***4 вопрос. Обсуждение.*** **Особенности работы с гиперактивными детьми в начальной школе.**

**Гиперакти́вность**— состояние, при котором активность и возбудимость человека превышает норму. В случае если подобное поведение является проблемой для других, гиперактивность трактуется как поведенческое расстройство.

**Синдром дефицита внимания и гиперактивности (сокращённо СДВГ**) — неврологическо-поведенческое расстройство развития, начинающееся в детском возрасте. Проявляется такими симптомами, как трудности концентрации внимания, гиперактивность и плохо управляемая импульсивность.

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью считается одной из наиболее распространенных форм нарушений поведения среди детей младшего школьного возраста. По разным данным, его частота среди детей дошкольного и школьного возраста составляет от 4 до 9%! Значит, в каждом классе из 25 человек весьма вероятно присутствие 1 — 2 гиперактивных детей. У многих учителей такие дети влияют и на поведение всего класса. Данный вид отклоняющегося поведения является частым видом, встречающийся на практике, и который вызывает большие трудности при усвоении учебного материала в обучении. С одной стороны школа предъявляет высокие требования к дисциплине учащихся, к умению слушать учителя, сосредоточиться на уроке и т.п. С другой стороны увеличивается количество детей, которые по разным причинам не могут усваивать программу из-за неусидчивости, расторможенности, несобранности и т.д. Вот поэтому так необходимы эффективные методы и приемы для проведения профилактической работы с детьми младших школьников с гиперактивным поведением.

Что представляют собой эти так называемые гиперактивные дети?

«Вечный двигатель», «живчик», неутомимый, непоседа, шалун, клоун, неуправляемый, на уроках - рассеянный, невнимательный, качается на стуле, роняет ручки и карандаши и постоянно их собирает, - вот далеко не полный перечень отзывов педагогов по поводу гиперактивных детей. У окружающих создается впечатление, что эти дети не воспитываются родителями, что они живут в атмосфере вседозволенности. Хотя это чаще всего не так.

Одной из специфичных черт является чрезмерная активность ребенка, излишняя подвижность, суетливость, невозможность длительного сосредоточения внимания на чем-либо.

В основе гиперактивности лежит дисбаланс процессов возбуждения и торможения в нервной системе. Существуют различные мнения о причинах возникновения гиперактивности: это могут быть генетические факторы, особенности строения и функционирования головного мозга, родовые травмы, инфекционные заболевания, перенесенные ребенком в первые месяцы жизни, а также гиперактивность может возникать как временное проявление на фоне пищевых отравлений.

В последнее время специалистами показано, что гиперактивность выступает как одно из проявлений целого комплекса нарушений, отмечаемых у таких детей. Основной же дефект связан с недостаточностью механизмов внимания и тормозящего контроля. Поэтому подобные нарушения более точно классифицируют как «синдромы дефицита внимания».

Выделяется в качестве диагностических для определения гиперактивности с дефицитом внимания следующие три критерия:

**Гиперактивность**

·Часто наблюдаются беспокойные движения, не может спокойно сидеть на стуле, крутится, вертится.

·Часто встает со своего места в классе во время уроков или других ситуациях, когда это неприемлемо.

·Проявляет бесцельную двигательную активность: бегает, крутится, пытается куда-то залезть.

·Обычно не может тихо, спокойно играть или заниматься чем-либо.

·Часто бывает болтливым.

**Импульсивность**

·Отвечает на вопросы, не задумываясь, не выслушав их до конца.

·У него часто меняется настроение.

·Обычно с трудом дожидается своей очереди в различных ситуациях.

·Ему нравится работа, которую можно сделать быстро.

·Когда кто-то из ребят на него кричит, он тоже кричит в ответ.

·Часто мешает другим, пристает к окружающим (например, вмешивается в беседы или игры).

·Совершает опасные действия, не задумываясь о последствиях. При этом не ищет приключений или острых ощущений (например, выбегает на улицу, не оглядываясь по сторонам).

·Это человек действия, рассуждать он не умеет и не любит.

**Невнимательность**

·Не способен удерживать внимание на деталях, в связи с этим, допускает много различных ошибок при выполнении заданий.

