Например, "Мы ждем, когда двое из нас успокоятся; все должны смотреть на доску"</li> <li>2. Предоставляйте возможность двигаться во время урока, для этого: <ul style="list-style-type: none"> <li>- поместите ребенка на последнюю парту;</li> <li>- устраивайте для ребенка смену деятельности;</li> <li>- хвалите за правильное поведение, игнорируйте неправильное;</li> </ul> </li> </ol>
8	Обучающийся залезает под парту и сидит там	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Не жалеете устно похвалить ребёнка, если он успешно справился даже с небольшим заданием</li> <li>2. Поместите ребенка с СДВГ на последнюю парту одного. В соседях к такому ребенку разместите спокойных детей: <ul style="list-style-type: none"> <li>- не обращайтесь внимание, если ребенок под партой ведет себя тихо;</li> <li>- покажите видеозаставку по теме урока</li> </ul> </li> </ol>
9	Во время ответа у доски может проявлять демонстративность (кривляется, не стоит на месте, отвлекает одноклассников)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Заранее оговаривайте время ответа или выполнения задания у доски;</li> <li>2. После начала кривляния сразу же посадите на рабочее место обучающегося. Обратите внимание на лимит времени, который превышен учеником;</li> <li>3. Создавайте ситуации успеха, в которых ребёнок имел бы возможность проявить свои сильные стороны.</li> </ol>

№	Описание ситуации	Психолого-педагогические приемы, используемые
10	Во время опроса домашнего задания не может дождаться своей очереди, поднимает руку, подпрыгивает, громко вызывает внимание учителя	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. До коллективного опроса дайте ребенку заранее индивидуальное задание; определите время выполнения задания;</li> <li>2. Предложите ребенку показать выполненное задание устно или у доски;</li> <li>3. Проведите соревнование на скорость выполнения задания, выдав ребенку с СДВГ более простое задание. Поощряйте ребенка в числе других, заставляя его тем самым обращать внимание на поведение одноклассников</li> </ol>
11	Тетради полны исправлений, иногда они и вовсе могут оставаться пустыми, предложения недописанными	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оценивайте не личность и поведение ребёнка, а его почерк и ответы на вопросы. Найдите положительные моменты даже в неудовлетворительной работе ученика;</li> <li>2. Возможно нарушена мелкая моторика. Обратите внимание родителей на возможность тренировать мелкую моторику;</li> <li>3. Устройте соревнование на 2-3 минуты на правильное написание букв. Отметьте успехи ребенка с СДВГ в написании букв и текста</li> </ol>
12	Часто теряет необходимые для урока предметы (тетради, учебники, игрушки, листки с заданиями, карандаши, сменную обувь)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Напоминайте обучающимся о необходимых школьных принадлежностях и учебных материалах</li> <li>2. Поддерживайте связь с родителями и составьте для них списки необходимых для школы предметов</li> <li>3. Имейте запасные принадлежности и учебные материалы;</li> <li>4. В конце урока (а также в конце уроков) постоянно напоминайте детям о вещах, которые они должны контролировать, не забывать в общественных местах;</li> <li>5. Напоминание детям о вещах разместите на видном месте в классе</li> </ol>
13	Обучающиеся испытывают проблемы с ощущением времени. Ему трудно планировать свою деятельность, поэтому он часто опаздывает и не может рассчитать время необходимое для выполнения задания	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Расписание занятий должно быть постоянным, так как дети с СДВГ часто забывают его</li> <li>2. Напоминайте о событиях и временных отрезках обучающимся</li> <li>3. Используйте схемы, рисунки, часы и другие опорные сигналы</li> <li>4. На определённый отрезок времени давайте лишь одно задание. Если предстоит выполнить большое задание, то оно предлагается в виде последовательных частей, и учитель периодически контролирует ход работы над каждой из частей, внося необходимые коррективы</li> <li>5. Изменяйте режим урока - устраивайте минутки активного отдыха с лёгкими физическими упражнениями и релаксацией;</li> <li>6. При выполнении задания в классе желательно иметь минимальное количество отвлекающих стимулов;</li> </ol>
14	Проявляет протестное поведение в отношениях с учителем (перечит, не соглашается, нарушает правила, спорит)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предложить ребенку с СДВГ выступить в роли консультанта, который должен следить за ходом ответа своих одноклассников у доски, выявлять и исправлять их ошибки;</li> <li>2. Вызывать несколько учеников одновременно, давая им разные задания (работают над индивидуальными заданиями, пока учитель будет опрашивать других учеников у доски);</li> <li>3. Приглашать к доске для работы над новым материалом.</li> </ol>



## Место ученика в классе

Общие рекомендации специалистов

указывают

на то, что наиболее

подходящим для ребенка

является место перед

учителем, что позволит

осуществлять обратную связь

и помощь, а наименее

подходящим – место,

где много посторонних

раздражителей, например, у

дверей или окна.

## Планировка класса

Планировка класса является важным

моментам в снятии или

усилении действия

возможных

раздражителей для

ребенка с СДВГ. Закрытые

классы (у которых четыре

стены) лучше подходят

для детей, чем открытые,

в которых существует

много отвлекающих

моментов

## АДАПТИВНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ



## Численный размер классов

Переполненный класс не только служит отвлекающим фактором, но и приводит к тому, что учитель меньше времени уделяет каждому ребенку, в том числе, ребенку с СДВГ.

## Способ расстановки парт

Рекомендуется предоставить такому ребенку две парты в передней части класса, по одной на разных рядах. Когда ученик хочет подвигаться, он просто пересаживается с одной парты на другую. При этом педагог обучает его правилам смены места: необходимо взять все, что нужно для работы и пройти прямо к другой парте, ни с кем не заговаривая.

## Главные Принципы

- Основные правила поведения должны быть четкими, видимыми, наглядно воплощенными (на стене или на парте);
- Минимизация шума и беспорядка в классе;
- Наличие четкого, подробного расписания занятий и однозначно сформулированных требований и ожиданий;
- Наличие внешних знаков, подсказок и сигналов;
- Дополнительные напоминания и подсказки;
- Тщательное планирование занятия.



ГУО "Средняя школа №1 г. Дятлово"  
учитель-дефектолог Маркевич А.В.



# РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Подготовила Дорош Светлана Валерьевна

1

## Практические рекомендации для родителей

### по организации взаимодействия с детьми с признаками СДВГ 7-14 лет

Чтобы поддержать ребенка необходимо:

- ❖ Опирайтесь на сильные стороны ребенка;
- ❖ Избегать подчеркивания промахов ребенка;
- ❖ Проявлять веру в ребенка, сочувствие, уверенность в его силах;
- ❖ Создать дома обстановку дружелюбия и уважения, уметь

демонстрировать любовь и уважение к ребенку;

❖ Проявлять одновременно твердость и доброту, но не выступать в роли судьи;

- ❖ Проявлять понимание и сопереживание.

№	Описание ситуации (поведение ребенка)	Действия родителей	Психолого-педагогические приемы и рекомендации
1	Неохотно приступает к деятельности, которая требует продолжительного сосредоточения внимания (например, выполнение заданий родителя, домашней работы, уроков) или избегает ее	За любой вид деятельности, требующий от ребенка концентрации внимания (чтение, игра с кубиками, раскрашивание, уборка дома и т. п.), должно обязательно следовать поощрение: маленький подарок, доброе слово. Примером поощрения может служить следующее: разрешите ребенку посмотреть телевизор на полчаса дольше положенного времени (только не увлекайтесь, это может быть лишь разовая поощровка), угостите специальным десертом, дайте возможность поучаствовать в играх вместе со взрослыми, позвольте лишний раз сходить на прогулку или купите ту вещь, о которой он давно мечтает.	Желание ребенка с СДВГ что-то сделать должно вызреть, стать осознанным и мотивированным. Но мы часто не даем детям времени для этого. Размышляющий и «слоняющийся» по дому ребенок у многих родителей вызывает раздражение и тревогу: так и хочется быстро нагрузить его чем-то полезным. Чего же хочет он сам, может так и стать невыясненным, если торопить или предлагать свое и не прислушиваться к ребенку.
2	Теряет или забывает вещи	Если ребенок с СДВГ потерял вещь, постарайтесь не ругать его, а обсудить причины случившегося и проговорить, что он должен был сделать, чтобы этого не произошло. Все что вы будете делать, должно быть не наказанием, а необходимыми мерами поддержки. Не называйте	Пометьте вещи и одежду ребенка каким-нибудь логотипом, символом или просто биркой с фамилией, чтобы потом было легче искать. Найдите постоянное место для каждой вещи ребенка и время для ухода за этой вещью. Ребенку с СДВГ

		ребенка «растеряшей» или «рассеянным», так вы только укрепляете его в мысли, что он «невнимательный».	трудно самостоятельно следить за своими вещами. Необходимо помогать ему в этом. Ребенку с СДВГ трудно планировать свое время, учитывайте это и пользуйтесь зрительными и звуковыми стимулами, например, будильников, таймером. Т.к. такой ребенок трудно переключается с одного действия на другое, выделите время на сборы, проверку всего перед выходом из дома.
3	Не слушает, когда к нему обращаются	Не следует перегружать внимание ребенка, то есть на определенный отрезок времени поручайте только одно дело, чтобы он мог его завершить. Например: "С 8.30 до 9.00, Игорь, нужно убирать свою постель"	Если даете ребенку какое-то новое задание, покажите, как его выполнять, или подкрепить рассказ рисунком. Зрительные и звуковые стимулы здесь очень важны. Можно использовать для этой цели будильник или кухонный таймер, но заранее обговорить это с ребенком.
4	Не придерживается указаний, не выполняет до конца или же в надлежащем объеме поручения	Если ребенок вас не слышит, повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз, стараясь не раздражаться. Говорить нужно спокойно, без лишних эмоций, лучше всего, используя шутку, юмор, какие-нибудь забавные сравнения	Организация всей жизни должна действовать на ребенка успокаивающе. Для этого вместе с ним составьте распорядок дня, следуя которому проявляйте одновременно гибкость и последовательность. Определите для ребенка круг заданий, а их исполнение держите под постоянным наблюдением и контролем, но не слишком жестко. Чаще отмечайте и хвалите его усилия, даже если результаты далеки от совершенства
5	Не может усидеть на месте, постоянно двигается.	Повышенная двигательная активность ребенка не потребность и избыток	Предоставлять ребенку возможность для ежедневной свободной физической активности.

