

ИГРЫ С ГИПЕРАКТИВНЫМИ ДЕТЬМИ В ДЕТСКОМ САДУ

Самусенко Юлия Константиновна

магистрант ГБОУ ВПО МГПУ,
направление подготовки «Психология и педагогика
инклюзивного образования»

В наше время воспитателям всё чаще приходится работать с детьми, энергия которых «бьёт фонтаном». Их очень сложно организовать, они, как правило, не могут сосредоточиться и до конца выполнить задание. Эти дети слишком эмоциональные и порой агрессивные, что приводит к непониманию и, как следствие, неприятию такого ребёнка коллективом.

Гиперактивность у детей проявляется к 4 годам, и чаще всего у мальчиков. Уменьшаются или совсем исчезают проявления гиперактивности к возрасту 12—15 лет, связано это с тем, что к этому времени происходит полное созревание всех структур мозга.

К признакам гиперактивности можно отнести:

- неусидчивость;
- забывчивость;
- чрезмерную эмоциональность, чаще выливающуюся в агрессию;
- неспособность вовремя остановиться;
- невозможность сохранять внимание.

Причины возникновения гиперактивности у детей до конца ещё

не изучены. Психологи выделили лишь несколько основных причин:

- наследственность;
- гипоксия;
- травмы головы;
- осложнённая беременность.

Для того чтобы воспитатель смог провести занятие наиболее продуктивно для всех детей, необходимо организовать непосредственно перед занятием физкультминутку. При этом у гиперактивных детей снизится излишняя физическая и эмоциональная активность, что приведёт к наибольшей концентрации внимания на занятиях.

Прежде чем перейти к описанию игр, оговорим условия, которые воспитатель должен соблюдать как в игре, так и в обычном режиме

дня при общении с гиперактивным ребёнком.

1. Не ожидайте всего и сразу, наберитесь терпения.
2. Предупреждайте переутомление и перевозбуждение ребёнка.
3. Как можно чаще хвалите гиперактивного ребёнка.
4. Гиперактивному ребёнку важен физический контакт, поэтому старайтесь лишний раз погладить по голове, по спине и т. д.
5. Игры должны быть направлены на развитие внимания, наблюдательности, увеличение объёма памяти. И конечно, игры должны быть интересны всей группе.

Подвижные игры

«Найди отличие»

(Лютова Е. К., Монина Г. Б.)

Цель: развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Ребёнок рисует любую несложную картинку (котик, домик и др.) и передаёт её воспитателю, а сам отворачивается. Воспитатель дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребёнок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем воспитатель и ребёнок могут поменяться ролями.

Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачивают-

ся (при этом возможность движения не ограничивается). Воспитатель дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

«Ласковые лапки» (Шевцова И. В.)

Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия, гармонизация отношений между ребёнком и воспитателем. Воспитатель подбирает 6–7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т. д. Всё это выкладывается на стол. Ребёнку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверёк» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверёк» прикасается к руке — отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Вариант игры: «зверёк» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребёнком местами.

«Кричалки — шепталки — молчалки» (Шевцова И. В.)

Цель: развитие наблюдательности, умения действовать по правилу, волевой регуляции.

Инклюзивное образование в ДОУ

Из разноцветного картона надо сделать 3 силуэта ладони: красный, жёлтый, синий. Это сигналы. Когда воспитатель поднимает красную ладонь — «кричалку», можно бегать, кричать, сильно шуметь; жёлтую ладонь — «шепталку» — можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчалка» — синяя ладонь — дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчанками».

«Гвалт»

(Коротаева Е. В., 1997)

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 своё слово. Водящий должен догадаться, что это за песня, собрав её по словечку.

Желательно, чтобы до того как войдёт водящий, каждый ребёнок повторил вслух доставшееся ему слово.

«Менялки» (автор неизвестен)

Цель: развитие коммуникативных навыков, активизация детей.

Игра проводится в кругу, участники выбирают водящего, который

встаёт и выносит свой стул за круг, таким образом, получается, что стульев на один меньше, чем играющих. Далее ведущий говорит: «Меняются местами те, у кого... (светлые волосы, часы и 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»

(Шевцова И. В.)

