

## **Методы и приемы работы с детьми дошкольного возраста, имеющими с синдромом дефицита внимания**

*Чудова Юлия Сергеевна  
воспитатель МАДОУ № 8  
г. Сухой лог*

В последние годы достигнуты большие успехи в изучении одной из самых актуальных проблем нейрopedиатрии - синдрома дефицита внимания/гиперактивности у детей. Актуальность проблемы определяется высокой частотой данного синдрома в детской популяции и его большой социальной значимостью. Дети с синдромом дефицита внимания имеют нормальный или высокий интеллект, однако, как правило, плохо учатся в школе. Помимо трудностей обучения, синдром дефицита внимания проявляется двигательной гиперактивностью, дефектами концентрации внимания, отвлекаемостью, импульсивностью поведения, проблемами во взаимоотношениях с окружающими. Следует отметить, что синдром дефицита внимания наблюдается как у детей, так и у взрослых. В последние годы доказана его генетическая природа. Совершенно очевидно, что в фокусе научных проблем синдрома дефицита внимания/гиперактивности концентрируются интересы различных специалистов - педиатров, педагогов, нейропсихологов, дефектологов, неврологов.

Диагноз синдром дефицита внимания и гиперактивность (далее СДВГ) ставит врач. По сути, данный синдром представляет собой проявление ММД – минимальной мозговой дисфункции, то есть очень незначительного нарушения в деятельности центральной нервной системы. О причинах появления подобных нарушений пока не существует единого мнения, однако уже доказано, что самой распространенной причиной появления ММД является родовая микротравма шейных отделов позвоночника, которая часто своевременно не диагностируется. На созревании мозга ребенка могут сказаться и многие другие факторы – длительная нехватка кислорода у ребенка (например, из-за обвития пуповины во время родов), травмы головы во время родов или в раннем детстве, токсическое поражение плода во время

беременности (курение, принятие алкоголя, наркотиков матерью, работа на вредных производствах и т.п.).

Основные причины:

- органические поражения центральной нервной системы (ЦНС);
- генетические причины;
- неблагоприятно протекающая беременность. Токсикоз, заболевание внутренних органов матери во время беременности, нервные стрессы. Влияет на центральную нервную систему плода нехватка витаминов и аминокислот. Неблагоприятно воздействуют на ребенка применение женщиной лекарственных препаратов во время беременности: снотворных, гормональных препаратов, транквилизаторов;

- неблагоприятные роды. Патология родов;
- инфекция и интоксикация первых лет жизни ребенка;
- если родители страдают алкоголизмом или наркоманией. Даже небольшая доза алкоголя пагубно воздействуют на нервную систему плода;

- благоприобретенная гиперактивность. Неправильное воспитание. Например, чрезмерная требовательность и строгость родителей к ребенку, или чрезмерная опека. Или гиперактивность. Это получается, когда не сразу возникает контакт ребенка с педагогом. Если ребенок не внимателен, педагог постоянно ругает и упрекает его за это, то может возникнуть защитная реакция. Ребенок чувствует себя в роли «хулигана» и начинает соответствовать своему образу в поведении.

Причинами возникновения органических нарушений могут быть:

- общее ухудшение экологической ситуации;
- инфекции матери во время беременности и действие лекарств, алкоголя, наркотиков, курения в этот период;
- иммунологическая несовместимость (по резус-фактору);
- угрозы выкидыша;
- хронические заболевания матери;

- преждевременные, скоротечные или затяжные роды, стимуляция родовой деятельности, отравление наркозом, кесарево сечение;
- родовые осложнения (неправильное предлежание плода, обвитие его пуповиной) ведут к травмам позвоночника плода, асфиксиям, внутренним мозговым кровоизлияниям;
- любые заболевания младенцев с высокой температурой и приемом сильнодействующих лекарств;
- астма, пневмония, сердечная недостаточность, диабет, заболевания почек могут выступать как факторы, нарушающие нормальную работу мозга.

