

## Как помочь гиперактивному ребенку

- Установите причину гиперактивности, проконсультируйтесь со специалистами. Часто в анамнезе такого ребенка есть родовая травма, ММД (минимальная мозговая дисфункция).
- Всегда убирайте опасные предметы из поля зрения ребенка (острые, бьющиеся предметы, лекарства, бытовую химию и т.д.).
- Вокруг ребенка должна быть спокойная обстановка.
- С таким ребенком необходимо общаться мягко, спокойно, т.к. он, будучи очень чувствительным и восприимчивым к настроению и состоянию близких людей, «заражается» эмоциями, как положительными, так и отрицательными.
- Не превышайте нагрузки, не стоит усиленно заниматься с ребенком, чтобы он был таким, как другие сверстники. Бывает, что такие дети обладают неординарными способностями, и родители, желая их развить, отдают ребенка сразу в несколько секций, «перескакивают» через возрастные группы. Этого делать не следует, т.к. переутомление ведет к ухудшению поведения, к капризам.
- Не допускайте перевозбуждения. Важно строго соблюдать режим до мелочей. Обязателен дневной отдых, ранний отход ко сну на ночь, подвижные игры и прогулки должны сменяться спокойными играми, прием пищи в одно и в тоже время и т.д. Друзей не должно быть слишком много.
- Старайтесь делать меньше замечаний, лучше отвлеките ребенка. Количество запретов должно быть разумным, адекватным возрасту.
- Чаще хвалите за то, что получается. Хвалите не слишком эмоционально во избежание перевозбуждения.

- Когда просите что-то сделать, старайтесь, чтобы речь не была длинной, не содержала сразу несколько указаний. Разговаривая, смотрите ребенку в глаза.

- Не заставляйте ребенка долгое время спокойно сидеть. Следите за ним, если вопросов становится слишком много и не по теме, ребенок ушел в другой угол класса, значит, он уже устал.

- Приобщайте ребенка к подвижным и спортивным играм, в которых можно разрядиться от вьющей ключом энергии. Ребенок должен понять цель игры и учиться подчиняться правилам, учиться планировать игру.

- Освойте элементы массажа, направленные на расслабление и регулярно проводите его. Поможет сосредоточиться легкое поглаживание по руке, по плечу в процессе чтения или другого занятия.

- Прежде чем отреагировать на неприятный поступок ребенка, сосчитайте до 10 или сделайте несколько глубоких вдохов, постарайтесь успокоиться и не терять хладнокровие. Помните, что агрессия и бурные эмоции порождают те же чувства и у малыша.

- Гасите конфликт, в котором замешан ребенок, уже в самом начале, не ждите бурной развязки.

- Гиперактивный ребенок - особый, являясь очень чувствительным, он остро реагирует на замечания, запреты, нотации. Он очень нуждается в любви и понимании. Причем в любви безусловной, когда ребенка любят не только за хорошее поведение, послушание, аккуратность, но и просто за то, что он есть!

- Когда становится совсем тяжело, вспомните, что к подростковому возрасту, а у некоторых детей и раньше, гиперактивность проходит. Важно, чтобы ребенок подошел к этому

возрасту без груза отрицательных эмоций и комплексов неполноценности.

### **О мотивации младших школьников**

*Мотивации – активные состояния мозговых структур, побуждающие человека совершать наследственно закрепленные или приобретенные опытом действия, направленные на удовлетворение индивидуальных или групповых потребностей (из словаря).*

Дети приходят в школу со стремлением вступить в иную жизнь, социально более важную и окрашенную учением. Это не жажда к учению, подкрепленная осознанными и действенными мотивами. Ребенок «хочет» того, чего он еще не знает и будет знать позже, когда перед ним будут ставить все более усложненные учебные задачи.

Управлять мотивацией значит формировать определенное отношение к школе. Под этим подразумевается не беспрекословное подчинение и послушание педагогу, а стремление к сотрудничеству с педагогом с целью присвоения знаний, морально-этических норм и личностных качеств.

Для того чтобы выбрать оптимальные приемы повышения мотивации младших школьников необходимо знать причины низкой мотивации.

Психологи выделяют следующие:

- 1) низкий уровень готовности к обучению;
- 2) низкий социальный опыт;
- 3) особенности психофизиологического развития;
- 4) неудовлетворение личностных потребностей, среди которых самоактуализация и самосознание, принятие группой, самоуважение и самопринятие, физическая и психологическая безопасность и т.п.
- 5) неадекватная самооценка;

б) несоответствие в соотношении настроенных к функционированию и развитию сил школьника с учебным материалом.

Слишком трудные и легкие задания - основные причины уклонения учащихся от учения. При этом наблюдается снижение познавательного интереса, ослабление переживания положительных эмоций, отсутствие чувства радости от преодоления трудностей овладения, открытия, познания.

7) отсутствие трудностей, возникающих в процессе присвоения учебного материала и вызывающих напряженную работу познавательных сил;

8) отсутствие фиксации достижений, положительного результата - достижение общественно значимой и личностной намеченной цели в результате определенной напряженной работы познавательных сил (для ребенка особенно важно кто и как оценивает).