

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 ребёнка. Дети, страдающие гиперактивностью, требуют особого педагогического подхода - дозирования учебных нагрузок, рациональной смены видов деятельности¹.

Педагогам-психологам

Действительно, гиперактивное поведение детей больше всего начинает проявляться в младшем школьном возрасте, когда учебная деятельность становится ведущей, в связи с чем повышается нагрузка и ребенок не всегда справляется эмоционально. Могут возникать новые страхи и переживания.

Причем, как правило, гиперактивность у мальчиков встречается намного чаще, чем у девочек, которые могут поплакать, когда сложно справиться с эмоциями. Мальчики же, напротив, как раз начинают прыгать, бегать, привлекать к себе внимание.

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

Поэтому коррекционно-развивающая работа педагога-психолога должна быть направлена на приобретение навыка контроля своих эмоций, импульсивности, внимательности и сосредоточения, умения следовать правилам, а также формирование планомерного эмоционально-личностного развития ребенка.

Диагностический инструментарий выявления гиперактивного поведения:

1. метод наблюдения;
2. методика «Да и нет» Н.И. Гуткиной;
3. методика «Вежливость»;
4. методика «Обведение контура»;
5. тест «Гулуз-Пьерона»;
6. методика «Найди и вычеркни» (адаптация Е.В. Доценко);
7. методика «Заучивание 10 слов» А.Р. Лурии;
8. рисуночные тесты: «Семья», «Несуществующее животное»;
9. методика «Лесенка» (В.Г. Щур);
10. методика «Исследование моторики и координации движений и детей»

Н.Н. Заваденко и т.д.

Методами работы педагога-психолога могут быть:

1. проведение разминочных физических упражнений, растяжки, что способствует нормализации гипертонуса мышц;
2. дыхательные и релаксационные упражнения:
 - упражнение «Свечка» - вдохнуть, набрать как можно больше воздуха в легкие и представить, что участники должны задуть свечку тонкой-тонкой струей воздуха;
 - упражнение «Березка» - представить участникам себя березками, вытянув руки в верх, и под силами ветрами склоняться в разные стороны;
3. упражнения для развития мелкой моторики рук:
 - гимнастика для пальчиков;
 - завязывание и развязывание бантов, узлов;
 - обрывание бумаги разной плотности;

- показ при помощи рук различных изображений («очки», «стул», «колокольчик», «зайка» и т.д.), который может сопровождаться чтением сказок;
- 4. упражнения на развитие:
 - внимания – «Найди отличия», «Найди среди букв слова»;
 - памяти – «Цепочка слов», «Сложи фигуру»;
 - произвольности и самоконтроля – «Вычеркни лишнее слово», «Молчанка»;
- 5. арт-терапия: «Лепим сказку из пластилина», «Дорисуй страшного»;
- 6. упражнения для элиминации гнева и импульсивности: «Кулачок», «Петушинный бой» и т.д.
- 7. библиотерапия:
 - Алмонд Д. Мальчик, который залез в Луну. М.: Самокат, 2020. 128 с.;
 - Бабанская М.И. Ительменские сказки. СПб.: БХВ-Петербург, 2019. 88 с.;
 - ДиКамилло К. Как слониха упала с неба / Пер. с англ. О. А. Варшавер. М.: Махаон, 2010. 144 с.;
 - Остер Г.Б. Петька-микроб. М.: Астрель, 2014. 75 с.;
 - Раевский Б.М. Поединок с самим собой: повесть. М.: Мелик-Пашаев, 2020. 239 с.

Полезные ресурсы:

1. Упражнения на развитие памяти младших школьников // Социальная сеть работников образования. URL: <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2018/07/27/uprazhneniya-na-razvitie-pamyati-mladshih-shkolnikov>
2. Упражнения по снижению стресса у детей. URL: <https://www.b17.ru/article/66084/>