·С трудом сохраняет внимание при выполнении заданий или во время игр.

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

·Часто не может придерживаться предлагаемых инструкций и справиться до конца с выполнением уроков, домашней работы или обязанностей на рабочем месте (что никак не связано с негативным или протестным поведением, неспособностью понять задание).

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

·Обычно избегает вовлечения в выполнение заданий, которые требуют длительного сохранения умственного напряжения.

·Бывает, что теряет вещи, необходимые в школе и дома.

·Часто проявляет забывчивость в повседневных ситуациях.

·Часто переходит от одного незавершенного действия к другому.

При этом уровень интеллектуального развития у детей не зависит от степени гиперактивности и может превышать показатели возрастной нормы. Однако, вследствие характерной симптоматики, гиперактивности дети испытывают проблемы во взаимоотношениях с окружающими, трудности в обучении, что приводит к формированию низкой самооценки, высокой степени тревожности.

Синдромы дефицита внимания считаются одной из наиболее распространенных форм нарушений поведения среди детей младшего школьного возраста, причем у мальчиков такие нарушения фиксируются значительно чаще, чем у девочек. С появлением интеллектуальных нагрузок, норм и требований возникают трудности в учебе. Чрезмерная двигательная активность и невозможность сосредотачиваться длительное время на выполнении необходимого задания обращают на себя внимание педагогов уже в первые месяцы обучения. В отличие от дошкольной среды школьная среда выстраивает для ребенка ряд важных требований, ограничений – требует усидчивости, сосредоточенности, умения планировать, регулировать и контролировать свою деятельность, действовать по образцу, что трудно достижимо при гиперактивности.

С поступлением ребенка в школу требования к нему существенно возрастают. Он

должен вписаться в коллектив класса, а это требует подчинения определенным условиям. Если ребенку в отношениях с одним-двумя партнерами еще как-то удается следовать простым правилам, то в большой группе детей, например во время коллективной игры, данная задача оказывается ему не по силам. Он пытается по-своему изменить правила, и если другие его не поддерживают, то возникает ссора. Уже очень скоро товарищи отказываются следовать требованиям своего гиперактивного сверстника, тем более что сами они принимают действующие условия. Беда в том, что этому ребенку попытки соблюдать правила не удаются. В отчаянии он начинает плакать, за что товарищи его высмеивают.

В настоящее время школе характерны существенные противоречия между возможностями гиперактивного ребенка, особенно на первых этапах обучения, и требованиями со стороны учителя. В первую очередь сама система обучения может быть психотравмирующей для гиперактивного ребенка.

Высокая потребность гиперактивного ребенка в движении и малая подвижность на уроке, а часто ограничения в движении на переменах (в некоторых школах детям запрещается бегать на перемене).

Сидеть за партой шесть уроков подряд по 40 минут – даже для здорового ребенка непосильная задача. Монотония, отсутствие смены форм деятельности на уроке и в течение дня приводят к тому, что через 10-15 минут после начала урока гиперактивный ребенок уже не в состоянии спокойно сидеть за партой. Он начинает ёрзать на месте, болтать руками и ногами, смотреть по сторонам, играть попавшими под руку предметами – одним словом, заниматься «своими делами», казалось бы «не обращая внимания» на замечания учителя. Такое поведение ребенка не возникает «специально», это следствие утомления ребенка и как результат снижение функции контроля. Можно сколько угодно обращаться к ребенку, взывая к сосредоточенности, внимательности, тишине, можно наказывать, это вряд ли будет эффективным, он устал и не может в полной мере контролировать свои поступки. Замечания, угрозы наказания, на которые так щедры взрослые, не только не улучшают его повеления, а порой даже становятся источниками новых конфликтов, способствуют формированию у ребенка «отрицательных» черт характера. Нельзя забывать, что в первую очередь страдает сам ребенок. Ведь он не может вести себя так, как требуют взрослые, и не потому, что не хочет, а потому, что его физиологические возможности не позволяют сделать это.

