



МЛАДШИЕ ШКОЛЬНИКИ С СИНДРОМОМ «ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ И ГИПЕРАКТИВНОСТИ»

Приёмы проведения уроков

О синдроме «дефицита внимания и гиперактивности» написано немало статей и книг, и зарубежных, и отечественных. В каждой — свой подход работы с детьми, страдающими этими заболеваниями. Так, в США принято лечить детей при помощи медикаментов, выделяя различные типы детей с гиперактивностью и дефицитом внимания и применяя к каждому типу своё лечение. Но про медикаментозный способ лечения и особенности физиологии организма детей с гиперактивностью и дефицитом внимания в этой статье мы не будем вести речь. Наша цель — рассмотреть типы СДВГ, а также некоторые приёмы ведения уроков, которые предлагаются учителям, работающим в классах с такими детьми.

Дефицит внимания и гиперактивность являются, по мнению большинства специалистов, неврологическими заболеваниями. У детей, подростков и взрослых с СДВГ отмечаются затруднения при монотонной работе, например, такой как в школе. Но при этом они хорошо справляются с подвижными и стимулирующими их заданиями. Люди с данным заболеванием очень импульсивны, а также часто говорят о вещах без логического обдумывания. Но при этом нарушении быстро наступает усталость. Большинство людей с СДВГ очень подвижны, они часто перескакивают от одной деятельности к другой, не заканчивая при этом начатое.

Синдром «дефицита внимания» связан с деятельностью мозга. Проблема заключается в слабом самоконтроле, но больше в неврологическом смысле,

чем в моральном, поскольку он вытекает из неврологических явлений. Индивиды с СДВГ имеют замедленную мозговую волновую активность во фронтальной (лобной) части мозга — именно эта область мозга позволяет решать нам, куда направлять внимание в жизненном пространстве. Конечно, не всё так однозначно — есть ещё и другие области мозга, вызывающие такое явление, а также определённые нейротрансмиттеры. Из этого следует вывод о том, что родителям и учителям стоит помнить, что дети с СДВГ рождаются с проблемой. Дело не только в том, что дети ленивы, часто устают или имеют недостаточный самоконтроль в принятии решения.

Исследования показывают, что СДВГ наблюдается по крайней мере у двух учащихся в каждом классе каж-





дой школы. Наблюдается от 5% до 25% людей с СДВГ в популяции. Более точная цифра — это около 5% детского и взрослого населения. Около 2% взрослых страдают «дефицитом внимания» с детства.

Существует множество способов работы с СДВГ. В США разработано клиническое вмешательство. Оно разделено на медикаментозное лечение и лечение без медикаментов.

Однако мы обратимся к способам работы с детьми с синдромом дефицита внимания и гиперактивности, основываясь на выделении различных типов этого синдрома и использовании соответствующих педагогических приёмов на уроках.

Интересно выделение типов СДВГ по героям в приключениях Винни-Пуха:

- невнимательный тип: Винни-Пух;
- классический СДВГ: Тигра;
- сверхсосредоточенный: Кролик;
- СДВГ с чувством страха: Поросёнок;
- СДВГ и депрессия: Иа.

Опишем существующие шесть типов СДВГ:

1. «Классический» — невнимательный, буйный, неорганизованный. Возможно, гиперактивный, беспокойный, импульсивный. Это Тигра из рассказов про Винни-Пуха.

2. «Невнимательный тип» — невнимательный и дезадаптированный — Винни-Пух.

3. «Сверхсосредоточенный тип» — проблемное, переходящее внимание, часто пребывает в «петле» негативных мыслей, навязчивость, чрезмерное беспокойство, ригидность, оппозиционное и аргументированное мышление.

4. «Тип временной доли» — проблематичный тип. Невнимательный и раздражительный, агрессивный, преобладают тёмные мысли, нестабильное настроение, очень импульсивный. Может не подчиняется правилам, драться,

часто непослушен. Плохо пишет и имеет проблемы в обучении.

5. «Тип лимбической системы» — невнимательный, хронически-продолжительное депрессивное настроение, негативизм, чувство безнадежности и ущербности, пониженная энергичность.

6. «Тип кольца огня» — невнимательный, чрезвычайно буйный, злой, раздражительный, чрезмерно чувствительный к окружающей среде, болтливый, сильно сопротивляется внешним условиям, возможны циклические изменения настроения.

Рассмотрим подробно основные типы.

Тип Тигры — классический СДВГ. Характерна невнимательность, импульсивность, гиперактивность, беспокойность и дезорганизованность. Этот тип напоминает Тигру из истории о Винни-Пухе и иллюстрирует классическое представление о человеке с СДВГ. Этот тип обычно выглядит так:

- легко отвлекаемый,
- у него много энергии,
- не может спокойно сидеть долгое время,
- говорит много, а толку никакого,
- очень импульсивный, не думает, перед тем как что-то сделать,
- возникают проблемы в ожидании своей очереди.

Этот тип является результатом гиперактивности в префронтальной области коры, во время отдыха и выполнения заданий, требующих концентрации. Этот тип часто относят к мужскому поведению.

Тип Винни-Пуха — классическая картина невнимательности. Такие люди испытывают мозговое «помутнение» во время всего дня.

Также они очень любвеобильны и добры, невнимательны, медлительные,





безмотивированные. Они обычные мечтатели. Этот тип выглядит так:

- легко отвлекаем,
- имеет короткий промежуток сконцентрированного внимания при выполнении задания, которое неинтересное или сложное,
- мечтает, когда с ним разговаривают,
- обычно не может найти что-то, например, что и где он записал,
- люди, которые постоянно опаздывают,
- легко утомляем.