	Много бегает и все «переворачивает», там, где этого делать не следует (у подростков и взрослых эквивалентом может быть ощущение внутреннего напряжения и постоянная потребность двигаться)	энергии, а проявления симптома. Необходимо создавать условия для проявления двигательной активности, и в то же время, контролировать ее, не давая перевозбуждаться. Рекомендуются занятия плаванием, спортивные игры.	Важно соблюдать следующие условия выполнения упражнений: В процессе выполнения упражнений, особенно на первых порах, гиперактивному ребенку очень трудно одновременно выполнять задание и следить за аккуратностью. Поэтому в начале работы можно понизить требовательность к аккуратности. Подбирать упражнения и спортивные занятия, от которых ребенок будет получать удовольствие. Это важно для повышения его самооценки и уверенности в себе.
6	Нетерпелив, не может дождаться своей очереди	Гиперактивные дети нуждаются в том, чтобы их учили действовать в ситуации ожидания. - Покажите ожидание личным примером; - переключите внимание ребенка в период ожидания на позитивные моменты того, что нужно терпеливо ждать своей очереди.	У детей с СДВГ снижена способность к произвольности деятельности и саморегуляции. Необходимо выстраивать ситуацию таким образом, чтобы ребенок не чувствовал себя униженным и отвергнутым.
7	Может казаться невоспитанным	Вызывающее поведение зачастую – способ ребенка с СДВГ привлечь к себе внимание. Важно уметь представить себя на месте, понять его чувства, переживания, чем они обусловлены. Возможно, это проявления симптома и нужно корректно вывести его из неприятной ситуации. Можно поддержать ребенка: «Я понимаю, тебе сейчас сложно ... попробуй по-другому...»	Проводите с ребенком больше времени: играйте с ним, читайте, учите, как правильно общаться с другими людьми, как вести себя с другими людьми, учите его основам нравственности на собственном примере.
8	Характерна поверхностность чувств и эмоций	Чаще говорите, что его любите, обнимайте, выслушивайте, озвучивайте названия чувств, которые	Оценивайте поступок, а не его личность, т.е. не нужно говорить, что он плохой ребенок, Применяйте

		сами испытываете в конкретный момент.	техники активного слушания.
9	Частая смена настроения — от бурного восторга до безудержного гнева	Негативные эмоции есть у каждого, в том числе и у вашего ребенка, только табу, скажите ему: "Хочешь бить - бей, но не по живым существам (людям, растениям, животным)"	Можно бить палкой по земле, бросаться камнями там, где нет людей, пинать что-то ногами. Ему просто необходимо выплескивать энергию наружу, научите его это делать
10	Следствием импульсивности является вспыльчивость. В приступе гнева такой ребенок может «натворить дел»	Не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям	Импульсивность — проявление непосредственно симптома СДВГ. Важно организовывать жизнедеятельность ребенка, исключаящую насколько это возможно, ситуации, которые могут вызвать неконтролируемую импульсивность и вспыльчивость.
11	Негативная самооценка — ребенок начинает думать, что он плохой, не такой, как все	Избегайте завышенных или, наоборот, заниженных требований к ребёнку. Старайтесь ставить перед ним задачи, соответствующие его возможностям. Чаще замечайте успехи, даже самые незначительные, давайте задания, которые показывают значимость личности ребенка для вас и его важную роль.	Доброжелательность, принятие, поддержка, безусловная любовь позволяют повысить самооценку ребенка и самоуважение.
12	Часто у детей с СДВГ снижен болевой порог. Также они практически лишены чувства страха.	Постоянный контроль ситуации взрослыми с точки зрения безопасности ребенка. Заключите договор и требуйте неукоснительного выполнения правил, касающихся безопасности и здоровья.	Поведение ребенка обусловлено симптомами СДВГ. Необходимо использовать зрительные и слуховые стимулы, предупреждающие об опасности, максимально исключить возможность самоповреждения (огонь, острые предметы и т.д.)
13	Нарушает правила, установленные родителем	Важно общаться с ребёнком на равных, как со взрослым, уважая его мнение и, считаясь с его интересами. - Сократить количество правил, так как ребенку с СДВГ трудно их запомнить. Когда необходимо	Важно объяснять, как надо поступать и почему, быть последовательными, не позволяя ребёнку манипулировать собой при помощи нытья, капризов или истерик, и не менять

		<p>отказывать, объясняя, почему это нельзя.</p> <p>Режим дня и постоянный распорядок позволяет свести усилия родителей, добиваясь от ребенка выполнения таких дел, как одевание, собирание игрушек, чистка зубов.</p> <p>- Не стоит ожидать от ребенка, что он по быстро выполнит просьбу.</p>	<p>свои решения на противоположные.</p> <p>Маленькому ребенку нужны конкретные запреты, которые создаются родителями и последовательно, строго соблюдаются в семье (не включать плиту, утюг, телевизор, не брать спички, зажигалки, не выходить за пределы двора и т.д.).</p> <p>Со временем надо расширять не только обязанности, но и права ребёнка, позволять ему быть самостоятельным, постепенно расширяя границы и не вмешиваться в его дела, если он не просит помощи</p>
--	--	--	--

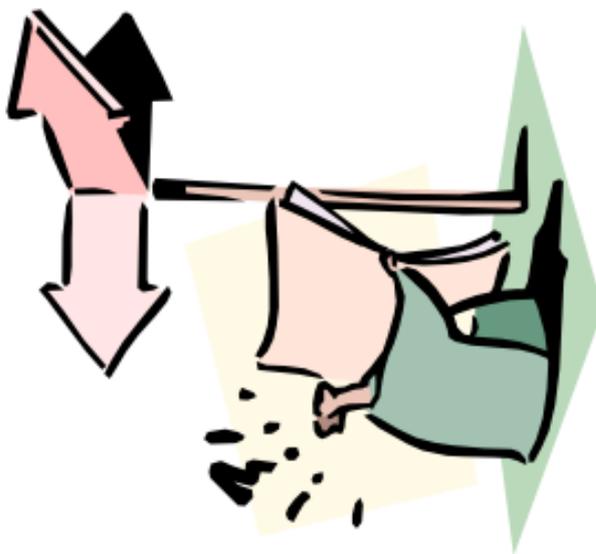


## Рекомендации для родителей

1. Старайтесь как можно глубже понять и лучше узнать своего ребенка, проявляйте интерес ко всем видам его деятельности.
2. Избегайте жестких оценок, упреков, угроз, которые способствуют созданию напряженной обстановки и могут вызвать конфликтную ситуацию. Лучше переключить внимание ребенка на что-то интересное и важное. Реже используйте такие слова, как “нет”, “нельзя”, “прекрати” и т.п.
3. Постоянно следите за своим поведением и речью, говорите спокойным голосом, сдерживайте свои эмоции, особенно если Вы расстроены поведением ребенка. выражая недовольство, не манипулируйте его чувствами и не унижайте его.
4. Организация жизнедеятельности ребенка должна способствовать его спокойствию, при этом следует строго соблюдать режим дня.
5. Больше общайтесь с ребенком, играйте вместе с ним, помогайте ему в преодолении различных трудностей, чаще отмечайте положительные поступки и поощряйте его в разных видах деятельности, даже если результаты далеки от совершенства.
6. Постарайтесь выделить для ребенка отдельную комнату или место для игровой деятельности, для выполнения физических упражнений с различными пособиями, а также для его уединения. При этом следует избегать ярких цветов и сложных композиций. На тренинговых занятиях родители осваивают подвижные игры и игровые упражнения. Все участники распределяются на пары “взрослый-ребенок”, где роль “ребенка” исполняет взрослый.



стратегии успеха. Хорошо, если в свободное время ребёнок будет занят своим хобби. Однако не следует перегружать ребёнка занятиями в разных кружках, особенно в таких, где значительные нагрузки на память и внимание, а также, если ребёнок особой радости от этих занятий не испытывает.