Естественно, что такое поведение ребёнка мешает учителю вести урок, обращает на себя внимания одноклассников, нарушает дисциплину в классе. Ребенок становится «неудобным» для педагога и детей. Бывает так, что учитель перестает обращать внимание на такого ребёнка, отсаживает его подальше от детей, на последнюю парту, решая при этом проблему максимальной изоляции, дистанцирования ребёнка, как помехи для окружающих.

Традиционно взаимодействие учителя и ученика строится по схеме: вопрос «учителя» - ответ «ученика».

Невозможность терпеть и ждать толкает гиперактивного ребенка вперед, не дожидаясь очереди или специального разрешения учителя, он трясет руку, кричит с места, часто начинает отвечать, не выслушав до конца вопрос или задание. Если ребенку не позволяют ответить сразу, то его интерес пропадает. Удержать на чем-либо внимание, сосредоточиться им чрезвычайно трудно. Если в дошкольном возрасте им не удавалось достроить до конца ни одну фигуру из конструктора, то и в школьном возрасте бросается на половине любой рисунок или поделка. Они очень предприимчивы: готовы начать все – но ничего не заканчивают.

То же самое относится и к выполнению домашних заданий. Поскольку внимание рассеянно, ребенку все время приходит в голову что-нибудь новое. В результате домашнее задание не продвигается или выполняется из рук вон плохо, отнимая массу времени.

**Особенности работы учителя в начальной школе с гиперактивными детьми**

Коррекционная работа должна проходить постепенно с какой-то одной отдельной функции. Это связано с тем, что гиперактивный ребенок физически не может длительное время внимательно слушать учителя, спокойно сидеть и сдерживать свою импульсивность. Например, развиваем внимание, а после того, как ребенок научился концентрировать и переключать внимание, можно переходить к тренировке двигательного контроля. Когда в процессе занятий достигаются устойчивые положительные результаты, можно переходить к тренировке одновременно двух функций. Это может быть, например, дефицит внимания и контроль поведения. И только позже вводить упражнения, развивающие все три функции одновременно. Начинать работать с гиперактивными детьми надо, по возможности, индивидуально, в крайнем случае - малыми группами, и только потом постепенно вводить их в большие группы. Это связано с тем, что индивидуальные особенности мешают таким детям сосредоточиться, если рядом много сверстников.

Кроме того, сами занятия должны проходить в эмоционально привлекательной для детей форме, например, игровой. Какого бы эмоционального напряжения это не стоило, все усилия окупятся.

Организация учебного процесса с учетом психофизиологических особенностей учащихся:

·смена видов деятельности в зависимости от утомляемости ребенка;

·реализация двигательной потребности ребенка (выполнение поручений учителя; требующих двигательной активности: раздать бумагу, стереть с доски);

·понижение требований к аккуратности на первых этапах обучения;

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

·инструкции учителя должны быть четкими и немногословными;

·избегание категорических запретов.

Желательно, чтобы учителя принимали во внимание специфику нарушений у детей с гиперактивным поведением и дефицитом внимания. Такой ребенок непреднамеренно мешает вести урок, он с трудом может регулировать свое поведение, его постоянно что-то отвлекает, он всегда более возбужден, чем другие дети.

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

Морализаторство и уговоры не могут помочь гиперактивному ребенку справиться с собой. Постоянные одергивания действуют лишь раздражающе. Наказания, наложение «штрафов» не оказывают воспитательного воздействия, скорее – наоборот. Более всего страдает при этом мать провинившегося. Проблема, разрастаясь, переносится из школы в семью.

Телефонные звонки домой, сделанные в пылу гнева, жалобы на ребенка способны лишь еще больше травмировать и без того задерганных родителей. Они хорошо знают трудности своих гиперактивных детей, но они не могут из дома руководить их поведением в школе. Надо иметь в виду, что частые жалобы на ребенка его родителям лишь обостряют ситуацию, уровень нервного возбуждения всех вовлеченных в конфликт людей, неуклонно повышаясь, может дойти до предела.

Разговор с родителями учитель обязательно должен начинать, рассказав что-нибудь позитивное о ребенке, и только потом переходить к обсуждению возникших трудностей.

