*Гиперактивный ребенок требует особого внимания и индивидуального подхода.* В первую очередь надо помнить, что диагноз СВДГ ставится только профильным специалистом, и программа реабилитации и адаптации такого ребенка разрабатывается ими же индивидуально.

А пока специалисты работаю, мы предлагаем простые игры, которыми можно занять ребенка и в небольшой степени помочь.

Гиперактивный ребенок сложнее воспринимает инструкции, поэтому они должны быть простыми и четкими. Малыш должен крепко усвоить правила игры или занятия. Однако ему может быть сложно подчиняться им длительное время. Каждые 15-20 минут необходимо делать небольшие перерывы.
А еще – такого ребенка обязательно поощрять – это может быть похвала или ваша личная «валюта». Например, медальки, накопив некоторое количество которых ребенок получит какой-то приз.

РУЧКИ ЗОЛОТЫЕ

Если малыш сломал что-то, кого-то ударил, в общем, набедокурил, возьмите лист бумаги, обведите ладошку малыша. Пририсуйте ей глазки, носик, сердечко. Даже пупочек))) А потом поговорите с ладошкой. Начните сами и постепенно втягивайте малыша в диалог.

Спросите что это за ручка, какое у нее настроение, что она любит и умеет делать, а что нет. Не упрекайте эти хулиганистые ручки! Сконцентрируйтесь на хороших вещах – поделки, ласковые движения и пр.
После перечисления похвалите ручку и договоритесь, что в течение какого-то времени она будет стараться делать только хорошие дела. Это может быть два три дня, в случае диагноза СДВГ это может быть один день или даже более короткий срок.

СЛУШАЙ ТИШИНУ

В эту игру ребенок может играть один или в компании. По сигналу, например, включенной музыке, хлопку ладошек ребенок начинает бегать, прыгать, танцевать. По следующему сигналу(выключению музыки) он должен перестать двигаться, сесть на стул или остаться стоять и начать слушать тишину вокруг. Потом попросите ребенка рассказать, что он услышал – шум машины за окном, стук двери. Перед началом игры обязательно проговорите – что надо слушать и на что обращать внимание. Такая игра поможет развить внимание и владение собой.

НЕЖНЫЙ ДРУГ

Дайте ребенку пушистую и приятную на ощупь игрушку в ладошки. Скажите, что она устала, испугана, грустит – надо ее пожалеть, защитить, поддержать. Главное, держать игрушку в ладошках аккуратно, не сжимая сильно и не повреждая. Такая игра разовьет эмпатию и научит контролировать мышечное усилие.

РАСКОПКИ
Погрузите ладонь в емкость с песком или другим не пачкающим наполнителем. Предложите ребенку раскапывать ладонь не касаясь ее – аккуратными движениями. Как только коснулся – вы меняетесь с ним местами. Эта игра также учит мышечному контролю и терпению.

ГРОМКО-ТИХО-МОЛЧА
Подготовьте три фигуры или листа красного, желтого и зеленого цветов. Если вы поднимаете красную – можно бегать-прыгать, кричать и скакать. Если желтую – надо начинать двигаться спокойно. А если зеленую – замереть на месте. Такая игра обучит самоконтролю а еще поможет выпустить пар!

И, конечно же, Чулок Совы, Яйцо Совы, Соволет и другие волшебные вещи совы тоже помогают в игре и занятиях с гиперактивными детками. А утяжеленные вещи помогают им успокоиться.