Специалистами Медико-генетического научного центра РАМН установлено, что большинство исследователей сходится во мнении, что единую причину возникновения заболевания выявить не удастся и, похоже, не удастся никогда. Учёные США, Голландии, Колумбии и Германии выдвинули предположение, что на 80% возникновение синдром дефицита внимания и гиперактивности зависит от генетических факторов. Из более чем тридцати генов-кандидатов выбрали три – ген переносчика дофамина, а также два гена дофаминовых рецепторов. Однако генетические предпосылки к развитию синдрома дефицита внимания и гиперактивности проявляются во взаимодействии со средой, которая может эти предпосылки усилить или ослабить.

Признаки:

1. Отвлекаемость.
2. Импульсивность.
3. Повышенная активность. Такие дети постоянно в движении, тербят одежду, мнут что-то в руках, стучат пальцами, ерзают на стуле, крутятся, не могут спокойно усидеть на одном месте, жуют что-то, растягивают губы, прикусывают язык.
4. Плаксивость, беспокойство, капризы.
5. Неусидчивость.

6. Нарушение концентрации внимания.
7. Негативизм, то есть ребенок все отрицает.
8. Агрессивность.
9. Повышенный тонус мышц.
10. Беспокойный сон.
11. Рассеянность.
12. Повышенная возбудимость.

Следствия:

1. Слабая успеваемость в школе.
2. Низкая самооценка.
3. Трудность принятия любви окружающих.

Симптомы зависят от принадлежности синдрома дефицита внимания и гиперактивности к тому или иному типу. Диагноз устанавливается на основании характерных жалоб (родителей) и регистрации признаков имеющихся нарушений (по вышеперечисленным критериям, не ранее 5-5 летнего возраста).

«Чистые» формы синдрома дефицита внимания и гиперактивности встречаются не так часто, как сочетание синдрома дефицита внимания и гиперактивности с дополнительными нарушениями обучения, моторики и/или общения.

Одним из наиболее эффективных психотерапевтических средств в работе с детьми с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью является игровая терапия. Игровая терапия имеет широкие возможности и при оказании помощи гиперактивным детям, существенно сглаживая их двигательное беспокойство и суетливость позволяя контролировать их действия и поступки с помощью определенного игрового сюжета и связанных с ним правил и ролей. Особенно полезны в этом плане коллективные игры ритмичного характера, проводящиеся под руководством взрослого.

Специалисты считают, что игры с песком и водой просто необходимы для гиперактивных детей. Такие игры успокаивают ребёнка. «Археология»

Цель: развитие мышечного контроля. Содержание: Взрослый опускает кисть руки в таз с песком или крупой и засыпает её. Ребёнок осторожно «откапывает» руку – делает археологические раскопки. При этом нельзя дотрагиваться до кистей руки. Как только ребёнок коснётся своей ладони, он тут же меняется ролями со взрослым.

*«Шариковые бои».*

Цель: развитие координации движений.

Содержание: В таз с водой опускают несколько каучуковых шариков, такое же количество шариков ребёнок держит в руке. Отойдя на расстояние 0,5-1м. от таза, ребёнок сбивает «мокрые» шарики «сухими». Если «мокрый» шар сбит, то его вынимают из воды, если не сбит, то «сухой» шар остаётся в воде. Игра закончена тогда, когда таз становится пустым. В дальнейшем ребёнок может совершенствовать свой результат, проверяя по секундомеру.

*«Послушай тишину».*

Цель: развивать внимание гиперактивного ребёнка и умение владеть собой.

Содержание: По первому сигналу колокольчика дети начинают бегать по комнате, кричать, стучать и т. д. По второму сигналу они должны быстро сесть на стулья и прислушаться к тому, что происходит кругом. Затем дети по кругу рассказывают, какие звуки они слышали.

