Полезные советы для родителей по нейропсихологии

Единые требования. Это правило действует со всеми малышами, но особенно оно важно для гиперактивных детей. Договоритесь с супругом, бабушками и дедушками о единых требованиях, предъявляемых к ребёнку.

Чёткие запреты. Информация об ограничения и запретах должна быть краткой и ёмкой. Не нужны длинные фразы, не стоит говорить, как не нужно делать. Объясняйте чётко и понятно, как нужно поступать.

Одна установка. Не нужно давать пространных инструкций, состоящих из нескольких шагов. Обойдитесь без директив и претензий. Ребёнок всё равно не запомнит всех ваших наставлений, а зафиксирует в сознании что-то одно. Разбейте задачу на несколько последовательных этапов и спокойно направляйте его действия.

Похвала. Обязательно похвалите за успехи. Ребёнок меньше отвлекается? Выполняет задание без многочисленных пауз? Не вертится на занятии? Отметьте эти достижения. Поддержите ободряющим словом и интонацией.

Организация пространства. Организуйте детское пространство так, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно. Гиперактивные малыши склонны к «разрушению» и неумению наводить порядок. Уберите всё лишнее, научите раскладывать вещи по своим местам.

Пять игр для коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности

Для того, чтобы снизить активность ребёнка, перенаправить его энергию, успокоить, развить внимание, наблюдательность, усидчивость, контролировать импульсивность, соблюдать правила, можно воспользоваться короткими играми. В них можно играть вдвоём дома или во время прогулки на улице. Рассмотрим некоторые из них.

Игра «Найди отличие»

Ребенок должен нарисовать любой предмет – собаку, дерево и т.п., отдать её взрослому и отвернуться. Взрослому нужно добавить немного деталей, а ребенку после этого необходимо показать, что поменялось.

Игра «Мельница»

Члены семьи собираются в круг и поочередно бросают друг другу мяч, постепенно увеличивая скорость передачи. Тот, кто не поймал мяч, покидает игру. Побеждает человек, который остается последним.

Игра «Говори»

Детей информируют, что будут задавать им разные вопросы. Но отвечать на них можно только после команд «Говори».

«Какая у меня кофта?» (пауза) – «Говори».
«Сегодня солнечно или дождливо?» – «Говори».

Игра «Кричалки-шепталки-молчалки»

Для игры понадобятся три ладошки, обведенные по контору и вырезанные из красного, желтого, зеленого картона. Ведущий должен поднимать их по очереди. Зеленая – можно бегать, кричать и шуметь. Желтая – тихо передвигаться и шептать. Красная ладошка – все должны прекратить активность и замереть.

Игры с песком и водой

Игры с песком и водой просто необходимы для гиперактивных детей! Такие игры успокаивают ребенка. Первое время взрослые должны помочь ребёнку в организации игры. Желательно, чтобы они подобрали соответствующие игрушки: лодочки, тряпочки, мелкие предметы, мячики, трубочки и др.

Песок можно заменить крупой, предварительно поместив ее в горячую духовку.