на рынках и т.п. оказывает на ребёнка чрезмерное возбуждающее действие.

- ❖ Оберегайте ребёнка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию двигательной подвижности. Не позволяйте ему подолгу сидеть у телевизора.
- ❖ Старайтесь, чтобы ребёнок высыпался. Недостаток сна ведёт к ещё большему ухудшению внимания и самоконтроля. К концу дня ребёнок может стать неуправляемым.
- ❖ Развивайте у него осознанное торможение, учите контролировать себя. Перед тем как что-то сделать, пусть посчитает от 10 до 1.
- ❖ Помните! Ваше спокойствие – лучший пример для ребёнка.
- ❖ Давайте ребёнку больше возможности расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе — длительные прогулки, бег, спортивные занятия. Развивайте гигиенические навыки, включая закаливание. Но не переутомляйте ребёнка.
- ❖ Воспитывайте у ребёнка интерес к какому-нибудь занятию. Ему важно ощущать себя умелым и компетентным в какой-либо области. Задача родителей – найти те занятия, которые бы "удавались" ребёнку и повышали его уверенность в себе. Они будут "полигоном" для выработки

## Ребёнок с СДВГ (дефицитом внимания и гиперактивностью)

*(рекомендации для родителей)*

*Вместе мы  
найдем ключ к  
решению Вашей  
проблемы ...*

- ❖ В своих отношениях с ребёнком придерживайтесь "позитивной модели". Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслужил, подчёркивайте даже незначительные успехи. Помните, что гиперактивные дети игнорируют выговоры и замечания, но чувствительны к малейшей похвале.
- ❖ Ребёнок всегда должен чувствовать Вашу помощь и поддержку. Ваши отношения должны основываться на доверии. Совместно решайте возникшие трудности.
- ❖ Чаще говорите "да", избегайте слов "нет" и "нельзя".
- ❖ Если Вы что-то запрещаете ребёнку, постарайтесь объяснить, почему это делаете.
- ❖ Поручите ему часть домашних дел, которые необходимо выполнять ежедневно (ходить за хлебом, кормить собаку и т.д.) и ни в коем случае не выполняйте их за него.
- ❖ Заведите дневник самоконтроля и отмечайте в нём вместе с ребёнком его успехи дома и в школе. Примерные графы: выполнение домашних обязанностей, учёба в школе, выполнение домашних заданий.
- ❖ Введите балльную или знаковую систему вознаграждения: (можно каждый хороший поступок отмечать звёздочкой, а определённое их количество вознаграждать игрушкой, сладостями или давно
- обещанной поездкой).
- ❖ Избегайте завешенных или, наоборот, заниженных требований к ребёнку. Старайтесь ставить перед ним задачи, соответствующие его способностям.
- ❖ Определите для ребёнка рамки поведения – что можно и что нельзя. Вседозволенность не принесёт никакой пользы. Эти дети не нуждаются в том, чтобы их отстраняли от требований, которые применяются к другим.
- ❖ Дома следует создать для ребенка спокойную обстановку. Идеально было бы предоставить ему отдельную комнату. В ней должно быть минимальное количество предметов, которые могут отвлекать, расценивать его внимание. Цвет обоев должен быть не ярким, успокаивающим, преимущество отдаётся голубому цвету. Очень хорошо организовать в его комнате спортивный уголок (с перекладиной для подтягивания, гантели для соответствующего возраста, эспандеры, коврик и др.)
- ❖ Если ребёнку трудно учиться, не требуйте от него высоких оценок по всем предметам. Достаточно иметь хорошие отметки по 2-3 основным предметам.
- ❖ Создайте необходимые условия для работы. У ребёнка должен быть свой уголок, во время занятий на столе не должно быть ничего, что отвлекло бы его внимание. Над столом не должно быть никаких плакатов и фотографий.
- ❖ Избегайте по возможности больших скопления людей. Пребывание в магазинах,





## Памятка для родителей по воспитанию детей с синдромом дефицита внимания (гиперактивностью)

1. В своих отношениях с ребенком поддерживайте позитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчеркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребенка в собственных силах.
2. Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».
3. Говорите сдержано, спокойно, мягко (окрики возбуждают ребенка).
4. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтоб он мог его завершить.
5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
6. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, конструктором, настольными играми, раскрашивание, чтение).
7. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Время приема пищи, выполнение домашних заданий и сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.





## Рекомендации родителям детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью.

**Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) характеризуется двумя компонентами:**

- **Невнимательность:**

- ✓ С трудом удерживает внимание во время выполнения школьных заданий и во время игр
- ✓ Часто допускает ошибки из-за небрежности
- ✓ Часто складывается впечатление, что ребенок не слышит обращенную к нему речь
- ✓ Часто оказывается не в состоянии придерживаться инструкции к заданию, не доводит дела до конца
- ✓ Ему сложно самому организовать себя на выполнение задания
- ✓ Избегает задания, требующие длительной концентрации
- ✓ Часто теряет свои вещи
- ✓ Легко отвлекается на посторонние стимулы
- ✓ Часто проявляет забывчивость в повседневных ситуациях



- **Гиперактивность:**

- ✓ Наблюдаются частые беспокойные движения, ребенок крутится, вертится, что-то теревит в руках
- ✓ Часто встает со своего места на уроках или в других ситуациях, когда нужно оставаться на месте
- ✓ Проявляет бесцельную (только чтоб выплеснуть энергию) двигательную активность: бегают, прыгает, пытается куда-то залезть и т.д.
- ✓ Обычно не может тихо, спокойно играть, заниматься чем-либо на досуге
- ✓ Часто находится в постоянном движении, «будто к нему прикрепили мотор»
- ✓ Часто бывает болтливым
- ✓ Часто отвечает на вопросы, не задумываясь и выслушав их до конца
- ✓ Обычно с трудом дожидается своей очереди в разных ситуациях
- ✓ Часто на уроке не может дождаться, пока его спросит учитель и выкрикивает с места
- ✓ Часто мешает другим, вмешивается в игры или беседы.



## Рекомендации родителям:

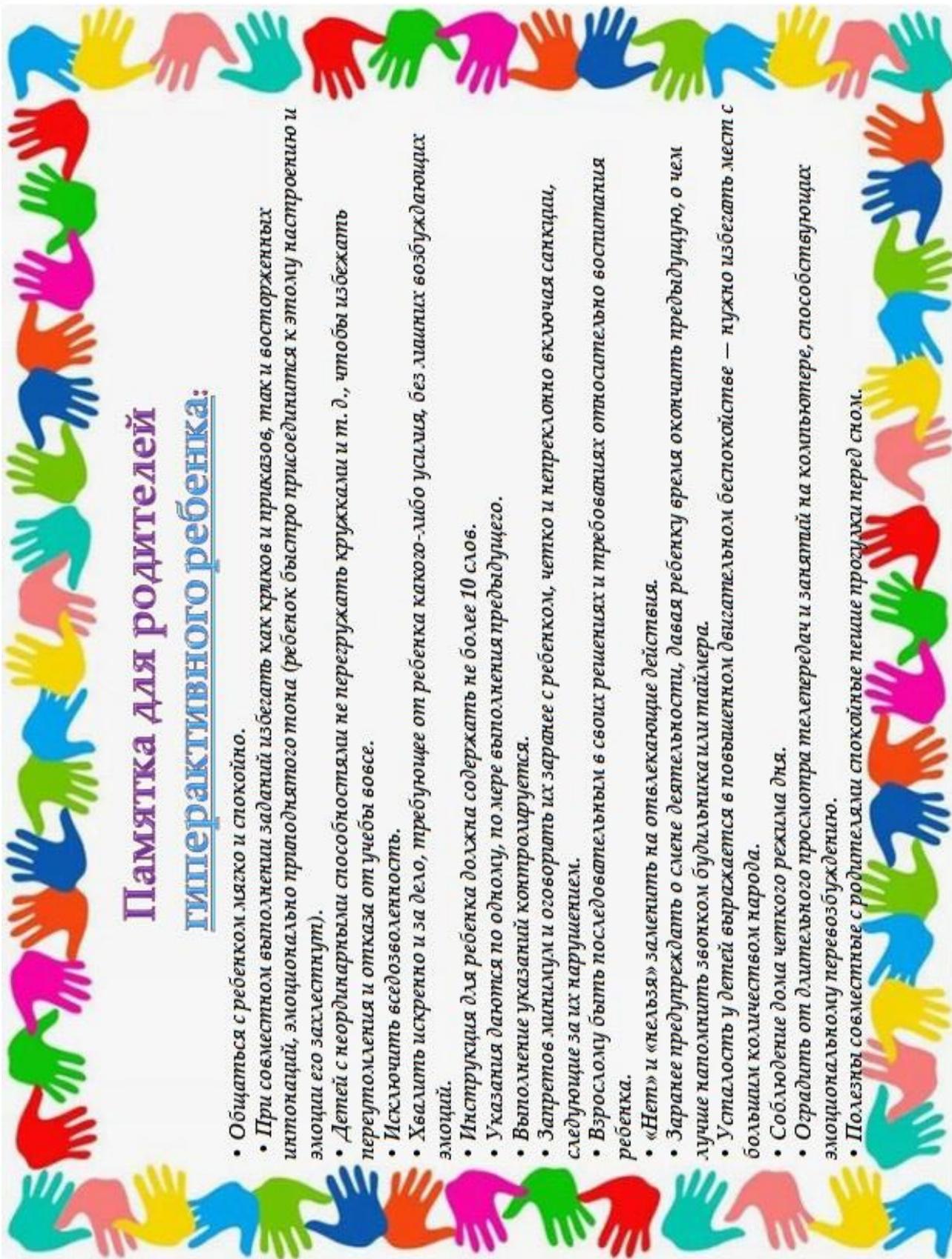
- проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
- избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой — завышенных требований к ребенку;
- повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;
- выслушивайте то, что хочет сказать ребенок;
- для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
- не допускайте ссор в присутствии ребенка.
- установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи, учите ребенка четкому планированию своей деятельности;
- чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь;
- снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;
- оградите гиперактивных детей от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач;
- избегайте, по возможности больших скоплений людей;
- во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером.
- Помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности, когда ребенок утомлен, не настаивайте на срочном выполнении дела, дайте ему возможность отдохнуть.
- Придумайте гибкую систему вознаграждений за хорошо выполненное задание и наказаний за плохое поведение. Можно использовать балльную или знаковую систему, завести дневник самоконтроля.
- Не прибегайте к физическому наказанию! Если есть необходимость прибегнуть к наказанию, то целесообразно использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения поступка.
- Чаще хвалите ребенка. Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому гиперактивные дети не воспринимают выговоры и наказания, однако чувствительны к поощрениям.

- Составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ; постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком.
- Не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям.

*Помните о том, что гиперактивность, присущая детям с синдромом дефицита внимания, хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.*

## Памятка для родителей гиперактивного ребенка:

- Общаться с ребенком мягко и спокойно.
- При совместном выполнении заданий избегать как криков и приказов, так и восторженных интонаций, эмоционально приподнятого тона (ребенок быстро присоединится к этому настроению и эмоции его захлестнут).
- Детей с неординарными способностями не перегружать кружками и т. д., чтобы избежать переутомления и отказа от учебы вовсе.
- Исключить вседозволенность.
- Хвалить искренно и за дело, требующее от ребенка какого-либо усилия, без лишних возбуждающих эмоций.
- Инструкция для ребенка должна содержать не более 10 слов.
- Указания даются по одному, по мере выполнения предыдущего.
- Выполнение указаний контролируется.
- Запретов минимум и огорчить их заранее с ребенком, четко и непреклонно включая санкции, следующие за их нарушением.
- Взрослому быть последовательным в своих решениях и требованиях относительно воспитания ребенка.
- «Нет» и «нельзя» заменить на отвлекающие действия.
- Заранее предупредить о смене деятельности, давая ребенку время окончить предыдущую, о чем лучше напомнить звонком будильника или таймера.
- Усталость у детей выражается в повышенном двигательном беспокойстве — нужно избегать мест с большим количеством народа.
- Соблюдение дома четкого режима дня.
- Оградить от длительного просмотра телепередач и заятий на компьютере, способствующих эмоциональному перевозбуждению.
- Полезны совместные с родителями спокойные пешие прогулки перед сном.





## Игры с гиперактивными детьми

Подбирая игры (особенно подвижные) для гиперактивных детей, необходимо учитывать такие их особенности, как дефицит внимания, импульсивность, неумение длительное время подчиняться групповым правилам, выслушивать и выполнять инструкции (заостряя внимание на деталях), быстрая утомляемость, неспособность дождаться своей очереди и считаться с интересами других. Поэтому включать таких детей в коллективную деятельность в том числе в игры, целесообразно поэтапно: начинать с индивидуальной работы, затем привлекать к участию в деятельности в малых подгруппах и только после этого переходить к фронтальным видам работы, прежде всего к играм с четкими правилами, способствующими развитию внимания.

### “Найди отличия”

(Е.К.Лютова, Г.Б.Монина)

Цель. развивать умение концентрировать внимание на деталях.

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

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

### “Ласковые лапки”

(И.В.Шевцова).

Цель. Снять напряжение, мышечные зажимы, снизить агрессивность, развивать чувственное восприятие, гармонизировать отношения между ребенком и взрослым.

Взрослый подбирает шесть-семь мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д, выкладывает их на стол.

Ребенку воспитатель предлагает оголить руку по локоть, объясняет, что по ней будет ходить “зверек” и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой “зверек” прикасается к руке, - отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Варианты игры: “зверек” может прикасаться к щеке, колену, ладони; можно поменяться с ребенком местами.

### “Кричалки-шепталки-молчалки”

(И.В.Шевцова)

Цель. Развивать наблюдательность, умение действовать по правилу, волевую регуляцию.

Из разноцветного картона надо сделать три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь, “кричалку”, можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь “шепталка”, означает, что можно тихо передвигаться и шептаться; синяя ладонь, “молчалка”, призывает детей замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует “молчалками”

### **“Слушай команду”**

**(М.И.Чистякова)**

Цель. Развивать внимание, произвольность поведения.

Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка. Дети идут в колонне друг за другом. внезапно музыка прекращается. все останавливаются, слушают произнесенную шепотом команду ведущего (например: “Положите правую руку на плечо соседа”) и тотчас же ее выполняют. затем снова звучит музыка, и все продолжают ходьбу. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии и хорошо слушать, и выполнять задание.

Игра поможет сменить ритм действий расшалившихся ребят, а детям - успокоиться и без труда переключиться на другой, более спокойный вид деятельности.

### **“Слушай хлопки”**

**(М.И.Чистякова)**

Цель. Тренировать внимание и контроль двигательной активности.

Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу аиста (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую-либо другую позу. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу лягушки (присесть пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

### **“Замри”**

**(М.И.Чистякова)**

Цель. Развивать внимание и память.

Дети прыгают в такт музыке (ноги в стороны -вместе, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бедрам). Внезапно музыка обрывается. Играющие должны застыть в позе, на которую пришлась остановка музыки. если кому-то из участников это не удалось, он выбывает из игры. снова звучит музыка - оставшиеся продолжают выполнять движения. Играют до тех пор, пока в круге не останется один играющий.

### **“Кто летает?”**

Дети, сидя на полу. Образуют полукруг, воспитатель называет предметы. Если предмет летает, дети поднимают руки, если не летает - руки опущены. Когда воспитатель сознательно ошибается, тот игрок, что не удержался, платит фант. Выкупает он его в конце игры, выполнив какое-либо задание.

### **“Шалуны”**

Воспитатель по сигналу (удар в бубен, колокольчик) предлагает детям пошалить бегать, прыгать, кувыркаться. По второму сигналу все шалости прекращаются. Упражнение повторяется несколько раз.

## **Игры-упражнения на развитие внимания и формирование самоконтроля двигательной активности**

Эти игры требуют от ребенка высокой концентрации внимания.

**“Не теряй пару”**. Несколько пар (ребенок и взрослый) идут друг за другом, взявшись за руки. После первого сигнала быстро отпускают руки и продолжают идти рядом, не отставая и не перегоня друг друга.

После второго сигнала снова берутся за руки и продолжают ходьбу.

**“Будь внимательным”**. Взрослый показывает ребенку несколько упражнений:

- исходное положение: стоя, пятки вместе, носки врозь. Поднять руки вверх, вперед, в стороны;
- “юла” (поочередное вращение кистью каждой руки по вертикальной оси);
- присесть, держа обе руки за головой (удерживая равновесие).

После показа двух-трех упражнений ребенок должен запомнить последовательность действий в каждом упражнении и повторить их по словесному описанию.

**“Кто больше соберет предметов”** По всему залу (на площадке) разложены предметы разных геометрических форм и разного цвета. Ребенок и взрослый под музыку выполняет произвольные движения, не задевая лежащих предметов и друг друга. После окончания музыки оба игрока быстро собирают предметы. Выигрывает тот, кто собрал больше предметов. Варианты:

- а) собрать предметы одного цвета;
- б) собрать предметы заданной формы (круг, квадрат, треугольник, многоугольник);
- в) собрать предметы парами, тройками, четвертками (по форме или по цвету).

**“Собери пирамиду”**. Взрослый вместе с ребенком собирает большую пирамиду из 7 колец разного цвета (синего, зеленого, красного, желтого, голубого, белого, розового). Это образец. Слева и справа от пирамиды стоит по одному стержню и лежат кольца такого же цвета и в таком количестве, как в образце.

Затем игроки встают у линии старта (расстояние до пирамиды 3-5 м). По сигналу “Начали!” каждый бежит к своему стержню и нанизывает на него кольца (как в образце). Кто быстрее и правильно соберет свою пирамиду, тот и выиграл.

