

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 46 комбинированного вида»
юридический адрес: 624440, Свердловская область, г.Красноурьинск, ул. Чапаева, 18
фактический адрес: 624440, Свердловская область, г.Красноурьинск, ул. Чапаева, 18
электронный адрес: mdou-46@mail.ru
тел. 8(34384)6-54-35

ПРИНЯТО:

на педагогическом совете

Протокол № 2

от «03» ноября 2019 г.

Методические рекомендации по организации работы с детьми дошкольного возраста с синдромом дефицита внимания и гиперактивности.



Разработчики: старший воспитатель Бессмертная Т.В.
педагог-психолог Белоусова Н.Л.

2019 г

В методических рекомендациях освещается комплексный подход к организации работы с детьми дошкольного возраста с синдромом дефицита внимания и гиперактивности.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка.....	3
1. Клиническое описание и диагностика синдрома дефицита внимания и гиперактивности.....	4.
2. Организация специальных условий для получения образования обучающимися с синдромом дефицита внимания и гиперактивности.....	6
3. Нейропсихологические методы диагностики и коррекции гиперактивных детей	8
Приложение «Программа тренинговых занятий «Общение в круге» (для детей с СДВГ старшего дошкольного возраста).....	13
Список литературы.....	

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) – одно из самых распространенных психоневрологических расстройств. СДВГ является самой частой причиной нарушений поведения и трудностей обучения в дошкольном и школьном возрасте, проблем во взаимоотношениях с окружающими, и в результате – заниженной самооценки. Основные проявления СДВГ включают нарушения внимания (дефицит внимания), признаки импульсивности и гиперактивности. Если признаки гиперактивности обычно уменьшаются сами по себе по мере взросления ребенка, то нарушения внимания, отвлекаемость и импульсивность могут оставаться у него на долгие годы, служа благоприятной почвой для неврозов, социальной дезадаптации. Методические рекомендации направлены на оказание дифференцированной помощи детям дошкольного возраста с целью их успешной адаптации в социуме, своевременного приобщения к навыкам управления своим телом и эмоциями, речью, успешной подготовки к обучению в школе. Психолого-педагогическая деятельность проводится с использованием телесноориентированных, арт-терапевтических, нейропсихологических методик для снятия возбуждения. Организация коррекционно-развивающей работы предусматривает педагогические советы, консультации, семинары-практикумы, мастерклассы, беседы, тренинговые упражнения, встречи для родителей, педагогов, имеющих непосредственные контакты с гиперактивными обучающимися с целью организации их позитивного общения. Для решения задачи коррекции необходимо реализовать единство семьи и ДО в создании положительного эмоционального фона для ребенка, атмосферу принятия его таким, какой он есть. Упражнения, представленные в методических рекомендациях, направлены на тренировку у детей внимания и контроля импульсивности, а

также контроля двигательной активности. Проблема воспитания и обучения детей с повышенной двигательной активностью волнует педагогов, психологов, психиатров, родителей. Если ребенок гиперактивен, то трудности испытывает не только он сам, но и его окружение: родители, воспитатели. Обычно поведение таких детей формируется в силу неправильного педагогического подхода окружающих взрослых: частые окрики, порицания, наказания, осмеяния, запреты и т. п. При неправильном воспитании, отсутствии своевременной коррекционной помощи специалистов, родителей в подростковом возрасте у таких детей наблюдается раздражительность, агрессивность, озлобленность, нарушения коммуникации, сверхвозбудимость. Данные методические рекомендации описывают пути социализации гиперактивных детей и направлены на формирование гармоничных взаимоотношений детей и взрослых.

1. Клиническое описание и диагностика синдрома дефицита внимания и гиперактивности

Синдром дефицита внимания и гиперактивность (СДВГ) – это расстройство, проявляющееся в дошкольном или раннем школьном возрасте. Таким детям тяжело контролировать свое поведение и/или концентрировать внимание. Установлено, что от 3-х до 5-ти процентов детской популяции в мире страдают СДВГ. Это значит, что в каждой группе, состоящей из 20 детей, хотя бы у одного будет СДВГ. Проявления СДВГ могут быть распределены по трем основным группам симптомов: нарушения внимания, импульсивности и гиперактивности. Также значимой (хотя и не входящей в «клинические признаки») является социальная дезадаптация. Довольно часто гиперактивные дети сообразительны и быстро «схватывают» информацию, обладают неординарными способностями. Развитие интеллекта у детей с СДВГ долгое время было предметом дискуссий – одни специалисты полагали, что оно не отличается от нормы, другие считали, что дефицит внимания приводит к серьезному снижению умственных способностей. Последние исследования (использовался тест Векслера) показали, что по таким показателям, как общая осведомленность и объем простых знаний, дети с гиперактивностью не отличаются от здоровых сверстников, а вот умение строить умозаключения, способность к применению социальных правил и норм, самостоятельность, долговременная слухоречевая память у них сформированы хуже нормы. Исследования показывают, что наглядно-образное мышление у детей с СДВГ также имеет особенности: есть трудности в выделении существенных признаков предмета (идет смещение похожих предметов), в различении предметов внутри одной группы (сапог –