Цель: научить детей контролировать свои действия. Если ребёнок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите 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 ребёнок 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 нужно «заключением договора» между руками и их хозя-

ином. Пусть руки пообещают, что в течение 2–3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, ещё более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать.

Если ребёнок согласится на такие условия, то через заранее оговорённый промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

«Говори!»

(Лютова Е. К., Монина Г. Б.)

Цель: развитие умения контролировать импульсивные действия.

Скажите детям следующее: «Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: «Говори!» Давайте потренируемся: «Какое сейчас время года?» (Воспитатель 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.

«Броуновское движение» (Шевченко Ю. С., 1997)

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 не должны останавливаться и выкатываться 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 круге.

«Час тишины и час «можно» (Кряжева Н. Л., 1997)

Цель: дать возможность ребёнку сбросить накопившуюся энергию, а воспитателю — 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 течение одного дня, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в вашей группе. Лучше заранее оговорить, какие конкретные действия разрешены, а какие запрещены.

Инклюзивное образование в ДОУ

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

«Передай мяч»

(Кряжева Н. Л., 1997)

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 используя в игре одновременно несколько мячей.

«Сиамские близнецы»

(Кряжева Н. Л., 1997)

Цель: научить детей гибкости в общении друг с другом, способствовать возникновению доверия между ними.

Скажите детям следующее: «Разбейтесь на пары, встаньте плечом к плечу, обнимите друг друга одной рукой за пояс, правую ногу поставьте рядом с левой ногой партнёра. Теперь вы сросшиися близнецы: две головы, три ноги, одно туловище и две руки. Попробуйте походить по помещению, что-то

сделать, лечь, встать, порисовать, попрыгать, похлопать в ладоши и т. д.». Чтобы «третья» нога действовала «дружно», её можно скрепить либо верёвочкой, либо резинкой. Кроме того, близнецы могут «срастись» не только ногами, но спинками, головами и др.

«Зеваки»

(Чистякова М. И., 1990)

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 4 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 определённое слово песни (оговорённое заранее).

«Слушай команду»

(Чистякова М. И., 1990)

Цель: развитие внимания, произвольности поведения.

Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка. Дети идут в колонне друг за другом. Внезапно

музыка прекращается. Все останавливаются, слушают произнесённую шепотом команду ведущего (например: «Положите правую руку на плечо соседа») и тотчас же её 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 задание. Игра поможет воспитателю сменить ритм действия расшалившихся ребят, а детям — успокоиться и без труда переключиться на другой, более спокойный вид деятельности.

«Расставь посты» (Чистякова М. И., 1990)

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

Дети маршируют под музыку друг за другом. Впереди идёт командир, который выбирает направление движения. Как только командир хлопнет в ладоши, идущий последним ребёнок 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 слышать команды, дети должны передвигаться бесшумно.

«Король сказал...» (известная детская игра)

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 ошибётся, 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» или «командир приказал».

«Запрещённое движение» (Кряжева Н. Л., 1997)

Цель: игра с чёткими правилами организует, дисциплинирует детей, сплачивает играющих, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъём. Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнять. Тот, кто повторит запрещённое движение, выходит из игры. Вместо показа движения можно на-

зывать вслух цифры. Участники игры повторяют хором все цифры, кроме одной, запрещённой, например, цифры «пять». Когда дети её услышат, они должны будут хлопнуть в ладоши (или покружиться на месте).

«Слушай хлопки»

(Чистякова М. И., 1990)

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 стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

«Замри»

(Чистякова М. И., 1990)

Цель: развитие внимания и памяти. Дети прыгают в такт музыке (ноги в стороны — вместе, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бёдрам). 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 музы-

ка — оставшиеся продолжают выполнять движения. Играют до тех пор, пока в круге ни останется лишь один играющий.

«Давайте поздороваемся»

(автор неизвестен)

Цель: снятие мышечного напряжения, переключение внимания.

Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (а возможно, что кто-либо из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здравоваться надо определённым образом:

1 хлопок — здороваемся за руку;

2 хлопка — здороваемся плечами;

3 хлопка — здороваемся спинками. Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребёнку возможность почувствовать своё тело, снять мышечное напряжение. Смена партнёров по игре поможет избавиться от ощущения отчуждённости. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

«Весёлая игра с колокольчиком»

(Карпова Е. В., Лютова Е. К., 1999)

Цель: развитие слухового восприятия. Все садятся в круг, по же-

ланию группы выбирается водящий, однако если желающих водить нет, то роль водящего отводится воспитателю. Водящему завязывают глаза, а колокольчик передают по кругу, задача водящего — поймать человека с колокольчиком. Перебрасывать колокольчик друг другу нельзя.

Игры за партами

Гиперактивные дети тяжело выдерживают занятия в детском саду, поэтому для них необходимо проводить физкультминутки, которые выполняются как стоя, так и сидя за партами, по усмотрению воспитателя.

С этой целью полезно использовать «Пальчиковые игры», которые приводятся в книге М. Рузиной «Страна пальчиковых игр», а также в других изданиях. Практика показывает, что дети старшего дошкольного возраста с удовольствием играют в такие игры, как «Лестница в небо», «Кукольный веер», «Гонки» и др.

Воспитатель может начать игры с сообщения о том, что сейчас пальчики детей начнут «превращаться» то в сказочных персонажей, то в забавных зверьков, то в экзотических животных. Затем следует предложить несколько игр, таких как:

«Многоножки»

Перед началом игры руки находятся на краю парты. По сигналу воспитателя многоножки начинают двигаться к противоположному краю парты или в любом другом, заданном воспитателем, направлении. В движении принимают участие все пять пальцев.

«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.

«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 ноги. Возможны также гонки слонов.

Чтобы игра не превратилась в постоянное развлечение детей и не мешала проведению других занятий, перед её началом воспитатель должен чётко сформулировать правила: начинать и заканчивать игру только по определённому сигналу. Одним из сигналов может стать карточка из игры «Кричалки — шепталки — молчалки».

«Морские волны»

(Лютова Е. К., Моница Г. Б.)

Цель: научить детей переключать внимание с одного вида деятельности на другой, способствовать снижению мышечного напряжения. По сигналу воспитателя «Штиль» все дети в группе «замирают». По сигналу «Волны» дети по очереди встают за своими партами. Сначала встают дети, сидящие за первыми партами. Через 2—3 секунды поднимаются те, кто сидит за вторыми партами и т. д. Как только очередь доходит до обитателей последних парт, они встают и все вместе хлопают в ладоши, после чего дети, вставшие первыми (за первыми партами), садятся и т. д. По сигналу воспитателя «Шторм» характер действий и последовательность их выполнения повторяется, с той лишь разницей, что дети не ждут 2—3 секунды, а встают друг за другом сразу. Закончить игру надо командой «Штиль».

«Ловим комаров»

(Лютова Е. К., Моница Г. Б.)

Цель: снять мышечное напряжение с кистей рук, дать возможность гиперактивным детям подвигаться в свободном ритме и темпе.

Скажите детям: «Давайте представим, что наступило лето, я открыла форточку и к нам в класс (группу) налетело много комаров. По команде «Начали!» вы будете ловить комаров. Вот так! Воспитатель в медленном или среднем темпе делает хаотичные движения в воздухе, сжимая и разжимая при этом кулаки. То поочередно, то одновременно. Каждый ребёнок будет «ловить комаров» в своём темпе и в своём ритме, не задевая тех, кто сидит рядом. По команде «Стоп!» вы садитесь вот так: воспитатель показывает, как надо сесть (на своё усмотрение). Готовы? «Начали!»... «Стоп!» Хорошо потрудились. Устали. Опустите расслабленные ноги вниз, встряхните несколько раз ладонями. Пусть руки отдыхают. А теперь — снова за работу!»

*(Игры взяты с сайта
<http://www.vseodetishkax.ru>)*