*«Колпак мой треугольный»*

Цель: игра помогает научиться концентрировать внимание, способствует осознанию ребёнком своего тела, учит управлять движениями и контролировать своё поведение.

Играющие сидят в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, треугольный мой колпак». Во 2 кругу фраза повторяется снова, но дети, которым выпадает говорить слово «колпак» заменяют его жестом (например, 2 лёгких 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. В завершающем кругу дети изображают только жестами всю фразу.

*«Морские волны»*

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

Если взрослый даёт команду «Штиль! Все дети в классе «замирают». Когда раздаётся команда «Волны», дети по очереди встают за своими партами. Сначала встают те дети, которые сидят за первыми партами.

Через 2-3 сек. поднимаются сидящие за вторыми и т. д. Как только очередь доходит до обитателей последних парт, они встают и все вместе хлопают в ладоши, после чего дети, вставшие первыми садятся и т. д. Закончить игру надо командой «Штиль!».

*Игра «Черепашка».*

Цель: научиться контролировать свои движения.

Тренер встаёт у стены помещения, остальные участники располагаются вдоль противоположной стены. По сигналу ведущего они начинают движение. Далее тренер говорит: «Представьте себе, что все мы – черепахи. Я – большая черепаха, а вы – маленькие черепашки. Я пригласила вас в гости на день рождения. Я жду вас в гости. Но вот беда: праздничный торт ещё не готов. По моей команде вы можете идти ко мне, нигде не останавливаясь. Помните: вы – черепашки и должны идти как можно медленнее, чтобы дойти только в тот момент, когда торт будет уже готов». Тренер следит, чтобы никто не останавливался и не спешил. Через 2-3 мин. он даёт новый сигнал, по которому все «замирают». Побеждает тот, кто оказался дальше всех от черепахи – именинницы. Тренер просит участников закрыть глаза, после чего тихим спокойным голосом произносит текст: «Положите, пожалуйста, руки на колени, соединив ладони вместе. Представьте, что вы держите в руках маленького пушистого зверька. Это может быть котёнок, щенок, птичка и т. д. Он такой крохотный, что свободно помещается у вас в ладонях. Он засыпает,

поэтому вы стараетесь сидеть без движений, чтобы не разбудить его. Если кому-то очень хочется погладить своего зверька, сделайте это осторожно, лёгким движением больших пальцев рук. Мысленно успокойте зверька, скажите ему что-нибудь ласковое, улыбнитесь ему.

Почувствуйте, как его становится более ровным, медленным, спокойным, и вы тоже дышите в такт с ним. Осторожно переложите зверька на тёплое одеяло, которое находится рядом с вами (на соседнем стуле), убедитесь, что зверёк в полной безопасности, улыбнитесь ему ещё раз.

#### *Игра «Ласковые лапки»*

Эта игра снимает напряжение, снижает агрессивность, развивает чувственное восприятие, способствует гармонизации отношений между ребенком и взрослым.

Содержание игры Взрослый кладет на стол 6–7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату. Ребенку предлагается оголить руку по локоть. Воспитатель объясняет ему, 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» прикасается к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком ролями.

#### *Игра «Кричалки — шепталки — молчалки»*

Эта игра регулирует поведение возбужденных детей, успокаивает их. Развиваются наблюдательность, умение действовать по правилу, волевая регуляция.

Из разноцветного картона надо сделать три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это — сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь — «кричалку», можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтую ладонь — «шепталку», можно тихо передвигаться и шептаться; синюю ладонь — «молчалку», дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться.

Заканчивать игру следует «молчалкой». После того как дети в конце игры лягут на пол, можно включить спокойную музыку.

*«Чужие колени или ладошки».*

Цель: развитие концентрации внимания, сосредоточенности, взаимоконтроля деятельности.