ботинок; жираф – верблюд; петух – цыпленок – курица), трудности в актуализации образа по словунаименованию и в номинативной функции речи (называние образов). Есть трудности и в пространственном и квазипространственном (понимание логико-грамматических конструкций) восприятии, зрительно-предметной памяти. Среди детей с СДВГ встречаются действительно талантливые, но и случаи задержки психического развития у данной категории детей не являются редкостью. Импульсивность проявляется в неряшливом выполнении заданий (несмотря на усилие все делать правильно), в несдержанности в словах, поступках и действиях (например, выкрикивание с места, неспособность дождаться своей очереди), в неумении проигрывать, излишней настойчивости и отстаивании своих интересов (незвизрая на требования взрослого). Присутствие взрослого не является для детей с СДВГ сдерживающим фактором: они и при взрослых ведут себя так, как остальные дети могут вести себя только в их отсутствии. Зато по способности переключаться с одной программы на другую, способности пользоваться опосредующими звеньями в деятельности («узелок на память») и критичности к результатам своей деятельности гиперактивные ребята не отличаются от нормы. У гиперактивных детей есть и свои личностные особенности: отсутствие чувства безопасности, склонность к агрессии, нестойкость к стрессу, стремление удовлетворять свои эмоции в мире фантазии, тревожность. Все это, наряду со снижением внимания и познавательных функций, приводит к снижению их адаптивного потенциала. В целом для обсуждаемой группы детей типичен более низкий уровень социальной зрелости, чем бывает в их возрасте: будучи отстающими зачастую в психическом развитии от сверстников, эти дети стремятся руководить, ведут себя агрессивно и требовательно. Импульсивные гиперактивные дети быстро реагируют на запрет или резкое замечание, отвечают резкостью, непослушанием. Попытки сдержать их приводят к действиям по принципу «отпущенной пружины». От этого страдают не только окружающие, но и сам ребенок, который хочет выполнить обещание, но не сдерживает его.

Дополнительную негативную роль могут играть социальнопсихологические факторы, прежде всего, негативные внутрисемейные. В результате у ребенка будет страдать формирование высших психических функций, отмечаться отклонения поведения.

Проявления гиперактивности в дошкольном возрасте:

- Ребенок постоянно крутится, вертится.
- Не может усидеть на месте, когда это необходимо.

- Для него характерна чрезмерная и бесцельная двигательная активность
- Он не может тихо, спокойно играть.
- Находится в постоянном движении.
- Отличается болтливостью.
- Гиперактивность всегда сочетается с импульсивностью.
- Отвечает на вопросы, не задумываясь.
- Не может дожидаться своей очереди.
- Мешает другим людям, перебивает их.

2. Организация специальных условий для получения образования обучающимися с синдромом дефицита внимания и гиперактивности

У детей с СДВГ очень высокий порог чувствительности к отрицательным стимулам, а потому слова «нет», «нельзя», «не трогай», «запрещаю» для них, по сути дела, пустой звук. Они не восприимчивы к выговорам и наказанию, но зато очень хорошо реагируют на похвалу, одобрение. От физических наказаний вообще надо отказаться. С самого начала необходимо строить взаимоотношения с ребенком на фундаменте согласия и взаимопонимания. Безусловно, не следует разрешать детям делать все, что им захочется. Попробуйте объяснить, почему это вредно или опасно. Не получается – постарайтесь отвлечь, переключить внимание на другой объект. Говорить нужно спокойно, без лишних эмоций, лучше всего, используя шутку, юмор, какие-нибудь забавные сравнения. Вообще старайтесь следить за своей речью. Окрики, гнев, возмущение плохо поддаются контролю. Даже выражая недовольство, не манипулируйте чувствами ребенка и не унижайте его. Старайтесь по возможности сдерживать бурные проявления, особенно если вы огорчены или недовольны поведением ребенка. Эмоционально поддерживайте детей во всех попытках конструктивного, положительного поведения, какими бы незначительными они ни были.

Очень важен и физический контакт с ребенком. Обнять его в трудной ситуации, прижать к себе, успокоить – в динамике это дает выраженный положительный эффект, а вот постоянные окрики и ограничения, наоборот, расширяют пропасть между взрослыми и детьми.

В оформлении желательно избегать ярких цветов, сложных композиций. На столе и в ближайшем окружении ребенка не должно быть

отвлекающих предметов. Гиперактивный ребенок сам не в состоянии сделать так, чтобы ничто постороннее его не отвлекало.

Чаще отмечайте и хвалите его усилия, даже если результаты далеки от совершенства. Если дадите ребенку какое-то новое задание, то хорошо бы показать, как его выполнять, или подкрепить рассказ рисунком. Зрительные стимулы здесь очень важны.

Не следует также перегружать внимание малыша, то есть на определенный отрезок времени поручайте только одно дело, чтобы он мог его завершить.

За любой вид деятельности, требующий от ребенка концентрации внимания (чтение, игра с кубиками, раскрашивание, уборка дома и т. п.), должно обязательно следовать поощрение: маленький подарок, доброе слово... Вообще, на похвалу скупиться не стоит. Что, впрочем, подходит и для любого ребенка. Ждите только хорошего от своих воспитанников, радуйтесь их успехам.

Гиперактивный ребенок не переносит большого скопления людей. Потому ему полезно играть с одним партнером. Длительные прогулки на свежем воздухе, физические упражнения, бег очень полезны. Они позволяют сбросить избыток энергии. Но опять-таки в меру, чтобы ребенок не устал. Вообще надо следить и оберегать детей с СДВГ от переутомления, так как переутомление приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

Весьма нелегко, но тоже очень важно научить ребенка «остывать» и спокойно смотреть на происходящее вокруг. Для этого вы можете воспользоваться следующими приемами. Когда в очередной раз мимо будет пробегать ваш торопливый воспитанник, попробуйте остановить его. Мягко, не повышая голоса, предложите ему отдохнуть. Обнимите за плечи, ласково погладьте по голове, обратите внимание на окружающих детей и игрушки, попросите сказать, где лежит его любимый мишка или что стоит на столе. Затем можете спрятать какую-нибудь игрушку и через некоторое время спросить, что исчезло, а что осталось.

Специалистами также разработана система своеобразной **«скорой помощи»** при работе с гиперактивным ребенком.

Вот главные ее постулаты:

- Отвлечь ребенка от капризов.
- Предложить выбор (другую возможную в данный момент деятельность).

- Задать неожиданный вопрос.
- Отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошутить, повторить действия ребенка).
- Не запрещать действие ребенка в категоричной форме.
- Не приказывать, а просить (но не заискивать).
- Выслушать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае он не услышит вас).
- Автоматически, одними и теми же словами повторять многократно свою просьбу (нейтральным тоном).
- Сфотографировать ребенка или подвести его к зеркалу в тот момент, когда он капризничает.
- Оставить в комнате одного (если это безопасно для его здоровья).
- Не настаивать на том, чтобы ребенок во что бы то ни стало принес извинения.
- Не читать нотаций (ребенок все равно их не слышит).