Этот тип СДВГ возникает при медленных мозговых процессах в префронтальной коре головного мозга, когда предполагается работа, чтение или выполнение домашнего задания. Это часть мозга выглядит нормально, когда она не напряжена, но выглядит так, будто она готова «заснуть», когда ей скажешь «начинай работать». Поэтому так сложно направлять внимание к школьной работе, к выполнению домашнего задания, слушать учителя, убирать свою комнату и т.д.

«Сверхсосредоточенный тип» СДВГ — Кролик.

Данный ригидный характер всегда присущ Кролику — он целенаправлен в постановке задачи и выполнении задания. Люди со сверхконцентрированным СДВГ очень похожи. Им сложно переключать внимание от одной деятельности к другой, и они часто застревают на негативных мыслях. Они могут быть буйными и очень ригидными. Они могут также сопротивляться и часто спорить с партнёрами. Они похожи на бульдогов и не отступят от своего, к примеру, до тех пор, пока, родители наконец не скажут им «да». Их родители часто бывают истощены, измучены, им всё надоело, и они готовы вот-вот сломаться.

Особенности этого типа:

- могут о многом волноваться, и часто над вещами, которые не занимают важного места в их жизни,

- постоянно сопротивляются родителям,
- любят спорить,
- для них сложно переключить внимание от одной деятельности к другой,
- всегда стараются идти своим собственным путём.

Поросёнок — замечательный друг и его легко испугать. Поросёнок — маленький, слабый, неустойчивый герой из истории о Винни-Пухе. Он обеспокоенный, нервный, его легко испугать. Иногда он так перевозбуждён, что начинает заикаться. Данный тип похож на Кролика, также часто встречаются и смешанные типы. Эти дети плохо переключают внимание.

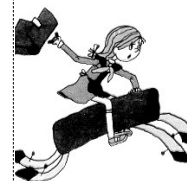
Иа — «Спасибо, что заметили меня». Он ходит медленно, выглядит грустным, совершает мало действий. Он рад, когда его замечают. Этому типу присущи:

- невнимательность,
- хроническая грусть или продолжительная депрессия,
- он выглядит негативным,
- у него пониженный энергетический потенциал,
- часто возникает чувство беспокойства, беспомощности и безнадежности.

Бывают и другие более сложные типы. Эти типы требуют лечения и огромного терпения со стороны родителей и учителей.

Тип временной доли. У этих людей могут быть резкие перемены настроения, они злятся без причины, им почти невозможно жить в дневном распорядке. Ключ к пониманию данного типа — это злостный взрыв чувств по незначительным причинам или без причины. Их типичные характеристики:

- невнимательность, такая же, как и в других типах СДВГ,
- частая фрустрированность и раздражительность,
- агрессивное поведение,
- большие скачки настроения,





- импульсивность,
- неподчинение правилам, участие в драках,
- часто — ужасное правописание и проблемы в обучении,
- проявление асоциального поведения,
- неподчинение авторитету, непослушание.

Проведение уроков для учащихся с СДВГ в начальной школе

1. Используйте внутри группы навыки помощи друг другу. Старайтесь опекать детей с СДВГ.

2. Продумывайте общие основы, слова, идеи прошлого занятия, используйте их при последующих занятиях.

3. Дети с СДВГ быстро устают от учителя. Попробуйте увеличить скорость и динамику урока. Включайте различные упражнения во время урока, подходящие для начальной школы.

4. Используйте мультисенсорные презентации урока, но будьте осторожны с аудиовизуальной информацией, будьте уверены, что она мало отвлекает. Например, давайте картинки, которые относятся к материалу урока.

5. Делайте уроки короткими или делайте длинные презентации, деля их на отдельные части.

6. Активно включайте внимание учащихся с ДВ во время урока.

7. Предлагайте возможность своим ученикам написать на доске ключевые слова или идеи на доске.

8. Поощряйте детей развивать умственные образы основ информации, которую вы у них спрашиваете, чтобы быть уверенным, что они визуализируют ключевой материал, которому их обучают.

9. Позволяйте своим ученикам давать свободные ответы при использовании ответа вместе, свободно относитесь как к индивидуальному ответу, так и хоровому.

10. Используйте ролевые игры в изучении материала. Простройте уп-

ражнения так, чтобы в нём все приняли участие.

11. Будьте креативными, чтобы ни одно упражнение не наскучило детям. Мотивируйте и развлекайте детей, вам самим будет интереснее.

12. Также важно организовывать деятельность учащихся.

13. Используйте разделения на парте ребёнка, чтобы он знал, где что находится, и мог найти быстро тот предмет, который ему нужен.

14. Помогите ребёнку организовывать его действия при выполнении задания.

15. Позволяйте детям перемещать ручку или пальцы через страницу во время чтения, если он пишет, позволяйте использовать ему 1 или 2 пальца для отделения слов одного от другого.

16. Ваши учащиеся будут лучше работать, если их предупредили о том, что нужно концентрироваться на задании.

17. Делите задание на отдельные действия, операции, которые нужно будет сделать ребёнку.

18. Во время инструктажа по работе будьте уверены, что дети настроены на глазной контакт.

19. Совмещайте вербальные указания с иллюстрациями.

20. После того как вы дали указания детям, перефразируйте, что вы сказали. Это увеличивает объём запоминания материала и удобно для понимания.

На самом деле данный список можно продолжать бесконечно. Однако стоит помнить, что СДВГ в большинстве случаев проходит после 12–13 лет.

Но это не повод для того, чтобы не работать с детьми так, чтобы они смогли в полной мере получить знания не только по материалу урока, но и в воспитательном смысле.

**Публикацию подготовила
Оксана Маланцева**