

Поради для вчителів гіперактивних учнів

«Вони абсолютно некеровані», «За ними неможливо встежити», «Такі непосидючі, ніколи не завершують розпочату справу!» – саме так говорять про дітей, які не можуть зосередитися на поясненнях вчителя, довго втримати увагу на завданні та спокійно відсидіти весь урок. Дуже довго таких учнів намагалися карати, виправляти, навіть не помічати, але все марно... І не дивно, адже така поведінка часто не має нічого спільного з поганим вихованням чи темпераментом, вірогідно, дитина має розлади з дефіцитом уваги та гіперактивністю (РДУГ).

Цей синдром має три основних симптома:

- Неуважність чи неспроможність сконцентруватися на тій чи іншій діяльності.
- Гіперактивність– надмірна рухомість.
- Імпульсивність.

Ці симптоми помітно впливають на рівень успішності дитини у навчанні. Якщо такі учні не отримуватимуть достатньо уваги, то підсумок передбачуваний– відсутність необхідних знань та, як наслідок, погані оцінки.

Проте працювати з дітьми, що мають діагноз РДУГ, цілком можливо, потрібно лише враховувати деякі особливості їхньої поведінки. І ви побачите, що насправді впоратися з гіперактивними дітьми не так вже й складно!

Поради для проведення уроків

1. Індивідуальний підхід

Будувати роботу з гіперактивною дитиною необхідно на засадах особистісного підходу: звичайний режим їй не підійде. І головне– учень завжди має бути в полі вашого зору. Посадіть його ближче до себе, найкраще– за першу парту перед столом чи у середньому ряді. Якщо учень буде сидіти за останньою партою, то у вас фактично не буде шансів втримати його увагу.

Пам'ятайте, що гіперактивному школяреві дуже важко постійно сидіти, тому дозволяйте йому періодично вставати та ходити класом. А щоб він не нудився, спрямуйте його енергію у корисне русло, наприклад, попросіть вимити дошку чи роздати зошити. Це також допоможе дитині відчувати себе корисною.

А ще ви можете ввести регулярні фізкультурні п'ятихвилинки, що буде корисно для всіх без винятку учнів! Перерви на фізичні вправи дуже важливі. Гіперактивні діти зможуть позбутися надлишку енергії та приступити до роботи. Діти можуть стрибати, нахилитися, присідати. Головне, менше статичності! Що вже й казати: уроки фізкультури для гіперактивних учнів завжди улюблені.

2. Побудова навчального процесу

Діти з розладами дефіциту уваги та гіперактивністю такі ж розумні, як і інші, просто їм складніше дається навчальний матеріал. Тож допоможіть учню: використовуйте під час уроку елементи змагання чи гри, та не забувайте хвалити за успіхи.

Не треба давати дитині з синдромом РДУГ об'ємні завдання, краще розділіть їх на декілька невеликих частин. При цьому чітко дуже стисло окресліть умови виконання. Контролюйте роботу над кожною частиною завдання, але не будьте занадто суворі. Треба вивчити складну тему? В такому разі перед початком проведіть фізкультурну п'ятихвилинку.

Навіть привернути увагу такого учня не так вже й просто. Деякі педагоги використовують для цього сигнали, наприклад, невеличкі дзвіночки. І обов'язково встановіть зоровий контакт.

За можливості створюйте ситуації, у яких гіперактивна дитина зможе проявити свої сильні сторони та навіть стати експертом. Це буде чудовим стимулом та позитивно вплине на самооцінку школяра.

3. Робота з негативними емоціями

Діти з розладами дефіциту уваги та гіперактивністю дуже імпульсивні, тому часто діють необдуманно. Вони можуть бешкетувати, не маючи при цьому на меті нічого поганого. Проте кричати, погрожувати, карати – марно, цим ви нічого не досягнете. Краще не помічати негативних моментів, зосереджуючись лише на позитивних. Звісно ж, мова йде про незначні порушення. Але навіть якщо дитина поводить себе агресивно, вчитель має зберігати витримку та спокійно пояснити, чому так чинити не можна.

При цьому не використовуйте під час пояснень виразів на кшталт «поводь себе відповідним чином» – дитина і так вважає, що все нормально, тому не зрозуміє, що ви від неї хочете. Тому кажіть, що, наприклад, штовхати дівчаток не можна, бо це образливо, неприємно та, зрештою, боляче.

Як ще допомогти?

Психіатри твердять, що дуже часто з роками прояви симптомів розладів з дефіцитом уваги та гіперактивністю значно зменшуються. Наприклад, у 15 років учень матиме значно менше проблем, ніж у 7. Але це не означає що потрібно просто чекати та сподіватися, що все якось закінчиться. Завжди можна допомогти! Так, навчатися гіперактивним дітям буває складно, але це не означає, що вони не можуть стати експертами у чомусь іншому! Наприклад, спеціалісти рекомендують такі види діяльності для дітей з РДУГ як:

- бойові мистецтва – заняття потребують багато енергії, а до того ж допомагають розвивати самодисципліну;
- велосипед та пробіжки – діти люблять бути на вулиці, але при гіперактивності просто гуляти не цікаво, а от кататися на велосипеді чи бігати – це зовсім інше;

- заняття музикою – гра на будь-якому музичному інструменті розвиває одночасно обидві півкулі мозку, а якщо дитина входить до складу хору чи оркестру, то ще й навчиться працювати в команді;

- плавання – цей вид спорту взагалі творить дива, наприклад, олімпійській чемпіон Майкл Фелпс, також з дитинства має діагноз РДУГ, але плавання допомогло йому опанувати себе;

- театральні гуртки – тут буде і самодисципліна (заучування реплік та репетиції), і одночасно можливість вивільнити емоції.