3. Нейропсихологические методы диагностики и коррекции гиперактивных детей

Среди подходов к изучению саморегуляции у детей с органическими и функциональными изменениями в работе ЦНС эффективным себя показал нейропсихологический подход, предполагающий выделение центрального дефекта, связанного с определенной мозговой структурой, лежащего в основе синдрома нарушения всей психической сферы.

Таким образом, в деятельности детей с СДВГ выделяются два уровня саморегуляции: связанный с выполнением инструкций «в одно-два действия» (пробы «кулак – палец», поднимание руки на стук, самостоятельный рисунок), с которыми они относительно хорошо справляются, и пробы «с переключением между действиями, со сложной программой», которые требуют большей зрелости динамического звена произвольной регуляции и недоступны им.

Это позволило построить ряд методов коррекции произвольной регуляции у детей с СДВГ. Общий принцип нейропсихологической коррекции при работе с детьми, имеющими дефицит внимания – формирование саморегуляции поведения через формирование структуры деятельности, в которой у этих детей неразвита «количественная» сторона, т. е. способность руководить серийными действиями. Начинать необходимо с узконаправленной деятельности, постепенно расширяя ее предметную отнесенность. Учитывая трудности, показанные в ряде работ у детей этой

группы с восприятием и воспроизведением пространственных фигур, стоит работать именно над зрительно-пространственными действиями.

Методика формирования сенсорных эталонов.

Учитывая, что у обсуждаемой категории детей тактильное восприятие в большинстве случаев сохранно, следует опираться на него и на зрение, используя в качестве материала кубик (для дальнейшей работы – пирамиду, тетраэдр, цилиндр и т. д.), желательно прозрачный пластиковый (из детского набора) или раскладывающийся из бумаги, и квадрат, из бархатной или даже мелкозернистой наждачной бумаги. Куб, как правило, изготавливается к каждому занятию путем вырезания из бумаги симметричного креста, как это показано на рисунке. Инструкция: «Сейчас мы с тобой будем рисовать куб. Давай посчитаем, сколько у него сторон, и поставим номера фломастером. Напиши, сколько всего сторон получилось (если ребенок не умеет писать, отложить равное число палочек). А вот квадрат – видишь, это как одна стенка нашего куба. Смотри: в куб можно положить монетку, или куколку, из кубика можно построить домик. А из квадрата можно построить домик? Нельзя! Закрой глаза, пощупай, что я тебе дал – куб или квадрат».

Первая серия методики – вербальный и тактильный анализ, подготовка к рисованию. Вторая серия – рисунок при наглядном образце (и куб, и квадрат, использовавшиеся в первой серии). Третья серия – рисунок при символическом образце (напечатанные на бумаге изображения куба и квадрата). При помощи данной методики решается сразу несколько задач: во-первых, организация поведения ребенка, вовлечение его в учебную деятельность; во-вторых, формирование эталонных образов-символов восприятия; в-третьих, интеграция различных анализаторных систем в единой полимодальной деятельности; в-четвертых, обучение выделению существенного признака высокого уровня обобщения (геометрическая форма).

Методика развития пространственных действий.

Данная методика является логическим продолжением методики формирования сенсорных эталонов и поэтому задействует тот же предметный материал, чтобы ребенок работал с уже знакомыми образами. На первом этапе мы предъявляем ребенку для копирования образец куба, такой же, как и в диагностическом обследовании. Но копирование теперь идет не на чистом листе, а на специальной «прописи», где передняя сторона квадрата пропечатана черным, а прочие стороны потенциального куба – штрихом. Этим мы задаем ребенку ориентировочную основу деятельности, по П.Я. Гальперину. Ребенок с опорой на образец закрашивает нужные штрихи цветным карандашом, чтобы видеть, где результат его собственной деятельности, а где – образец. На первом этапе получается не куб, а параллелепипед, но его исполнение проще для ребенка (меньше штриховых

линий), и, кроме того, на этой модели ребенок видит, что некоторые части объемной фигуры являются «невидимыми». Важным является соразмерность образца и «прописи», поскольку для детей операция масштабирования (перехода из одной системы координат в другую) крайне затруднена, это показано в ряде исследований А.В. Семенович.

На втором этапе продолжается работа с наглядным образцом, но в «прописи» добавляются новые штриховые линии, затрудняющие работу ребенка. Основной квадрат образца уже не черный, а также, штриховой. С одной стороны, появляется возможность скопировать куб «ближе к образцу», с другой – больше новых стимулов должно быть проигнорировано. Опять работа ведется цветными карандашами: лицевую сторону куба обводим черным карандашом, другие стороны – цветными. Полезно дать ребенку для ориентировки его собственные рисунки, выполненные на первой стадии (лучшие из них), чтобы он мог вспомнить, как делал это задание. На третьем этапе ребенку предъявляется «пропись», состоящая только из штрихов и без наглядного образца в виде куба для копирования (образец ему можно показать, и сразу же убрать – опора должна идти на зрительную память). Однако ему дается в качестве образца лучший из его рисунков, выполненных на втором этапе занятий. Все стороны он закрашивает цветными карандашами.