Происшедший во время урока конфликт следует тотчас погасить, и если виновникего через 3-4 минуты успокоился, то можно продолжить занятия без каких-либо моральных проповедей, так как они могут вызвать лишь новый прилив возбуждения, обусловленный теперь уже состоянием нечистой совести у виновного. В очень трудных ситуациях можно перевести гиперактивного ребенка на время в другой класс, занятый выполнением какого-нибудь тихого задания. Такая перемена обстановки сыграет для нарушителя спокойствия роль «сверхраздражителя», и он сможет взять себя в руки.

Ребенку с нарушением внимания помогают такие педагогические приемы, как подача четких сигналов, спокойное обращение, постоянное стимулирование не столько достижения высоких результатов, сколько готовности прилагать усилия и быть прилежным.

Для ученика надо выбирать такое место в классе, где меньше отвлекающих моментов. Лучше ему сидеть одному, но эта мера не должна иметь вид наказания. Не стоит также постоянно пересаживать учащегося с места на место. Чем четче правила, действующие на уроке, тем легче приходится ребенку с нарушенным вниманием.

С первых же дней обучения в школе ребенку необходимо перестраивать свою жизнь, менять привычки. На каждом уроке и даже на перемене ему приходится подчиняться новым требованиям и правилам. Гиперактивному ребенку очень тяжело заставить себя делать то, что требуют взрослые, ему приходится особенно трудно.

Система поощрений и наказаний должна быть достаточно гибкой, но обязательно последовательной. И тут приходится учитывать особенности гиперактивного ребенка: он не умеет долго ждать, поэтому и поощрения должны носить моментальный характер.

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

Если у ребенка высока потребность в двигательной активности, нет смысла подавлять ее. Лучше дать возможность выплеснуть энергию, разрешить побегать, поиграть во дворе или спортивном зале.

Индивидуальный подход, который так необходим этим детям, - дело довольно сложное и требует от педагогов больших усилий, гибкости, терпения.

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

«Найди отличие»

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

«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 упражнение можно, попросив детей играть с закрытыми глазами, или использовать в игре одновременно несколько мячей.

«Запрещенное движение»

Цель: игра с четкими правилами организует, дисциплинирует детей, сплачивает играющих, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъем.

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнить. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры.

Вместо показа движения можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют хорошо все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры «пять». Когда дети ее услышат, они должны будут хлопать в ладоши (или покружиться на месте).

**Рекомендации учителю по работе с гиперактивными детьми:**

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

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

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

4. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха. Создавать ситуацию успеха, в которой ребенок имел бы возможность проявить свои сильные стороны. Надо научить его лучше их использовать, чтобы компенсировать нарушенные функции за счет здоровых.

Пусть он станет отличным экспертом по отдельным областям знаний.

5. Посадить ребенка во время занятия, по возможности, рядом с взрослым. Оптимальное место для гиперактивного ребенка - в центре класса, напротив доски, он всегда должен находиться перед глазами учителя. Ему должна быть предоставлена возможность быстро обращаться к учителю за помощью в случаях затруднений.

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

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

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

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

10. Использовать гибкую систему поощрений и наказания.

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

12. Предоставлять ребенку возможность выбора, когда это необходимо.

13. Работу с гиперактивным ребенком строить индивидуально, при этом основное внимание уделять отвлекаемости и слабой организации деятельности.

14. По возможности игнорировать вызывающие поступки ребенка.

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

16. Прикосновение является сильным стимулятором для формирования поведения и развития навыков обучения. Дотроньтесь до плеча ребёнка, погладьте его по голове, возьмите за руку…

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

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

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

Интересным является то, что люди гиперкинетического склада ума часто способны обогатить жизнь окружающих: от них, с их детской восторженностью, непосредственностью, оригинальными способами решения проблем, исходит некий жизненный импульс.

Однако при отсутствии помощи, жизнь ребенка с гиперактивным поведением может превратиться в мучение. Только в том случае, если учителя и родители объединят свои усилия, может быть оказана действенная помощь в социализации этих детей, они могут реализовать себя, найдя свой путь к лучшей, более наполненной жизни.