

ТОО «SABA-16» детский сад «Арай»

Консультации для родителей: «Сопровождение гиперактивных детей в условиях ДОУ и семьи»

Подготовила: педагог-психолог

Тайлакбаева А.Е

2026 год

Сопровождение гиперактивных детей в условиях ДОУ и семьи

Гиперактивный ребенок — это ребенок с повышенной двигательной активностью, импульсивностью и трудностями в удержании внимания. В ряде случаев это может быть связано с Синдромом дефицита внимания и гиперактивности, но даже без диагноза таким детям требуется особый подход.

Цель консультации

Помочь родителям понять особенности ребенка и выстроить эффективную стратегию взаимодействия дома и в детском саду.

Основные трудности гиперактивного ребенка

- не может долго сидеть на месте;
- быстро отвлекается;
- действует импульсивно, не обдумывая последствия;
- испытывает сложности с соблюдением правил;
- часто получает замечания от взрослых.

Важно: это не «плохое поведение», а особенности развития нервной системы.

Рекомендации для родителей

1. Установите четкий режим дня

Гиперактивным детям особенно важна предсказуемость:

- стабильное время сна, еды, прогулок;
- чередование активности и отдыха;
- минимизация переутомления.

2. Давайте короткие и понятные инструкции

Вместо длинных объяснений:

- говорите по одному действию: «убери игрушки», а не «наведи порядок»;
- просите повторить задание;
- используйте визуальные подсказки (картинки, схемы).

3. Формируйте правила и границы

- правила должны быть четкими и постоянными;
- не более 3–5 основных правил;
- обязательно проговаривайте последствия их нарушения.

Пример: «Сначала убираем — потом играем».

4. Используйте положительное подкрепление

Гиперактивные дети часто слышат критику, поэтому важно:

- замечать даже небольшие успехи;
- хвалить конкретно: «Ты сейчас внимательно слушал — это здорово»;
- использовать систему поощрений (наклейки, жетоны).

5. Снижайте уровень перегрузки

Избегайте:

- длительного просмотра гаджетов;
- большого количества кружков;
- шумной и перенасыщенной среды.

6. Организуйте двигательную разрядку

Ребенку необходимо «выплескивать» энергию:

- ежедневные прогулки;
- подвижные игры;
- спортивные занятия (по интересу ребенка).

7. Учите саморегуляции

Постепенно развивайте навыки:

- «остановись — подумай — сделай»;
- дыхательные упражнения;
- игры на развитие внимания и контроля.

8. Сохраняйте спокойствие

Рекомендации родителям:

- избегать крика и резких наказаний;
- говорить спокойно, но уверенно;
- не вступать в длительные споры.

Рекомендации для взаимодействия с ДОУ

1. Сотрудничество с педагогами

- сообщайте воспитателю об особенностях ребенка;
- обсуждайте единые требования и подходы;
- поддерживайте авторитет педагога при ребенке.

2. Индивидуальный подход в группе

Эффективно, если в ДОУ:

- ребенок сидит ближе к воспитателю;
- задания делятся на короткие этапы;
- используется смена деятельности.

3. Четкая структура занятий

- понятное начало и завершение;
- использование наглядности;
- включение двигательных пауз.

Индивидуальные рекомендации (пример для консультации)

Педагог-психолог может предложить:

- диагностику уровня внимания и саморегуляции;
- подбор игр на развитие произвольности;
- составление индивидуального маршрута сопровождения;
- регулярные консультации для родителей.

Важно помнить

- гиперактивность — это не «леность» и не «избалованность»;
- ребенку нужна поддержка, а не постоянные запреты;
- при выраженных трудностях рекомендуется консультация невролога или психолога.

Если хочешь, могу:

- оформить это в виде **памятки (1 лист для раздачи)**
- или сделать **несколько сценариев индивидуальных консультаций (по случаям: агрессия, невнимательность, истерики)**

Мектепке дейінгі ұйым (МДҰ) мен отбасында гиперактивті балаларды сүйемелдеу

Гиперактивті бала — қимыл-қозғалысы жоғары, импульсивті және зейінін ұзақ уақыт ұстап тұруы қиын бала. Кейбір жағдайларда бұл **зейін тапшылығы мен гиперактивтілік синдромымен** байланысты болуы мүмкін, бірақ диагноз қойылмаса да, мұндай балаларға ерекше тәсіл қажет.

Кеңестің мақсаты

Ата-аналарға баланың ерекшеліктерін түсінуге көмектесу және үйде де, балабақшада да тиімді өзара әрекет стратегиясын құру.