При работе по этой системе упражнений формирование саморегуляции идет по следующей линии: а) выбор из альтернатив (правильный штрих – неправильный); б) соотнесение своей деятельности с образцом, в том числе, хранящимся в памяти; в) торможение импульсивных реакций (простое закрашивание линий). Развитие пространственных умений и саморегуляции. На их основе может быть продолжено при помощи упражнений со спичками. Они просты и доступны детям практически с любого стартового уровня. Методика формирования конструктивной деятельности. На столе из 3-5-ти спичек выкладывается фигура, инструкция: «Срисуй, а потом выложи такую же». Работа начинается с простейшей фигуры – «уголок». Внимание ребенка необходимо обратить на то, как лежат спички по отношению к педагогу («Посмотри, вот у меня спички повернуты головками вверх, а у тебя?»). Головка спички является важным ориентиром. Прорисовывание схемы фигуры на листочке – или, если ребенку этого не хочется делать, можно «пойти на хитрость»: пусть он дает указания педагогу, как ему рисовать эту схему, это важный элемент формирования конструктивной деятельности, ведь как мы видели выше, именно вынесенная вовне ориентировочная основа действия помогает ребенку в регуляции его активности. Последующие фигуры получают модификацией (в том числе – поворотом вокруг своей оси) того самого первоначального «уголка» и добавлением к нему новых элементов.

На каждом занятии следует работать с 2-3-мя фигурами, чтобы не утомлять ребенка, и не истощать его мотивации. Отрабатывается 5-6 фигур в течение нескольких занятий до упрочения у ребенка способности к

организации деятельности в соответствии с образцом. Главным на первом этапе работы является не «точность» рисования и конструирования, а общее понимание эталонов формы и последовательности действий при их копировании. Необходимо на каждом этапе копирования обращать внимание ребенка на соотнесение получившейся у него фигуры с эталоном (т. е. поэлементное копирование).

Следующая группа упражнений также связана со зрительнопространственными процессами – это конструирование из кубиков Кооса. Данная методика широко применяется в нейропсихологической диагностике, и ее материал (т. е., собственно, кубики и карточки к ним) зарекомендовал себя как понятный детям разного уровня развития. Для младших школьников следует пользоваться фигурами из четырех кубиков. Для работы с этой методикой необходимо подготовить бумажные карточки-образцы, соответствующие кубикам размера (масштаб 1:1), т. к. на начальных этапах работы дети часто ставят кубики прямо на образец. Начинается работа с самой простой фигуры – «две полоски». Сначала педагог собирает фигуру (и сразу же убирает ее), затем предъявляет ребенку карточку-образец, разделенную на четыре квадрата (это важно, так как позволяет сориентироваться в количественных параметрах собираемой фигуры), а также дает карточку-подсказку со стрелками, указывающими порядок сборки фигуры.

Также он дает ребенку речевую программу: 1. Посмотри, какая фигура главная в верхнем ряду. 2. Разбей ее на квадраты. 3. Нарисуй ее. 4. Составь ее по схеме со стрелочками. 5. Точно так же составь второй ряд.

Для рисования собственного образца детям предлагается пунктирная пропись, в которой удобно цветными карандашами отметить любые конфигурации кубиков. Выполнение собственного образца необходимо для вынесения вовне ориентировочной основы действия, это звено нельзя пропускать, т. е. даже если ребенок не мотивирован на рисунок – пусть рисует педагог, но по указаниям ребенка: «А где мне сейчас раскрасить? А каким цветом?». Такой совместный образец все равно больше поможет ребенку, чем попытка сразу же интериоризировать действие. Работа с кубиками состоит из нескольких этапов с последовательным усложнением отрабатываемых образцов (от занятия к занятию): начиная от форм, содержащих минимальное количество половинчатых кубиков, и заканчивая сложными конфигурациями. Помимо карточки-подсказки со стрелками можно использовать (на более поздних стадиях) образец с цифрами – он несколько сложнее для восприятия, особенно для детей младшей возрастной группы (т. к. не дает наглядного указания, что делать, а требует перешифровки из вербальной модальности в действенную). Зато параллельно у детей формируется понимание такой абстракции, как «в направлении часовой стрелки», которым часто пользуются, но которое сложно усвоить современному ребенку, узнающему время по электронным часам.

Методика конструирования предметов из частей.

Используются разрезанные на части предметные изображения. Ребенку предлагается сложить из них целое изображение: а) по предъявляемому образцу; б) самостоятельно. Инструкция: «Художник нарисовал какой-то предмет, но разрезал эту картинку. Постарайся собрать из этих кусочков целую картинку». На первом этапе занятий ребенок собирает картинку «просто так», хаотически. Этот этап необходим для формирования более устойчивых предметных образов-представлений и выработки стратегии «достройки» образа по его части. На втором этапе необходимо собирать картинку по часовой стрелке.

Методика поиска недостающих деталей. Используются разрезанные на две-три части предметные изображения. Ребенку предлагается сложить из них целое изображение, при этом одна из частей отсутствует. Ребенку предлагается найти недостающую деталь среди четырех-пяти предъявленных. Инструкция первая: «Художник нарисовал какой-то предмет, но разрезал эту картинку. Постарайся собрать из этих кусочков целую картинку. Если не будет доставать какой-то детали, ты мне скажи». Инструкция вторая: «Посмотри на эти пять изображений, есть ли среди них та часть, которой недостает твоей рыбке. Выбери ее и составь целую картинку». При помощи описанных в данной статье методик, удастся существенно повышать уровень саморегуляции, а также развивать другие познавательные процессы (мышление, речь, образы-представления) у детей с гиперактивностью.

приложение

Программа тренинговых занятий «Общение в круге» (для детей с СДВГ старшего дошкольного возраста)

Цель – улучшение межличностного общения в коллективе сверстников.

Задачи:

- Организовать работу с детьми с использованием методики О.В. Хухлаевой по формированию «Я – концепции» (работа с эмоциями, самосознанием, ролевым поведением), развитие мимики, пантомимики, тактильных ощущений.
- Сформировать у дошкольников позитивное отношение к гендерным ролям.
- Научить гиперактивных мальчиков и девочек изменять свое поведение согласно совместно принятым правилам, научить детей нормам межличностных коммуникаций со сверстниками и взрослыми.
- Тренировать у старших дошкольников устойчивое внимание с помощью заданий игрового характера с постепенным усложнением, развивая произвольное внимание.

Занятие № 1 Тема занятия: «Давайте познакомимся!».

