

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3 городского округа
город Волгореченск Костромской области»

«Согласовано»
с Методическим советом МБОУ «СОШ №3»
протокол № 1 от 30 августа 2017 г.



Программа
нейропсихологического развития
и коррекции детей с синдромом
дефицита внимания и гиперактивности

Составила: педагог-психолог МБОУ «СОШ №3»
Тарасова Ирина Витальевна на основе программы Сиротюк А.Л.
Квалификационная категория: высшая

Пояснительная записка.

Описания неугомонных, невнимательных, непослушных детей, доставляющих взрослым множество хлопот, появились уже более века назад. Таких детей называли гиперактивными. В последнее время синдром дефицита внимания и гиперактивности стал широко распространённым явлением. В России от 4 до 18% детей страдают этим синдромом. Ему сопутствуют запаздывание процессов созревания высших психических функций и, как следствие, специфические трудности обучения. У детей проявляются трудности планирования и организации сложных видов деятельности. Большинству из них присущи слабая психоэмоциональная устойчивость при неудачах, низкая самооценка, лживость, вспыльчивость, агрессивность, неуверенность в себе и проблемы в общении. Из-за непонимания со стороны окружающих у гиперактивного ребёнка формируется трудно исправляемая агрессивная модель защитного поведения.

Проявления СДВГ с возрастом могут меняться. В детстве отмечается незрелость двигательных и психических функций, в подростковом возрасте - незрелость адаптационных механизмов, что может стать причиной правонарушений. У гиперактивных детей рано развивается тяга к алкоголю и наркотическим веществам.

Неадекватность поведения, социальная дезадаптация, личностные расстройства могут стать причиной неудач и во взрослой жизни. Гиперактивные люди суетливы, непоследовательны, вспыльчивы. Трудность планирования деятельности и неорганизованность мешают им в работе и семейной жизни. В связи с этим данная патология представляет серьёзную социальную проблему. В то же время своевременная медицинская и психологическая помощь позволяет компенсировать этот недостаток.

Цель программы - психологическая помощь детям с синдромом гиперактивности и дефицита внимания.

Программа состоит из 16 занятий. Занятия могут проводиться в группе (по 4-6 человек) или индивидуально.

Возраст участников - 6-12 лет.

Методики для диагностики синдрома дефицита внимания и гиперактивности:

1. Тест самоконтроля и произвольности.
2. Корректирующая проба.
3. Тест переключения внимания (таблицы Шульце)
4. Тест Тулуз-Пьерона.

Содержание занятий:

№ занятия	Упражнения и задания	Цели занятия
Занятие 1.	Растяжка.	Оптимизация тонуса

	<p><i>Дыхательное упражнение.</i> <i>Глазодвигательное упражнение.</i> <i>Упражнения для развития мелкой моторики рук.</i> <i>«Послушать тишину».</i> <i>«Костёр»</i> <i>«Море волнуется...»</i> <i>Релаксация «Поза покоя»</i></p>	<p><i>мышц.</i> <i>Развитие произвольности и самоконтроля.</i> <i>Развитие межполушарного взаимодействия.</i> <i>Развитие концентрации внимания и двигательного контроля</i> <i>Освоение состояния покоя и расслабления.</i></p>
<i>Занятие 2.</i>	<p><i>Растяжка.</i> <i>Дыхательное упражнение.</i> <i>Глазодвигательное упражнение.</i> <i>Упражнения для развития мелкой моторики.</i> <i>«Колпак мой треугольный».</i> <i>«Чаша доброты».</i> <i>«Визуализация цвета»</i> <i>Релаксация «Кулачки»</i></p>	<p><i>Оптимизация тонуса мышц.</i> <i>Развитие произвольности.</i> <i>Развитие межполушарного взаимодействия.</i> <i>Развитие концентрации внимания и двигательного контроля</i> <i>Эмоциональное развитие.</i></p>
<i>Занятие 3.</i>	<p><i>Растяжка.</i> <i>Дыхательное упражнение.</i> <i>Глазодвигательное упражнение.</i> <i>Упражнения для развития мелкой моторики.</i> <i>«Чайничек с крышечкой».</i> <i>«Черепашка».</i> <i>«Движение»</i> <i>Релаксация «Олени»</i></p>	<p><i>Оптимизация тонуса мышц.</i> <i>Развитие произвольности.</i> <i>Развитие межполушарного взаимодействия.</i> <i>Развитие концентрации внимания и двигательного контроля</i> <i>Эмоциональное развитие.</i> <i>Формирование двигательной памяти</i></p>
<i>Занятие 4.</i>	<p><i>Растяжка.</i> <i>Дыхательное упражнение.</i> <i>Глазодвигательное упражнение.</i></p>	<p><i>Оптимизация тонуса мышц.</i> <i>Развитие произвольности.</i> <i>Развитие</i></p>

