

## **Возрастные психологические особенности младшего школьника от 6 до 10 лет**

### **Гиперактивность**

Гиперактивность — комплексное нарушение поведения, проявляющееся в неуместной избыточной двигательной активности, дефектах концентрации внимания, неспособности к организованной, целенаправленной деятельности. Гиперактивность негативно сказывается на взаимоотношениях с окружающими, приводит к снижению самооценки и школьной успеваемости, несмотря на то, что общий уровень интеллектуального развития детей, страдающих гиперактивностью, обычно соответствует норме. Первые проявления гиперактивности наблюдаются в дошкольном возрасте. Установлено, что в большинстве случаев имеет место органическое поражение ЦНС, которое может быть обусловлено как наследственными (генетическими) факторами, так и неблагоприятными условиями развития (патология беременности, инфекции, травмы и т.п.). Диагностика гиперактивности находится в компетенции специалистов, умеющих отличить данный синдром от иных болезненных состояний (неврозов, психопатий, задержки психического развития и др.), а также от индивидуальных особенностей темперамента ребенка. Дети, страдающие гиперактивностью, требуют особого педагогического подхода — дозирования учебных нагрузок, рациональной смены видов деятельности<sup>1</sup>.

### **Родителям**

Сегодня многие родители достаточно часто сталкиваются с гиперактивностью ребенка, признаками которого являются:

- повышенная двигательная активность (ребенок обычно не может спокойно усидеть на стуле, при волнении очень активно задействует руки и ноги, постоянно встает со своего места, бегает, ползает, прыгает);

---

<sup>1</sup> Педагогический энциклопедический словарь / Гл. ред. Б.М. Бим-Бад. М.: Большая рос. энцикл., 2002. 527 с.

- трудности внимания (ребенок не может выполнять монотонные длительные действия, ему сложно концентрироваться, улавливать суть, часто недоделывает начатые дела до конца);
- быстрое забывание информации (из-за невнимательности у него возникают сложности с заучиванием стихов, иногда ему даже трудно повторить только что услышанное);
- отсутствие сдержанности (ребенок не умеет дожидаться своей очереди ответить на уроке, выкрикивает с места, может без спроса вторгнуться в чужую беседу);
- беспокойный сон (поза гиперактивного ребенка во сне постоянно меняется, дрыгает и пинается ногами, часто вертится);
- повышенный интерес ко всему происходящему, но в то же время и быстрое «остывание» (ему сложно долгое время слушать объяснения взрослых и вникать в суть нового увлечения, из-за чего у него вспыхивает интерес к новым вещам).

Рекомендации для родителей по воспитанию гиперактивных детей:

1. Если вы что-то запрещаете ребенку, то всегда объясняйте, почему вы это делаете, и предлагайте сразу альтернативу для него. Например, скажите вместо «Не надо рисовать на столе» фразу «Лучше рисуй в альбоме». Старайтесь избегать слов «нет», «нельзя» и частицу «не».
2. Даже если вы очень рассержены, то контролируйте свои эмоции. Гиперактивные дети быстро становятся импульсивными, если с ними говорят на повышенных тонах и кричат на них.
3. Не давайте сразу несколько поручений подряд, таким детям сложно удержать во внимании большой объем информации.
4. Помогайте ребенку следить за временем, в течение которого он выполняет какое-либо занятие, так как гиперактивным детям трудно ощущать временные рамки.

5. Очень важно соблюдение режима дня. Желательно, чтобы завтрак, зарядка, школа, обед, выполнение домашнего задания, ужин и т.д. были в одно и то же время.

6. Отмечайте его, пусть даже маленькие, успехи и старания. Ребенку необходимо чувствовать, что им реально интересуются, его поддерживают и заботятся о нем.

7. Когда он выполняет задания, уроки, то не отвлекайте его.

8. Необходимо создать личное игровое и (или) учебное пространство для ребенка, чтобы это было исключительно его территорией.

9. Гиперактивным детям для выплеска своей физиологической и эмоциональной энергии следует посещать дополнительные кружки и секции.

10. Следите за состоянием ребенка, чтобы он не переутомлялся, так как высокий уровень усталости может способствовать снижению самоконтроля и, как следствие, гиперактивному поведению.

11. Каждый раз объясняйте ребенку правила хорошего поведения, вседозволенность — не лучший способ в процессе воспитания. Он должен понимать, что можно делать, а что — нет.

12. Старайтесь избегать мест, где очень большие скопления людей, что может негативно оказывать влияние на состояние ребенка.