Ход занятия: дети входят в зал. Психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйте, мальчики, здравствуйте, девочки! Сегодня мы будем с вами учиться общаться:

1. Встаньте в круг по моему сигналу: мальчик — девочка, я вам назову правила игры: не нарушать круг, слушать друг друга и четко выполнять указания взрослого». Начинает упражнение психолог, обращаясь к мальчику, стоящему слева, и упражнение передается по кругу дальше – от мальчика к девочке, и так далее, слева направо.

2. Упражнение «Давайте здороваемся!». Психолог, обращаясь к соседу слева, говорит: «Здравствуй, Саша!». И так по кругу: мальчики здороваются с девочками, девочки – с мальчиками.

3. Упражнение «Назовите свое имя». «Я – Валя, а ты кто?». И так по кругу, слева направо, упражнение возвращается к психологу.

4. Упражнение «Скажите комплимент друг другу»: «Оля! Ты – красивая!». И так по кругу.

5. Упражнение «Подарите улыбку друг другу»: «Никита! Я дарю тебе улыбку!». Передается по кругу.

6. Упражнение «Объяснитесь в любви друг другу»: «Лена! Я тебя люблю!». Передается по кругу.

7. Упражнение «Разбалансировка»: «Я даю тебе свою крепкую мужскую руку, я даю тебе нежную женскую ладонь». И так по кругу дети подают друг другу свои ладони. Взявшись за руки, они покачиваются влево – вправо, не отрывая ноги от пола.

Занятие № 2 Тема занятия: «Что вам нравится?».

Ход занятия: дети входят в зал. Психолог, обращаясь к детям, здоровается с ними: «Здравствуйте, мальчики, здравствуйте, девочки! Закройте глаза, послушайте музыку.

1. Определите свое настроение, отметьте в круге цветными карандашами» (на листе бумаги нарисованы круги; их нужно раскрасить). Дети, называя цвет своего настроения («Мое настроение сегодня желтого цвета»), раскрашивают круг желтым карандашом.

2. «Позовите друга (подругу) в круг»: «Лена! Я приглашаю тебя в круг!». И так, передавая свое приглашение, образуют круг.

3. Упражнение «Давайте здороваемся». Если это утро: «Доброе утро, Коля!». Упражнение передается по кругу.

4. Упражнения «Давайте познакомимся», «Назовите себя по фамилии»: «Моя фамилия Петрова, а твоя?»

5. Упражнение «Я – хорошая, ты – хороший». И так по кругу.

6. Упражнение «Расскажите, что тебе нравится делать: «Мне нравится рисовать. А тебе?». И так по кругу.

7. Упражнение «Скажите о себе красивые, ласковые слова»: «Я – умная! А ты?». И так по кругу.

8. Упражнение «Подарите улыбку»: «Саша! Я дарю тебе улыбку!». И так по кругу.

9. Упражнение «Разбалансировка»: «Я даю тебе свою крепкую мужскую руку», или «Я даю тебе свою нежную, теплую женскую ладошку». Дети берутся за руки и покачиваются влево – вправо с закрытыми глазами.

Занятие №3 Тема занятия: «Подарим другу подарок».

Ход занятия: дети входят в зал, психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйте, мальчики и девочки! Взрослые, обращаясь к друг другу,

желая подчеркнуть свое уважение, обращаются на «Вы» и я, желая показать свое уважение к вам, буду говорить – «Вы». Если вам захочется говорить сегодня, играя в круге, друг другу «Вы», то можете так говорить».

1. Упражнение «Определите свое настроение» (закройте глаза и определите цвет своего настроения), закрасьте круг тем цветным карандашом, какой цвет вам увиделся.

2. Упражнение «Позовите в круг своего друга, подругу»: «Никита, я приглашаю Вас в круг». И так по кругу.

3. Упражнение «Я – хорошая, Вы – хороший». И так по кругу.

4. Упражнение «Назови свое большое имя»: «Я – Валентина, а Вы?». И так по кругу.

5. Упражнение «Подари свой воздушный поцелуй соседу, соседке»: «Дима! Я дарю Вам воздушный поцелуй!».

6. Упражнение «Подари соседу комплимент»: «Оля! Ты очень добрая!». И так по кругу.

7. Упражнение «Сделай подарок другу; подруге» (пантомима – руками нужно изобразить подарок: « Степа! я дарю Вам...» (психолог руками показывает круг и изображает ниточку. Дети изображают руками предметы, напоминающие подарки).

8. Упражнение «Прощайтесь разными способами». Психолог говорит: «До свидания!» Можно помахать рукой и т. д.

9. Упражнение «Разбалансировка»: дети берутся за руки и, не отрывая ноги от пола, закрыв глаза, покачиваются то влево, то вправо. Психолог предлагает мысленно превратиться в разноцветные воздушные шарик, которые покачиваются на ветру то влево, то вправо.

Занятие №4 Тема занятия: «Назовите любимое животное».

Ход занятия: дети входят в зал, психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйте, мальчики и девочки! На стульчиках разложены разные мягкие игрушки, выберите себе любимую игрушку».

1. Упражнение «Давайте поздороваемся с друзьями-игрушками разными способами»: «Привет, зайка!» (берут за лапку). И так каждый ребенок берет в руки любимое животное (игрушку) и здоровается с ним разными способами.

2. Упражнение «Определите цвет настроения». Включается спокойная классическая мелодия. Дети, закрыв глаза, прислушиваются. Психолог предлагает им увидеть цвет своего настроения и назвать, какой цвет они увидели. Это и будет цвет настроения в данную минуту.

3. Упражнение «Позовите друга в круг»: «Витя, я приглашаю тебя в круг!». И так по кругу.

4. Упражнение «Разбалансировка». Дети берут друг друга за руки и с закрытыми глазами, не отрывая стопы от пола, покачиваются по сигналу психолога влево – вправо.