**“Найди свой домик”.** По всему залу разложены обручи в произвольном порядке. В одном стоит ребенок, около него лежит зеленый кубик; в другом - взрослый, около него - красный кубик. По звуковому сигналу игроки выпрыгивают из обручей и выполняют произвольные движения под музыку. в это время воспитатель перекладывает кубики в другие обручи. По следующему сигналу играющие должны добежать до того обруча, где лежит их кубик, поставить обруч, пролезть в него и поднять кубик над головой. Выигрывает тот, кто первым выполнит задание. “Не ошибись!” По кругу расставлены кегли разного цвета. За синей стоит ребенок, за красной - взрослый. Под музыку они выполняют произвольные движения, передвигаясь по залу. После окончания музыки каждый играющий должен взять кеглю своего цвета. Выигрывает тот, кто сделает это первым.

## **Игры-упражнения на согласованность совместных действий и развитие координации**

Каждый участник должен рассмешить, удивить другого игрока, изображая различные действия с помощью мимики, пантомимики, интонации.

Многие игры такого характера широко использовались во время физкультурминуток, динамических пауз, а также на занятиях по физической культуре и на прогулке.

### **“Воображение”.**

Игра проводится с воображаемыми предметами.

Взрослый и ребенок имитирует парные действия: переносят бревно, пилят дрова, гребут веслами и т.д.

### **“Дружная пара”**

Взрослый и ребенок берутся за руки. по первому звуковому сигналу кружатся в одну сторону (5-7 сек.), по второму сигналу останавливаются. После короткого перерыва повторяют движения в другую сторону.

### **“Угадай, что я делаю.”**

Ребенок и взрослый с помощью мимики и пантомимики по очереди изображают действия, например, лыжника (катится с горки), дирижера оркестра, скрипача, канатоходца, пловца, художника и т.д. И каждый отгадывает, кого изобразил другой игрок.

### **“Поиграй с пособием”.**

Взрослый берет мяч и выполняет с ним разные действия (подбрасывает, ловит, отбивает об пол), ребенок повторяет те же действия с мячом.

Затем взрослый спрашивает: “Что еще может делать наш мяч?”. Ребенок придумывает новые действия, взрослый помогает ему. Далее ребенок выбирает другое пособие (например, обруч) и выполняет с ним разные действия (прокатывает, крутит и т.д), а взрослый повторяет.

Затем оба игрока выполняют действия в паре: прокатывание мяча и обруча друг другу, бросание мяча и т.д.

### **“Мы - петрушки”**

. Взрослый и ребенок сидят на корточках, держась за руки (разговаривают, шутят). По сигналу одновременно подпрыгивают.

звучит музыка: взрослый и ребенок притоптывают ногами, выполняют приставные шаги с приседаниями, затем кружатся, держась за руки. после окончания музыки останавливаются и кланяются.

### **“Веселые хлопушки”.**

Ребенок и взрослый садятся напротив друг друга (на полу). Взрослый начинает игру с одного движения - хлопает левой рукой по левому колену. ребенок должен это движение повторить. затем взрослый хлопает правой рукой по правому колену, ребенок повторяет одновременно и это движение, и предыдущее. Игра продолжается до тех пор, пока в композицию не войдет 7-10 движений.

## **Игры-упражнения на развитие произвольности психических процессов**

Этот блок представлен малоподвижными играми, направленными на развитие произвольности психических процессов. В то же время в этих играх решается задача взаимоконтроля деятельности.

### **“Запомни и повтори”.**

На полу в произвольном порядке разложены различные предметы. Взрослый в течение нескольких минут показывает ребенку карточку с изображением двух-трех предметов (кубик, мяч, кольцо), затем убирает ее. Звучит сигнал: Сначала ребенок произвольно движется под музыку, затем, продолжая двигаться, выполняет задания:

- Собери предметы, которые ты видел на карточке.
- Собери предметы в том порядке, в котором они были изображены на карточке.

### **“Покажи, что ты умеешь”.**

Взрослый показывает 5-7 различных пособий (гимнастическая стенка, мяч, обруч, скакалка) ребенок должен запомнить их и выбрать из 10-15 карточек те, на которых изображены названные пособия. взрослый помогает наводящими вопросами.

После того, как ребенок правильно выберет карточки, он должен обыграть эти пособия, например, прокатить мяч, прыгнуть через скакалку и т.д.

### **“Назови дни недели”.**

Взрослый высоко подбрасывает мяч и ловит его, называя при этом последовательно все дни недели (один день - один бросок). Когда все дни недели будут названы, взрослый передает мяч ребенку, чтобы он повторил упражнение, и контролирует его действия. если ребенок ошибается, то начинает упражнение с первого дня недели.

### **“Преодолей полосу препятствий”**

Взрослый вместе с ребенком строит полосу препятствий из мягких модулей и пособий. Затем ребенок получает карточку, на которой эта полоса изображена схематично, рассматривает ее, запоминает последовательность расположения пособий и выполняет соответствующие действия. например, ходьба по буму, спрыгивание в обруч, подлезание под дугами, прыжки на батуте (2-3 раза), ползание в гусенице (длина 2-3 метра). второй раз ребенок преодолевает полосу препятствий по памяти. взрослый контролирует его действия.

### **“Кто быстрее соберет предметы”.**

На полу лежат два обруча, в одном овощи, в другом - фрукты (муляжи). У каждого игрока в руках карточка с изображением четырех-пяти овощей и фруктов.

Взрослый и ребенок стоят на старте. По сигналу они бегут к обручам, берут те овощи и фрукты, которые изображены на их карточке, возвращаются назад и кладут в свой обруч (находящийся на линии старта). Выигрывает тот, кто быстрее и правильно выполнит задание. Ребенок считает количество предметов, взрослый контролирует его.



## Картотека игр

для работы с детьми с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью

### «Лови — не лови»

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

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

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



### «Найди отличие».

Цель: развитие умения концентрировать внимания на деталях.

Ребенок рисует любую не сложную 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.

### «Ласковые лапки»

Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия, гармонизация отношений между ребенком и взрослым. Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть, воспитатель объясняет, что по руке будет ходить "зверек" и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой "зверек"

прикасался к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными. Вариант игры: "зверек" будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

### **«Кричалки-шепталки-молчалки»**

Цель: развитие наблюдательности, умения действовать по правилу волевой регуляции. Из разноцветного картона надо сделать 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий.

Это – сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку» можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь – «шепталка» – можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчанка» – синяя – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует "молчанками".

### **«Гвалт»**

Цель: развитие концентрации внимания.

Один из участников (по желанию) становится водящим и выходит за дверь. Группа выбирает какую-либо фразу или строчку из известной всем песни, которую распределяют так: каждому участнику по одному слову. Затем входит водящий, и игроки все одновременно, хором, начинают громко повторять каждый свое слово. Водящий должен догадаться, что это за песня, собрать ее по словечку.

Желательно, чтобы до того, как войдет водящий, каждый ребенок повторил вслух доставшееся ему слово.

### **«Передай мяч».**

Цель: снять излишнюю двигательную активность.

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

### **«Зеваки»**

Цель: развитие произвольного внимания, быстроты реакции, обучение умению управлять своим телом и выполнять инструкции.

Все играющие идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего (это может быть звук колокольчика, погремушки, хлопок руками или какое-нибудь слово) дети останавливаются, хлопают раза в ладоши, поворачиваются и идут в другую сторону. Кто не успел выполнить задание, выбывает из игры.

Игру можно проводить под музыку или под групповую песню. В таком случае дети должны хлопать в ладоши, услышав определенное слово песни (оговоренное заранее).

### **«Король сказал»**

Цель: переключение внимания с одного вида деятельности на другой, преодоление двигательных автоматизмов.

Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять только в том случае, если он добавит слова "Король сказал". Кто ошибается, выходит на середину круга и выполняет какое-нибудь задание участников игры, например, улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т.д. Вместо слов "Король сказал" можно добавлять и другие, например, "Пожалуйста" и "Командир приказал".

### **«Слушай хлопки»**

Цель: тренировка внимания и контроль двигательной активности.

Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую-либо другую позу. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в сторону, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу

### **«Замри»**

Цель: развитие внимания и памяти.

Дети прыгают в такт музыке (ноги в стороны – вместе, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бедрам). Внезапно музыка обрывается. Играющие должны застыть в позе, на которую пришлась остановка в музыке. Если кому-то из участников это не удалось, он выбывает из игры. Снова звучит музыка – оставшиеся продолжают выполнять движения. Играют до тех пор, пока в круге не останется лишь один играющий.

### **«Менялки»**

Цель: развитие коммуникативных навыков активизации детей.

Игра проводится в кругу, участники выбирают водящего, таким образом получается, что стульев на один меньше, чем играющих, далее ведущий говорит: «Меняются местами те, у кого... - светлые волосы, и часы т. д. После этого имеющие названный признак должны быстро встать и поменяться местами, в то же время водящий старается занять свободное место. Участник игры, оставшийся без стула, становится водящим.

### **«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 ладони. Затем предложить 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 можно «заключением договора» между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течении 2-3 дней (с сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать. Если ребенок согласится на такие условия, то через ранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

### **«Говори»**

Цель: развитие умения контролировать импульсивные действия.

Скажите детям следующее: «Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Не 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.

### **«Броуновские движения»**

Цель: развитие умения распределять внимание.