Дети, сидя на стульях, образуют тесный круг. Каждый участник должен положить свои руки на колени соседей, т.е. правую руку на левое колено соседа справа, левую - на правое колено соседа слева. В результате на коленях у каждого участника оказываются руки его соседей по кругу. Разобравшись с этим условием, можно приступать к выполнению упражнения, суть которого заключается в том, чтобы руки хлопали по коленям соседей последовательно, не обгоняя друг друга. Задание не такое простое, как кажется, поскольку все руки покоятся на чужих коленях и нужно внимательно следить, когда очередь дойдет до собственной руки, а не до собственного колена. Упражнение требует постоянной сосредоточенности. Как только сосредоточенность снижается, участник ошибается. Тот, кто ошибся, убирает руку, которой была совершена ошибка.

*«Встреча»*

Цель. Снять мышечное напряжение, развивать умение переключать внимание. Дети по сигналу ведущего начинают хаотично передвигаться по комнате и здороваться со всеми, кто встречается на их пути (возможно, кто-либо из детей захочет поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом: один хлопок - здороваемся за руку; два - здороваемся плечами; три хлопка - здороваемся спинами.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре помогает избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

*«Запомни и повтори».*

Цель: развитие внимания, визуальной памяти.

На полу в произвольном порядке разложены различные предметы. Взрослый на несколько минут раздаёт детям карточки с изображением двух-трех предметов (кубик, мяч, кольцо), затем собирает их. Звучит сигнал: дети произвольно двигаются по комнате, затем, продолжая двигаться, выполняют задания:

собери предметы, которые ты видел на карточке.

собери предметы в том порядке, в котором они были изображены на карточке.

*«Развивающие кубики».*

Цель: развитие внимания, памяти, комбинаторные способности, логическое мышление, пространственное представление и воображение.

Предлагается детям собрать из кубиков различные фигуры, постройки. Взрослый может использовать подсказку в виде крупной картинки, если задание не трудное, то может показать только на своем примере. Это малоподвижные игры, направлены на развитие произвольности психических процессов, в тоже время в этих играх решается задача взаимоконтроля деятельности.

Гиперактивные дети непоседливы, а их руки часто находятся в постоянном, иногда бесцельном движении. Поэтому таких детей полезно обучить специальным играм, которые бы направили их избыточную активность в нужное русло. Можно использовать, например, пальчиковые игры.

Таким образом детская гиперактивность и синдром дефицита внимания не дает ребенку добиваться успехов, даже при наличии у него многих талантов и высокого уровня интеллектуального потенциала. Низкая успеваемость существенно понижает самооценку, а с возрастом ребенок сталкивается все с большим количеством проблем в отношениях со сверстниками и взрослыми.

Гиперактивный ребенок часто не может оценить последствий, кроме того он не понимает авторитета, что может вылиться в совершение антисоциальных и даже преступных поступков. Такие дети часто отличаются высокой степенью агрессивности.

Нужно как можно быстрее приступать к коррекции синдрома гиперактивности. Для этого родителям нужно обратить внимание настораживающие симптомы и обратиться к квалифицированному врачу. Основное лечение происходит в игровой форме, специалист помогает малышу отыскать тот внутренний ресурс, при помощи которого можно успешно контролировать свое поведение.

Детям с синдромом дефицита внимания требуется уделять как можно больше внимания, родителям следует окружить таких малышей заботой и любовью. К сожалению, полностью вылечить СДВ у детей не представляется возможным, однако своевременная врачебная помощь позволяет скорректировать поведение малыша в нужную сторону. Правильная коррекция и адекватный подход к лечению позволяют добиться заметных положительных результатов.

Список литературы:

1. Платонова Т.Ф. Подвижные игры детей дошкольного возраста / учебное пособие по теории и методике физического воспитания и развития ребенка. - Мичуринск, МГПИ, 2010.
2. Заваденко Н.Н. Гиперактивность и дефицит внимания в детском возрасте. - М.: Издательский центр «Академия», 2010.
3. Пальчиковая гимнастика: пособие для родителей и педагогов/ Е.С. Анищенкова. - М.: АСТ 2009.