5. Упражнение «Поздоровайтесь друг с другом без слов». Ребенок протягивает руку соседу слева, а он – своей соседке и так далее по кругу. Можно предложить прижаться щекой к щеке и сказать, что так здороваются с очень близкими людьми (родителями, друзьями).
6. Упражнение «Я – хорошая, ты – хороший». И так по кругу.
7. Упражнение «Назовите друга ласково»: «Солнышко!» или «Лапушка!». Можно по имени: «Коленька!».
8. Упражнение «Назови свое любимое животное»: «Мое любимое животное – котенок, а Ваше?». И так по кругу.
9. Упражнение «Назови свое любимое занятие»: «Я люблю танцевать, а вы?». И так по кругу.
10. Упражнение «Подари другу воздушный поцелуй». Дети по кругу передают воздушный поцелуй.
11. Упражнение «Разбалансировка». Дети берутся за руки и покачиваются с закрытыми глазами.
12. Упражнение «Давайте попрощаемся со своими любимыми игрушками»: «До свидания, песик!», «Пока!» И так по очереди.

Занятие №5 Тема занятия: «Кому подарите свое доброе сердце?».

Ход занятия: дети входят в зал, психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйте, мальчики, здравствуйте, девочки!».

1. Упражнение «Поздороваемся с друзьями-игрушками. Если сейчас вечер: «Добрый вечер, мишка!» (все здороваются с выбранными игрушками).
2. Упражнение: «Потанцуем с друзьями-игрушками под музыку». Включается танцевальная мелодия в ритме вальса, и все дети с игрушками в руках кружатся по кругу.
3. Упражнение: «Пригласи друга, подругу в круг»: «Я приглашаю Вас, Саша, в круг». Мальчик приглашает девочку, девочка приглашает мальчика.
4. Упражнение «Разбалансировка». Дети, взявшись за руки, покачиваются с закрытыми глазами влево – вправо.
5. Упражнение «Я – хорошая. Вы – хороший». Так по кругу девочка передает задание мальчику.
6. Упражнение «Пожмите ладонь и скажите, какая она!»: «Коля! Ваша ладонь теплая, (мягкая, нежная...)». Так по кругу.
7. Упражнение «Кому подарите свое доброе сердце?»: «Соня! Я дарю Вам свое доброе сердце!». Так по кругу.
8. Упражнение «Я – волшебник, я превращаю Вас в сказочный цветок – фиалку...». И так по кругу.
9. Упражнение «Возьмите волшебный мячик и скажите, на что он похож?» («На земной шар, на луну и т. п.»).
10. Упражнение «Подарите другу улыбку»: «Петя! Я дарю тебе улыбку!». И так по кругу дети передают улыбку.
11. Упражнение «Подарите другу любовь»: «Степа! Я дарю Вам свою любовь». Так по кругу дети учатся говорить друг другу слова любви.

12. Упражнение «Разбалансировка». Дети, взявшись за руки, покачиваются из стороны в сторону.

13. Упражнение «Представьте цвет своего настроения». Дети, закрыв глаза, стараются увидеть разные цвета.

14. Попрощайтесь разными способами: «До свидания!», «До завтра!», «До скорой встречи!» и т. п. Дети прощаются с игрушками.

Занятие №6 Тема занятия: «Я – птица!».

Ход занятия: дети входят в зал, психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйтесь, мальчики, здравствуйтесь, девочки!».

1. Упражнение «Давайте поздороваемся» (взять в руки игрушку и поздороваться по-разному), и так по кругу.

2. Упражнение «Давайте потанцуем» (с игрушками). Дети берут в руки мягкие игрушки и танцуют под музыку в быстром темпе.

3. Упражнение «Давайте покривляемся» (перед зеркалом: нахмуриться, рассердиться, погрузиться, удивиться, порадоваться).

4. Упражнение «Пригласи друга (подругу) в круг»: «Я приглашаю тебя, Олег, в круг. И так мальчик, приглашает девочку, а девочка – мальчика. Выстраивается круг общения.

5. Упражнение «Разбалансировка»: «Я даю тебе, Юра, теплую женскую ладонь. Я даю тебе, Маша, сильную мужскую руку». Дети, взявшись за руки, раскачиваются из стороны в сторону с закрытыми глазами.

6. Упражнение на ассоциации «Я – птица ласточка, а вы?» Называя птиц (мальчики – желательного мужского рода, а девочки – женского), показывают движения, взмахивая руками, как птицы крыльями. Так по кругу.

7. Упражнение на ассоциации: «Я – дерево береза, а вы?» Мальчики называют деревья мужского рода, а девочки – женского. Так по кругу, показывая руками, какое дерево.

8. Упражнение с мячом по кругу: «Передайте комплимент»: «У вас чудесная улыбка».

9. Упражнение «Я красивая, а вы?». Мальчики называют мужские черты, а девочки – женские. Так по кругу.

10. Упражнение «Подарите любовь». Обнимая друг друга, говорят: «Я люблю вас!».

11. Упражнение «Разбалансировка».

12. Попрощайтесь с игрушками разными способами: «До свидания!», «До завтра!», «До скорой встречи!» и т. п.

13. Отметьте свое настроение в цвете (закрасьте кружок). Дети, закрыв глаза, под музыку представляют свое настроение в цвете. Подходят к психологу и закрашивают цветными карандашами на листе бумаги круги.

Занятие №7 Тема занятия: «Скажите комплимент».

Ход занятия: дети входят в зал, психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйте, мальчики, здравствуйте, девочки!».