Все дети встают в круг. Ведущий один за другим вкатывает в центр круга теннисные мячики. Детям сообщаются правила игры: мячи на должны останавливаться за пределы круга, их можно толкать ногой или рукой. Если участники успешно выполняют правила игры, ведущий вкатывает дополнительное количество мячей. Смысл игры – установить командный рекорд по количеству мячей в кругу.

### **«Час тишины и час «можно»**

Цель: дать возможность ребенку сбросить накопившуюся энергию, а взрослому – научиться управлять его поведением.

Договоритесь с детьми, что, когда они устанут или займутся важным делом, в группе будет наступать час тишины. Дети должны вести себя тихо, спокойно играть, рисовать. Но в награду за это иногда у них будет час «можно», когда им разрешается прыгать, кричать, бегать и т.д.

Часы можно чередовать в течении одно дня, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычками в вашей группе или классе. Лучше заранее оговорить, какие конкретные действия разрешены, какие запрещены.

С помощью этой игры можно избежать нескончаемого потока замечаний, которые взрослый, адресует гиперактивному ребенку (а тот их «не слышит»).

#### **«Сиамские близнецы»**

Научить детей гибкости в общении друг с другом, способствовать возникновению доверия между ними.

Скажите детям следующее: «Разбейтесь на пары, встаньте лицом к лицу, обнимите друг друга одной рукой за пояс, правую ногу поставьте рядом с левой ногой партнера. Теперь вы сросшиеся близнецы: две головы, три ноги, одно туловище и две руки. Попробуйте походить по помещению, что-то сделать, лечь, встать, порисовать, похлопать в ладоши и т. д.»

Чтобы «третья» нога действовала «дружно», ее можно скрепить либо веревочкой, либо резинкой. Кроме того, близнецы могут «срастись» не только ногами, но спинками, головами и др.

#### **«Колпак мой треугольный»**

Цель: научить концентрировать внимание способствовать осознанию ребенком своего тела, научить управлять движениями и контролировать свое поведение.

Играющие сидят в кругу, все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, мой треугольный колпак, а если не треугольный, то это не мой колпак». После этого фраза повторяется снова, но дети, которым выпадает говорить слово «колпак» заменяет его жестом. Например, 2 легких хлопка ладошкой по своей голове. В следующий раз уже заменяются 2 слова: слово «колпак» и слово «мой» (показать рукой на себя). В каждом последующем кругу играющие произносят на одно слово меньше, а показывают на одно больше. При завершающем повторе дети изображают только жестами всю фразу. Если такая длинная фраза трудна для воспроизведения, ее можно сократить.

#### **«Слушай команду»**

Цель: развитие внимания, произвольности поведения.

Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка. Дети идут в колонне друг за другом, внезапно музыка прекращается все останавливаются, и слушают произнесенную шепотом команду ведущего (например, «Положите правую руку на плечо соседа») и тотчас же ее выполняют. Затем снова звучит музыка, и все продолжают ходьбу. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии хорошо слушать и выполнять задания.

Игра поможет воспитателю сменить ритм действия расшалившихся ребят, а детям успокоиться и без труда переключиться на другой спокойный вид деятельности.

#### **«Расставь посты»**

Цель развитие навыков волевой регуляции, способности концентрировать внимание на определенном сигнале.

Дети маршируют под музыку друг за другом. Впереди идет командир, который выбирает направление движения. Как только командир хлопнет в ладоши, идущий последним, ребенок должен немедленно остановиться. Все остальные продолжают маршировать и слушать команды. Таким образом, командир расставляет всех детей в задуманном им порядке (в линейку, по кругу, по углам и т.д.)

Чтобы слушать команды дети должны передвигаться бесшумно.

### **Функциональное упражнение "Каратист".**

**Цель:** развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности.

Участники образуют круг, в центре которого полулежит физкультурный обруч. Один из участников встает в обруч и превращается в "каратиста", выполняя резкие движения руками и ногами. Остальные дети вместе с инструктором хором произносят: "Сильнее, еще сильнее...", помогая игроку выплеснуть агрессивную энергию интенсивными движениями.

### **Пальчиковые игры**

1. **«Многоножки»** Перед началом игры руки находятся на краю парты. По сигналу учителя многоножки начинают двигаться к противоположному краю парты или в любом другом, заданном учителем, направлении. В движении принимают участие все пять пальцев.

2. **«Двуножки»** Игра проводится аналогично предыдущей, но в гонках участвуют только 2 пальца: указательный и средний. Остальные прижаты к ладони. Можно устраивать гонки между "двуножками" левой и правой руки, между «двуножками» соседей по парте.

3. **«Слоны»** Средний палец правой или левой руки превращается в «хобот», остальные — в «ноги слона». Слону запрещается подпрыгивать и касаться хоботом земли, при ходьбе он должен опираться на все 4 лапы. Возможны также гонки слонов

## Нейропсихологические упражнения



### Упражнение «Речка-берег»

#### Задачи:

- научить ребенка справляться с импульсивностью, трудностями переключения;
- развивать избирательность реакций и внимания;
- развивать речевую регуляцию деятельности.

**Оборудование:** веревочка, которая будет лежать на полу и обозначать «береговую линию». Такую же роль может сыграть край ковра или любая другая отчетливая граница.

**Ход игры:** участники стоят «на берегу» (по одну сторону веревочки). С другой стороны «течет» река. Ведущий предлагает участникам выполнять его команды. Когда он говорит «речка!» – прыгать в речку, когда говорит «берег!» – на берег. Ведущий командует, называя в случайном порядке «речка», «берег», и смотрит – смог ли ребенок выработать избирательную реакцию на разные инструкции.

### Упражнение «Мама-робот»

#### Задачи:

- развивать возможности планирования своих действий с помощью речи;
- развивать пространственные представления (отношения «право-лево»).

**Ход игры:** представьте себе, что мама вдруг разучилась делать самые элементарные вещи, например, наливать сок в стакан или делать бутерброд. А еще лучше, если она при этом ничего не видит и может делать все только на ощупь. Для этого ей нужен «проводник», который бы подсказал, куда нужно пойти и что сделать. Этим проводником может стать ребенок.

#### *Вариант 1.*

Попросите ребенка, чтобы он научил Вас чему-нибудь, что он умеет, но только с помощью слов. Например, сделать бутерброд. При этом задача родителей – делать буквально все, что говорит ребенок. Если он считает, что для создания бутерброда достаточно взять хлеб и положить на него колбасу, то возьмите батон хлеба и положите сверху батон колбасы. Не забудьте спросить ребенка, все ли получилось так, как он задумал, или же он забыл сказать Вам о чем-то еще. Ребенку очень важно видеть наглядный результат своего планирования. Такая обратная связь поможет ему постепенно детализировать свои указания, что будет служить признаком улучшения его возможностей планирования.

### ***Вариант 2.***

Предложите ребенку поиграть в одну «рисовальную» игру. Дайте ему чистый лист бумаги, а себе возьмите другой. Пусть он на своем листе так, чтобы Вы не видели, изобразит что-нибудь, состоящее из простых геометрических фигур (кругов, треугольников, квадратов). Предупредите его, что потом ему надо будет рассказать Вам свою картину, не показывая, так, чтобы Вы смогли ее в точности повторить на своем листе бумаги. Посоветуйте ему для начала нарисовать что-нибудь не слишком сложное.

### ***Вариант 3.***

Предложите ребенку завязать Вам глаза и затем, с помощью инструкций, помочь Вам добраться до какого-нибудь предмета, не задев ни одного стула, которые расставлены в комнате. Его указания должны выглядеть примерно так: «два шага вперед, шаг направо, три шага вперед, пять шагов налево, подними правую руку вперед, выше, правее, бери!». Можете сами придумать какие-нибудь варианты ценных указаний, которые он мог бы Вам делать.

### ***Вариант 4.***

Всем известный «графический диктант». Ребенок на клетчатом листочке бумаги рисует какую-то фигуру или предмет, обводя контуры клеток (нельзя использовать диагональные линии). После этого он должен «продиктовать» ее взрослому так, чтобы у того получилось то же самое. Каждая отдельная инструкция касается только одного шага, не превышающего размер одной клетки. Инструкции, которые делает ребенок примерно таковы: «вверх, влево, влево, вниз, вниз, вправо, вправо, вверх» (подсказка: должен получиться квадрат две на две клеточки).

### **Упражнение «Угадай-ка».**

#### **Задачи:**

- направить внимание ребенка на существенные признаки предметов;
- учить выделять существенные признаки предметов;
- развивать способность ребенка выделять и удерживать значимые признаки ситуации, отсекая лишнее, и принимать решение, основываясь на полном наборе необходимых условий.

### ***Вариант 1.***

**Оборудование:** набор карточек с изображением разных предметов. Чем разнообразнее, тем лучше. Для этого подойдут материалы предметных «лото». Разложите перед ребенком 30–40 карточек.

**Ход игры:** «Я сейчас загадаю один из предметов, изображенных на карточках. Попробуй угадать, что я загадала, не более чем за 20 попыток. Для этого задавай мне вопросы, на которые можно ответить только «да» или «нет». Если ребенку трудно понять, о чем идет речь, подскажите ему: «Представь, что я

загадала этот карандаш. Какие вопросы ты мог бы задать, чтобы догадаться? Например, «это пишет?» или «это – длинное?» и т. д.

