

МБОУ «Начальная школа – детский сад №44» г. Белгорода

Мой любимый непоседа

**Подготовила:
инструктор по физической культуре
Литвинова Н.В.**

г. Белгород

Сегодня речь пойдёт о моих самых любимых подопечных. Таких детей, как правило, видно с самого раннего возраста. Они лезут по всюду, хватают всё подряд, всё, что видят вокруг себя. Такие дети не могут находиться без движения ни одной минуты. Они непоседливы, их тело, как бы делится на несколько частей. Взгляд на секунду остановился, а ноги куда – то бегут, руки хватают всё, что можно. Если такого ребёнка, что-то интересует, то он не дослушает и, не дождавшись ответа, продолжает нестись дальше. Такие дети пребывают в постоянном движении, но когда повнимательней присмотришься, то можно заметить, что у таких детей нарушена координация движений, порой они смотрятся смешно и неуклюже. Они очень импульсивно реагируют на просьбы, как бы защищают сами себя. Я считаю, что такие дети очень агрессивны, шумные, капризные, потому что всегда стремятся быть в центре внимания. Более того, дети смотрят на них, стараются им, подражать. Конечно, с таким ребёнком существуют определённые сложности, управлять им непросто, но подход можно найти всегда.

В моей практике был случай, один гиперактивный ребёнок на занятиях физкультурой просто был не адекватен: скакал как обезьяна, выкрикивал непонятные слова, кривлялся. Все дети начали повторять за ним, занятие было на грани срыва. Воспитатель начала его одёргивать, делать замечания, ругать, повышать голос, но ничего хорошего из этого не получилось. Он продолжал ещё пуще прежнего. И тогда я решила попробовать как-то с ним пообщаться. Начала я с того, что его внимание обратила на себя, позвала его к себе, спокойно разговаривая, глядя ему в глаза и держа за руки, тем самым его внимание переключилось на несколько минут, то есть ребёнок расслабился, успокоился, но в глазах его была тревога. Я думаю, важно говорить медленно, спокойно, но не выдавать много информации, что бы ему не надоело слушать и в тоже время мотивировать непоседу. Сказать, чего вы от него ожидали, или он вам понравился. Я считаю, что такие дети требуют наблюдения психолога и индивидуального подхода. Им нужен особый режим дня, массаж, прогулки на свежем воздухе, и, конечно же, подвижные игры. Таких детей надо отдавать в какие-нибудь секции по возрасту, и по выбору самого ребёнка. Лучше, если секция будет выбрана одна, а не несколько, так как ребёнок может быть сильно переутомлён и это приведёт ещё к более сильным капризам и неадекватному поведению. На своих занятиях я стараюсь одновременно проводить как коррекционные игры, так и игры на внимание, а также контролировать взрыв детской импульсивности. Непосед необходимо выделить, например, когда начинаем упражнения, я говорю: «Посмотрите, как правильно!» Я обращаю внимание как раз на непоседу, он выполняет, и мы все будем делать так, как он, я говорю о том, как хорошо у него получается, какой он молодец. За правильное и хорошее выполнение я делаю поощрения (то есть медали за 1,2,3 место, звёздочки разного цвета, красный - отлично, жёлтый – хорошо, зелёный – надо постараться выполнять лучше). А также если хорошо занимался на занятии, то в игре будет исполнять роль ведущего. Как правило, дети начинают адекватно реагировать на это и стараются выполнять всё как надо, как я их прошу. С гиперактивными детьми надо играть строго по правилам, которые требуют повышенного внимания, чтобы они могли сконцентрироваться на этом. Но в тоже время, не нужно ограничивать движения и импульсивность ребёнка. Такого ребёнка

надо чаще хвалить, подбадривать. Очень хорошо на таких детей влияют игры на внимания с «хлопками», «повтори за мной», игры с мячом, игры с предметами (кегли, кубики, набивные мячи). Чтобы это тренировать, лучше играть, а начинать с самых простых правил и постепенно их усложнять. Помните, что гиперактивному ребёнку, как и просто активному, надо давать возможность выплеснуть свою энергию наружу. И родителям, и педагогам надо постараться сделать так, чтобы у гиперактивного ребёнка было, как можно меньше отрицательных эмоций, и тогда, возможно, к старшему возрасту всё изменится в лучшую сторону.

Предлагаю несколько игр моей практике, которые очень понравились детям.
«Поиграем с непоседой».

«Птицы и хищники».

Задачи: развивать внимание, ловкость, ответственность в команде.

Оборудование: маски птиц, маски животных, атрибуты косточки, комары.

Играющие делятся на две команды: 1) птицы 2) хищники. На ковре в разном порядке лежат маски и к ним атрибуты (пища птиц, и пища животных). Дети располагаются произвольно вокруг ковра. По сигналу воспитателя дети разбегаются в рассыпную. Когда снова прозвучал сигнал, дети должны надеть маски той команды, кем они были в игре и взять в руку пищу этого животного. Затем быстро построится в колонну по одному. Чья команда первая построится и правильно выполнит задание, та и победила.

«Деревья и цветы».

Дети строятся по кругу, держась за руки. Воспитатель называет различные деревья и цветы, знакомые детям. Если слово относится к деревьям, дети все вместе поднимают руки вверх и поднимаются на носочки, а если цветы, приседают и двигаются по кругу в приседе. Тот, кто ошибается в игре 3 раза, выбывает из игры.

«Выполни – не забудь».

Все дети заранее разучивают в процессе занятий 4-6 движений. На основе движений строится вся игра. Дети располагаются в рассыпную по всему залу. По сигналу воспитателя начинают бег по кругу. Когда снова прозвучит сигнал и будет сказано слово, дети должны принять то положение, слово которого прозвучало. Например «Аист» - дети должны стать на одной ноге, «Краб» - принять упор лёжа сзади, «Солнце» - поднять руки вверх и встать на носки, «Птицы» - расправить руки в стороны и продолжить бег, «Мяч» - свернуться в клубок и присесть, «Хлопки» - остановиться и хлопать в ладоши. Побеждают те дети, кто меньше всех допустил ошибок.

«Разные цвета».

Задачи: развивать внимание, координацию движений, ловкость, чувства коллективизма, закреплять название цветов и правила дорожного движения.

Оборудование: обручи красного цвета по количеству детей в команде, мячи жёлтого цвета по количеству детей в команде, мячи зелёного цвета по количеству детей в команде.

Дети делятся на три равные по количеству детей команды, и распределяются по разным сторонам зала. На одной стороне ковра лежат обручи, по двум другим сторонам зала комплекты мячей (жёлтые, зелёные). По сигналу воспитателя (жёлтый или зелёный), команды должны быстро добежать до мячей того цвета, какой назван воспитателем, взять мяч в руки и вернуться на своё место, чья команда принесёт больше мячей, та и выиграла. А если воспитатель дал команду красный цвет, дети должны добежать до обруча и встать во внутрь с мячами. Из какой команды детей окажется, в обручах больше та и победила. А выигрывает та команда, у которой больше побед на протяжении всей игры.