1. Упражнение «Давайте поздороваемся». Дети берут в руки мягкие игрушки и здороваются с ними.
2. Упражнение «Давайте потанцуем с игрушками». Под быструю ритмичную музыку дети танцуют.
3. Упражнение «Волшебные пузыри» (поймать и назвать его цвет). Психолог пускает мыльные пузыри. Дети, подставляя ладонь, ловят их и называют цвет пойманного пузыря.
4. Упражнение «Раскрасьте волшебный шарик в любимый цвет». Дети раскрашивают кружочки на листе бумаги в тот цвет, какого цвета пузырь поймали.
5. Упражнение «Позовите соседа, соседку в круг!»: «Я приглашаю Вас, Илья, в круг. Дети, приглашая друг друга, образуют круг (мальчик приглашает девочку).
6. Упражнение «Разбалансировка». Взявшись за руки, дети с закрытыми глазами покачиваются влево – вправо.
7. Упражнение «Я – хорошая, Вы – хороший». Так по кругу.
8. Упражнение «Комплимент по кругу»: «Марк, Вы – мужественный!». Так по кругу мальчик говорит хорошие слова девочке, а девочка – мальчику.
9. Упражнение «На какое животное хочешь походить?»: «Я похожа на лисичку! (показывает движением тела, рук, какая лисичка). А вы»? Так по кругу. Мальчик называет животное мужского рода, девочка – женского.
10. Упражнение «Передай мяч по кругу с ласковым словом»: «Я – красавица», «Я – умница», «Я – силач!». Так по кругу.
11. Упражнение «Подари улыбку!»: «Слава, я дарю Вам улыбку!». Так по кругу.
12. Упражнение «Разбалансировка». Дети, взявшись за руки, покачиваются с закрытыми глазами влево – вправо.
13. Упражнение «Прощание с друзьями»: «До свидания!», «Пока!», «До встречи!» и т. п. Дети прощаются с игрушками.

Занятие №8 Тема занятия: «Я – волшебница!».

Ход занятия: Дети входят в зал, психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйте, мальчики, здравствуйте, девочки!».

1. Упражнение на выброс энергии: подпрыгнем выше, поймем лучик солнца, достанем облака. Дети под музыку в быстром темпе подпрыгивают вверх, представляя, что они достают руками облака или луч солнца.
2. Упражнение «Давайте покривляемся»: (дети стоят перед зеркалом) покажите на лице чувство грусти, злости, удивления, радости.
3. Упражнение «Поймайте волшебный шарик и назовите его цвет» (отметьте настроение в кружочке). Дети ловят на ладонь мыльный пузырь и называют, какого он цвета по их представлению. Раскрашивают круг.

4. Упражнение «Я дарю вам солнечный лучик!»: «Марк! Я дарю Вам солнечный лучик!». Так по кругу.
5. Упражнение «Разбалансировка». Дети берутся за руки и покачиваются с закрытыми глазами влево – вправо.
6. Упражнение «Прикоснитесь к моей ладони и скажите, какая она» (теплая, мягкая, нежная...). Так по кругу.
7. Упражнение «Подарите соседу, соседке воздушный шарик разного цвета»: «Я дарю вам воздушный шарик красного цвета». Дети руками рисуют кружок на палочке. И так по кругу.
8. Упражнение «Подарите соседу, соседке улыбку»: «Рома! Я дарю Вам улыбку!». Так по кругу.
9. Упражнение «Подарите соседу, соседке комплимент»: «Света! Вы – добрая, веселая, необыкновенная...»). Так по кругу.
10. Упражнение «Я – волшебница, я превращаю Вас в сказочное существо – принцессу (в принца)». Так по кругу.
11. Упражнение «Разбалансировка». Дети берутся за руки и с закрытыми глазами покачиваются вправо – влево.
12. Упражнение «Давайте попросимся» разными способами: «До свидания!», и, взмахнув рукой, уходят; «Пока!» – посылают воздушный поцелуй и т. д.

Занятие №9 Тема занятия: «Я люблю...».

Ход занятия: дети входят в зал, психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйте, мальчики, здравствуйте, девочки!». Дети взяли в руки мягкие игрушки. Поздоровались с игрушками, потанцевали под музыку.

1. Психолог пускает пузыри, а дети, поймав пузырь на ладонь, называют его цвет.
2. Психолог предлагает раскрасить кружок в увиденный ребенком цвет.
3. Упражнение: «Приглашение в круг»: «Маша, я приглашаю Вас в круг».
4. Упражнение «Разбалансировка». Дети, взявшись за руки, покачиваются вправо – влево с закрытыми глазами.
5. Упражнение «Я – хорошая, вы – хороший». Так по кругу.
6. Упражнение с мячом: «Назовите, какой вы?» (Мяч передается по кругу): «Я — добрая, а Вы?»
7. Упражнение «Передайте прикосновение». Что почувствовали? Какая я?» Вы – мягкая, теплая,...».
8. Упражнение «Что я люблю?»: «Я люблю слушать музыку, рассматривать картины, а вы?».
9. Упражнение «Я могу!». Мальчики – «Я могу быть сильным...!». Девочки: «Я могу быть нежной!».
10. Упражнение «Передайте улыбку!». Так по кругу дети передают свои улыбки.
11. Упражнение «Разбалансировка». Дети, взявшись за руки, с закрытыми глазами покачиваются влево – вправо.

12. Упражнение «Прощание с друзьями»: «До свидания!», «Пока!», «До скорой встречи!» и т. д.

Занятие №10 Тема занятия: «Имя шепчет волна».

Ход занятия: дети входят в зал. Психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйтесь, мальчики, здравствуйтесь, девочки!».

1. Упражнение «Поздоровайтесь с игрушками, если это утро»: «Доброе утро, кошечка!». Так все дети здороваются с понравившейся игрушкой.

2. Упражнение «Давайте потанцуем с игрушками!». Под мелодию вальса дети кружатся с игрушками в танце.

3. Упражнение «Отметьте в круге цвет своего настроения». Дети, закрыв глаза, под музыку определяют цвет своего настроения и раскрашивают кружочек на листе бумаги.

4. Упражнение «Кто выше прыгнет». Психолог предлагает мальчикам и девочкам подпрыгнуть, кто выше.

5. Упражнение «Позовите друга, подругу в круг»: « Степа, я приглашаю Вас в круг».

6. Упражнение «Разбалансировка». Дети, взявшись за руки, раскачиваются из стороны в сторону.