Некоторые дети пытаются угадывать, перечисляя подряд все предметы. В этом случае необходимо показать им, что это неэффективный способ, и предложить задавать вопросы о свойствах этих предметов. Можно даже сделать ему подсказку: подготовить карточку с пунктами, относительно которых имеет смысл задавать вопросы: форма («это круглое?»), цвет («это красное?»), размер («это длинное?»), вес («это легкое?»), функция («из этого едят?»), материал («это деревянное?»), детали («у этого есть ручка?»).

### ***Вариант 2.***

**Оборудование:** небольшой набор из 6–8 карточек с изображением предметов, обладающих общим свойством. Например, это могут быть круглые или красные предметы, или, например, предметы из одного класса (посуда, одежда и т. д.).

**Ход игры:** попросите ребенка рассказать о каком-нибудь из этих предметов, не произнося его названия, так, чтобы другой человек смог догадаться, о чем идет речь. При этом взрослый должен стараться при любой возможности назвать не тот предмет, если он тоже подходит под перечисленные ребенком свойства. Таким образом, ребенок будет получать обратную связь – «ты назвал не все, чего-то не хватает».

### ***Вариант 3.***

**Ход игры:** это знакомая многим взрослым игра. Один загадывает нечто, другой должен это отгадать с помощью все тех же вопросов, на которые надо отвечать «да» или «нет». Если центральный игрок, который что-то загадал, дает отрицательный ответ на вопрос, он к тому же должен снабдить его пояснением. Например, на вопрос «это круглое?», дается не просто ответ «нет», а «нет, это не мяч». Это добавляет игре путаницы и веселья. Однако суть остается той же: надо охватить все возможные свойства объектов и путем их постепенного отсекаания прийти к правильному решению. Эта задача сложна еще и тем, что если в первом варианте перед глазами лежит ограниченный набор вариантов, то здесь их – бесконечное количество.



### «Узнай»

Цель: развитие умения концентрировать внимание на деталях, развитие зрительного внимания.

Ход игры. Ребенок рисует любую несложную картинку (кошку, домик и т.п.) и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось на рисунке. Если он сумел это сделать, то считается выигравшим. Теперь можно поменяться с ребенком ролями: вы будете рисовать, а он вносить «последний штрих».

*Примечание.* Эта игра практически универсальна - она может применяться для развития внимания детей любого возраста. При этом вы должны регулировать сложность самого рисунка и степень «заметности» вносимых в него изменений. Так в игре с трехлетним ребенком может быть нарисовано солнышко, а в качестве последнего штриха ему могут быть пририсованы глазки и улыбка.

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. Дети должны сказать, какие изменения произошли.

### «Лодочка»

Цель: нормализация мышечного тонуса.

Ход игры. Ребенок ложится на спину, вытягивает руки. По команде он одновременно поднимает голову, прямые ноги и руки. Поза держится максимально долго. Затем ребенок выполняет упражнение, лежа на животе.



## Игровые упражнения с нейропсихологическим подходом

### «Назови животное и повтори движение ладошкой»

**Цель:** автоматизация звука Ль в словах, развитие зрительного внимания, мышления, речи.

**Материалы:** картинки с изображением животных, в названии которых есть звук Ль, деревянные нейрорадошки.



**Ход игры:** Дети произносят слово-название животного, в названии которого есть звук Ль, и одновременно повторяют движение, изображенное на деревянной нейрорадошке.

### Дидактическая игра «Справа – слева, сверху-вниз»



**Цель:** формировать умение определять положение предметов относительно чего-либо; развивать внимание, речь.

**Материалы:** карточки (9 штук).

**Ход игры:** детям поровну раздают вертикальные карточки и предлагают их внимательно рассмотреть, а остальные откладывают. Все маленькие фигурки раскладывают картинками вверх. Затем по очереди начинают рассказывать, что может находиться справа и слева (сверху- снизу) от того предмета, который изображён на их карточке. После этого они начинают искать среди фигурок то, что они предположили.

### Игра «Контрасты»

**Цель:** формировать умение сравнивать предметы и объединять их по противоположным признакам; развивать внимание.

**Материалы:** карточки-пазлы (16 штук).

**Ход игры:** детям предлагается найти картинки-пазлы с противоположным значением и соединить их.



### Универсальные упражнения для детей всех возрастов

Нейропсихологические упражнения для детей помогают при задержке речевого развития, при гиперактивности, при расстройствах эмоционального и умственного характера, а также при аутизме. Универсальные упражнения подходят, как для малышей трех лет, так и для ребят 10 лет. Они повышают уровень стрессоустойчивости, синхронизируют работу полушарий и стимулируют мыслительную деятельность.

Цель: активизация умственной деятельности детей дошкольного возраста, синхронизация межполушарного взаимодействия мозга, развитие произвольности и саморегуляции.

#### «Назови цифру и выполни движение»

1 – дотронься до носа

2 – дотронься до ушей

**2 1 1 2 1 2 1 2 2 1 2**

**1 2 1 2 1 1 2 1 2 2 1**

**2 1 2 1 1 2 1 2 2 1 2**

#### «Пройди по фигурным дорожкам»



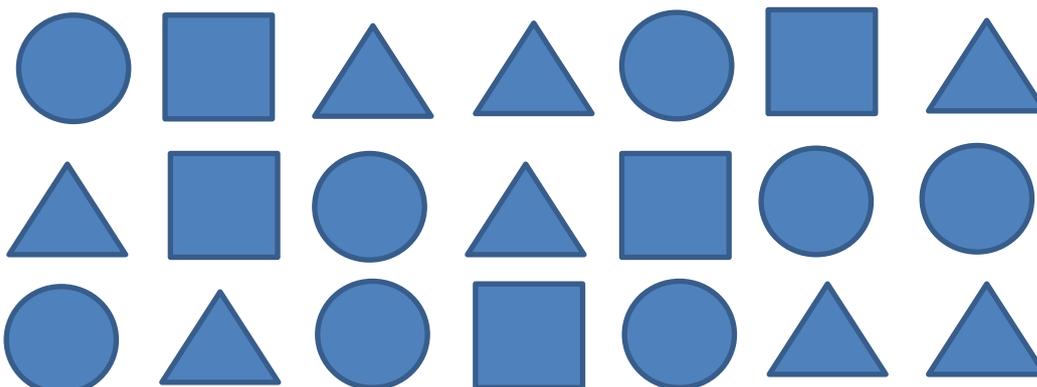
произнеси звук «А»



произнеси звук «У»

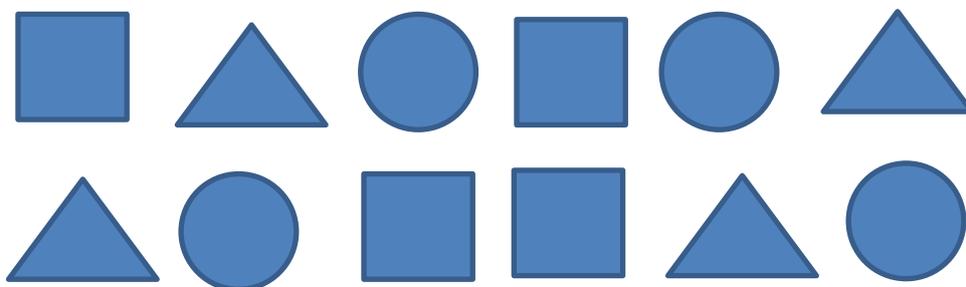


произнеси звук «И»



**«Посмотри на фигуру и выполни движение»**

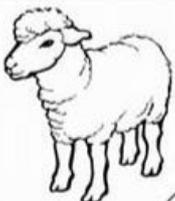
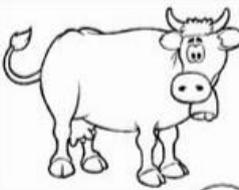
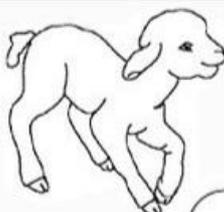
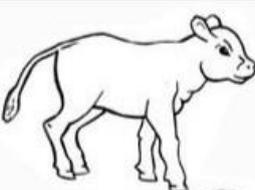
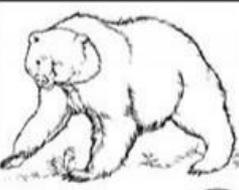
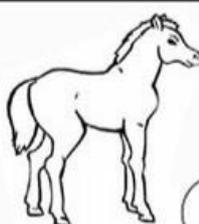
-  - стукни правым кулаком по столу
-  - стукни левым кулаком по столу
-  - хлопни в ладоши