Гиперактивті баланың негізгі қиындықтары

- ұзақ уақыт бір орында отыра алмайды;
- тез алаңдайды;
- салдарын ойламай, импульсивті әрекет етеді;
- ережелерді сақтауда қиналады;
- ересектерден жиі ескерту алады.

Маңызды: бұл «жаман тәрбие» емес, жүйке жүйесінің даму ерекшеліктері.

Ата-аналарға арналған ұсыныстар

1. Күн тәртібін нақты белгілеңіз

Гиперактивті балаларға болжамдылық өте маңызды:

- ұйқы, тамақтану, серуен уақыты тұрақты болуы керек;
- белсенділік пен демалыс кезектесуі тиіс;
- шамадан тыс шаршауды болдырмау қажет.

2. Қысқа әрі түсінікті нұсқаулар беріңіз

Ұзақ түсіндірудің орнына:

- бір әрекетті ғана айтыңыз: «ойыншықтарды жина», «бөлмені ретке келтір» демей;
- тапсырманы қайталап айтуын сұраңыз;
- көрнекі көмек (суреттер, сызбалар) қолданыңыз.

3. Ережелер мен шекараларды қалыптастырыңыз

- ережелер нақты және тұрақты болуы тиіс;
- 3–5 негізгі ережеден аспағаны дұрыс;
- бұзылған жағдайда қандай салдары болатынын алдын ала айтыңыз.

Мысалы: «Алдымен жинаймыз — кейін ойнаймыз».

4. Оң қолдауды қолданыңыз

Гиперактивті балалар жиі сын естиді, сондықтан:

- кішкентай жетістіктерін де байқаңыз;
- нақты мақтаңыз: «Сен қазір мұқият тыңдадың — өте жақсы»;
- марапаттау жүйесін қолданыңыз (жапсырмалар, белгілер).

5. Артық жүктемені азайтыңыз

Мыналардан аулақ болыңыз:

- гаджеттерді ұзақ қолдану;
- тым көп үйірмелер;
- шуы көп, шамадан тыс жүктелген орта.

6. Қозғалыс арқылы энергияны шығару мүмкіндігін беріңіз

Бала энергиясын шығара алуы керек:

- күнделікті серуен;
- қимылды ойындар;
- спорттық жаттығулар (баланың қызығушылығына қарай).

7. Өзін-өзі реттеуге үйретіңіз

Біртіндеп дағдыларды дамытыңыз:

- «тоқта — ойлан — жаса»;
- тыныс алу жаттығулары;
- зейін мен бақылауды дамытуға арналған ойындар.

8. Сабыр сақтаңыз

Ата-аналарға ұсыныс:

- айқайдан және қатаң жазалаудан аулақ болыңыз;
- сабырлы, бірақ сенімді сөйлесіңіз;
- ұзақ дауларға түспеңіз.

МДҰ-мен өзара әрекет бойынша ұсыныстар

1. Педагогтармен ынтымақтастық

- тәрбиешіге баланың ерекшеліктері туралы айтыңыз;
- ортақ талаптар мен тәсілдерді талқылаңыз;
- бала алдында педагогтың беделін қолдаңыз.

2. Топтағы жеке тәсіл

Тиімді болады, егер:

- бала тәрбиешіге жақын отырса;
- тапсырмалар қысқа кезеңдерге бөлінсе;
- әрекет түрлері ауыстырылып отырса.

3. Сабақтың нақты құрылымы

- түсінікті басталуы мен аяқталуы;
- көрнекілік қолдану;
- қимылдық үзілістер енгізу.

Жеке ұсыныстар (кеңес беру үлгісі)

Педагог-психолог ұсына алады:

- зейін мен өзін-өзі реттеу деңгейін диагностикалау;
- ерікті мінез-құлықты дамытуға арналған ойындар таңдау;
- жеке сүйемелдеу жоспарын құру;
- ата-аналарға тұрақты кеңес беру.

Маңыздыны есте сақтаңыз

- гиперактивтілік — «жалқаулық» та, «еркелік» те емес;
- балаға үнемі тыйым емес, қолдау қажет;
- қиындықтар айқын болса, невропатолог немесе психологтың кеңесі ұсынылады.

Қаласаңыз, мен:

- осы мәтінді қысқаша жадынама (1 бет) түрінде дайындап бере аламын;
- немесе жеке кеңес беру сценарийлерін (агрессия, зейінсіздік, истерика жағдайлары бойынша) құрастырып бере аламын.