7. Упражнение «Имя шепчет волна». Прошепчи имя соседа или соседки: «Волна шепчет имя Степа!».

8. Упражнение «Мне в Вас нравится...» с передачей мяча. «Мне нравится ваша доброта» – девочкам. Мальчикам: «Мне нравится ваша сила».

9. Упражнение «Золотой ключик»: «Я дарю Вам ключик от своего сердца». Передается по кругу ключик.

10. Упражнение «Спасибо – пожалуйста». Мальчикам и девочкам предлагается ласково сказать эти слова по очереди. Так по кругу.

11. Упражнение «Я – хорошая, вы – хороший!». Так по кругу.

12. Упражнение «Я – цветок» (на ассоциации): «Я – солнечная ромашка!» (если говорит девочка). «Я – голубой василек!» (если говорит мальчик).

13. Упражнение «Подарите соседу, соседке улыбку»: «Я дарю Вам улыбку». Так по кругу.

14. Упражнение «Разбалансировка». Взявшись за руки, дети с закрытыми глазами покачиваются из стороны в сторону.

15. Упражнение «Попрощайтесь с друзьями»: «До свидания, котенок!». Все дети прощаются со своими игрушками.

Занятие №11 Тема занятия: «Я – скульптура».

Ход занятия: дети входят в зал, психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйтесь, мальчики, здравствуйтесь, девочки!».

1. Упражнение «Представьте цвет своего настроения» под музыку. Отметьте свое настроение в круге.

2. Упражнение на ассоциации «Представьте себя медведем (медведицей)», «Представьте себя зайцем (зайчихой)», «Представьте себя петушком (мальчики) или курочкой (девочки)». Дети движениями и голосом показывают выбранного персонажа.
3. Упражнение «Позовите своего друга, свою подругу в круг»: «Ваня! Я приглашаю вас в круг». Так все дети встают в круг.
4. Упражнение «Разбалансировка». Дети стоят в круге с закрытыми глазами и покачиваются вправо – влево.
5. Упражнение «Пропойте имя друга, подруги». Дети поют имя своего соседа слева ласково: «Костик!».
6. Упражнение «Ласковое свое имя» (как дома называют): «Меня дома называют Ванечкой, а вас?».
7. Упражнение «Подарите другу, подруге подарок». Дети руками изображают предмет, похожий на подарок.
8. Упражнение «Я люблю свою маму, а вы?». Так по кругу дети называют любимого человека.
9. Упражнение «Я – волшебница. Я превращаю вас в красивое дерево». Девочки называют деревья женского рода, мальчики – мужского: «Я – стройная березка, я – могучий дуб».
10. Упражнение «Подари другу, подруге улыбку»: «Сережа! Я дарю вам улыбку!». Так по кругу.
11. Упражнение «Скульптура». Дети по заданию психолога изображают скульптуру спортсмена: мальчики – боксера, девочки – фигуристку.
12. Упражнение «До свидания» (без слов) на развитие жестов, мимики, пантомимики.

Занятие №12 Тема занятия: «Ладонь, полная солнца». Ход занятия: дети входят в зал, психолог, обращаясь к ним, здоровается: «Здравствуйте, мальчики, здравствуйте, девочки!».

1. Упражнение «Давайте покривляемся»: покажите лицом, всем телом, что вы рассердились, а теперь – удивились, а теперь – развеселились.
2. Игра «Я – лягушка», «Ква-ква» – подпрыгивание вверх. Дети показывают движения подпрыгивающей лягушки, при этом издают голосом звуки, подражая лягушке.
3. Упражнение «Я – зайчик-побегайчик». Бег по кругу с прыжками.
4. Упражнение «Закройте глаза и представьте цвет своего настроения». Отметьте в кружочке.
5. Упражнение «Позовите друга, подругу в круг»: «Саша! Я приглашаю Вас в круг».
6. Упражнение «Разбалансировка». Дети, взявшись за руки, покачиваются из стороны в сторону.
7. Упражнение «Ладонь, полная солнца»: положите ладонь на солнце (нарисовано) и подарите его тепло соседу, соседке по кругу: «Я дарю Вам свою ладонь, полную солнца!».

8. Упражнение «Я посылаю Вам свою любовь», передавая по кругу мячик.
9. Упражнение «Мне в себе нравится, мне в тебе нравится».
10. Упражнение «Я – волшебница, я превращаю Вас в волшебную птицу».
11. Упражнение «Чьи это руки?». Мальчики и девочки угадывают с закрытыми глазами, кому принадлежат руки. Психолог завязывает глаза одному из детей, ставит его в круг. Дети вытягивают по очереди руки вперед, а ребенок по рукам узнает хозяйку этих рук или хозяина.
12. Упражнение «Разбалансировка». Дети, взявшись за руки, покачиваются из стороны в сторону с закрытыми глазами.
13. Упражнение «Фото на память». Дети встают перед зеркалом по одному. Психолог предлагает улыбнуться. Кто-то из детей исполняет роль фотографа.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста / под ред. Л.С. Цветковой. – М. : МПСИ, 2001.
2. Баркли, Р.А. Дети с вызывающим поведением: клиническое руководство по обследованию ребенка и тренингу родителей / Р.А. Баркли ; пер. с англ. – М., 2011. – 272 с.
3. Брызгунов, И.П. Дефицит внимания с гиперактивностью у детей / И.П. Брызгунов, Е.В. Касатикова. – М. : Медпрактика, 2002.
4. Кошельков, Д.А. Особенности произвольной регуляции деятельности у детей 5-6-ти лет с признаками дефицита внимания б1 и гиперактивности / Д.А. Кошельков, О.А. Семенова // Альманах «Новые исследования». – М. : Вердана. – 2009, №2 (19). – С. 47-48.
5. Лукьянова, И. Экстремальное материнство. Счастливая жизнь с трудным ребенком / И. Лукьянова. – Никая, 2017. – 416 с.
6. Семенович, А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте / А.В. Семенович. – М. : Академия, 2002.