**«Назови животное»**

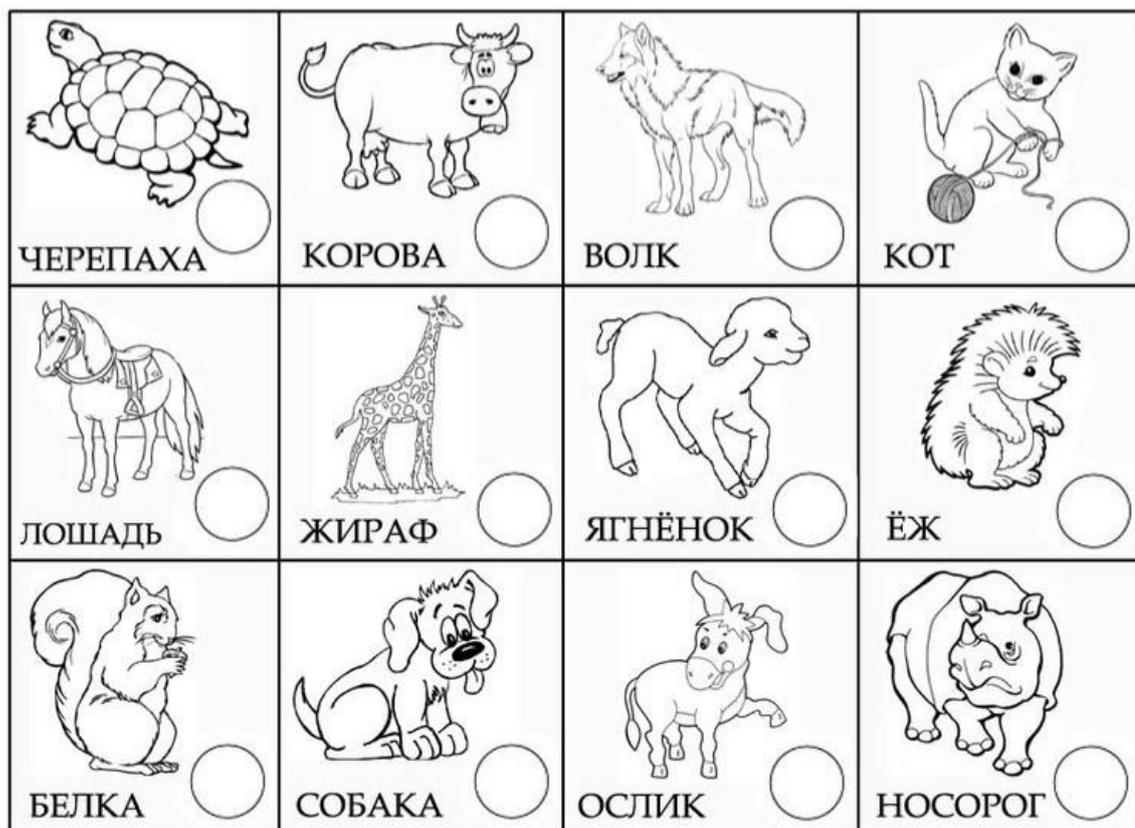
Назови взрослое животное и стукни по столу 1 раз.

Назови детеныша и стукни по столу 2 раза.

 ОВЦА <input type="radio"/>	 КОРОВА <input type="radio"/>	 ЩЕНОК <input type="radio"/>	 КОТЁНОК <input type="radio"/>
 ЛОШАДЬ <input type="radio"/>	 КОШКА <input type="radio"/>	 ЯГНЁНОК <input type="radio"/>	 ТЕЛЁНОК <input type="radio"/>
 МЕДВЕДЬ <input type="radio"/>	 СОБАКА <input type="radio"/>	 МЕДВЕЖОНОК <input type="radio"/>	 ЖЕРЕБЁНОК <input type="radio"/>

Назови домашнее животное и стукни по столу кулачком 1 раз.

Назови дикое животное и стукни по столу кулачком 2 раза.



### Картотека «Лабиринты»

Цель: развитие глаздвигательных и графомоторных навыков, активизация межполушарного взаимодействия.

Инструкция: проходить лабиринты одновременно двумя руками, передвигая пальчики на встречу друг другу.

ПРОВЕДИ ПО ЛИНИЯМ СРАЗУ ОБЕИМИ РУКАМИ

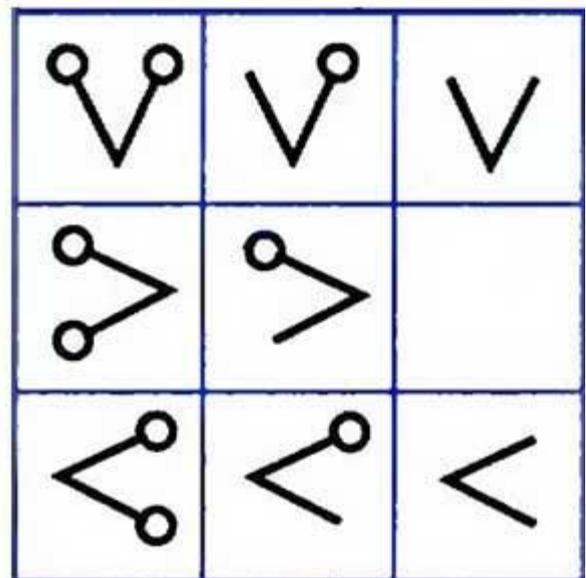
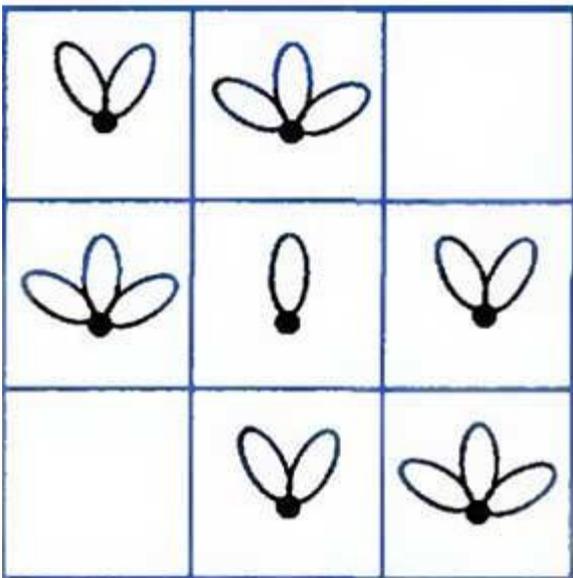
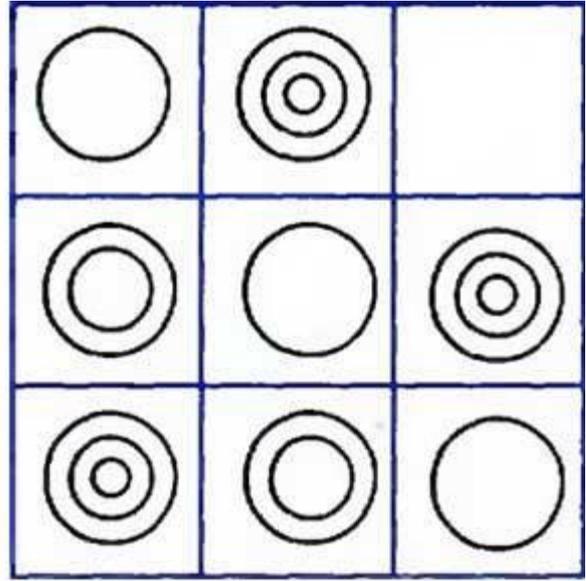
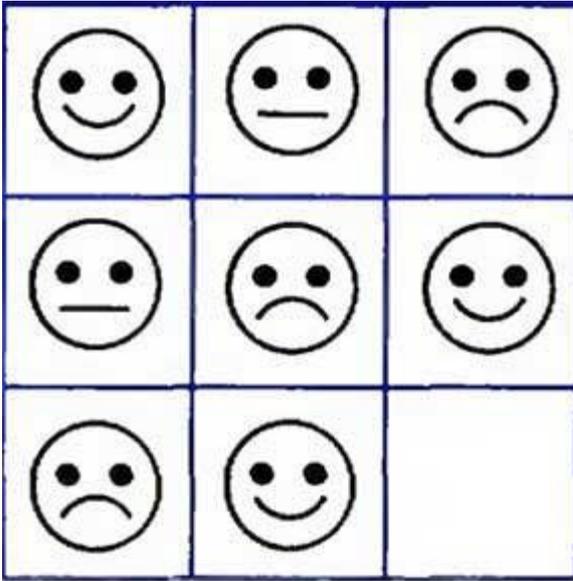


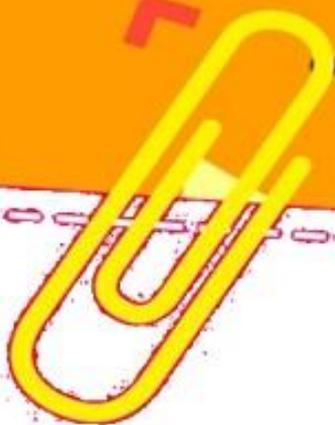


## «Судоку»

Задачи:

- Формировать познавательные процессы у детей;
- Развивать аналитические способности детей;
- Развивать умение сравнивать, группировать и различать предметы по общим признакам;
- Развивать логическое мышление и внимание у детей;
- Воспитывать любознательность.





**Пункт**  
**Команда**  
**Педагоги**  
**Практикум**