	<p>Упражнения для развития мелкой моторики. «Колпак мой треугольный». «Чаша доброты». «Визуализация цвета» Релаксация.</p>	<p>межполушарного взаимодействия. Развитие концентрации внимания и двигательного контроля Эмоциональное развитие.</p>
	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для развития мелкой моторики. «Ритм». «Маска». «Руки-ноги» Релаксация «Загораем»</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного взаимодействия. Ритмирование правого полушария Эмоциональное развитие. Развитие двигательного контроля</p>
Занятие 5.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для развития мелкой моторики. «Крик в пустыне». «Дракон». «Руки-ноги» Релаксация «Штанга»</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного взаимодействия. Развитие концентрации внимания и двигательного контроля Элиминация агрессии и импульсивности Эмоциональное развитие. Развитие навыков взаимодействия со сверстниками</p>
Занятие 6.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для развития мелкой</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного взаимодействия.</p>

	<p>моторики. «Визуализация трёхмерного объекта». «Головомяч». «Руки-ноги» Релаксация «Кораблик»</p>	<p>Развитие концентрации внимания и двигательного контроля Эмоциональное развитие. Развитие навыков сотрудничества</p>
Занятие 7.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для развития мелкой моторики «Визуализация человека». «Скала». «Золотая рыбка» «Буратино» Релаксация «Любопытная Варвара»</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного взаимодействия. Развитие концентрации внимания и двигательного контроля Эмоциональное развитие. Развитие навыков взаимодействия</p>
Занятие 8.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для развития мелкой моторики «Визуализация человека». «Скала». «Золотая рыбка» «Буратино» Релаксация «Любопытная Варвара»</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного взаимодействия. Развитие концентрации внимания и двигательного контроля Эмоциональное развитие. Развитие навыков взаимодействия</p>
Занятие 10.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для развития мелкой моторики.</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного взаимодействия. Развитие концентрации</p>

	<p>«Что исчезло?». «Фотография». «Мельница» «Сиамские близнецы» Релаксация «Огонь и лёд»</p>	<p>внимания и двигательного контроля Эмоциональное развитие. Развитие навыков удержания программы Развитие навыков взаимодействия</p>
Занятие 11.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для развития мелкой моторики «Кто летает?». «Визуализация перемещений». «Сороконожка» «Путаница» Релаксация «Ковёр- самолёт»</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного взаимодействия. Развитие концентрации внимания и двигательного контроля Эмоциональное развитие. Развитие навыков взаимодействия со сверстниками</p>
Занятие 12.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для развития мелкой моторики «Что слышно». «Визуализация Волшебника». «Рубка дров» «Тачка» Релаксация «Раскачивающееся дерево»</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного взаимодействия. Развитие концентрации внимания и двигательного контроля Эмоциональное развитие. Элиминация агрессии</p>
Занятие 13.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного</p>

	<p>развития мелкой моторики «Считалочки-бормоталочки». «Животные». «Тух-тиби-дух» «Танцы-противоположности» Релаксация «Море»</p>	<p>взаимодействия. Развитие концентрации внимания и двигательного контроля Эмоциональное развитие. Элиминация агрессии и импульсивности</p>
Занятие 14.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для развития мелкой моторики «Визуализация водопада». «Хвасталки». «Шалуны» «Компас» Релаксация «Парусник»</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного взаимодействия. Развитие концентрации внимания и двигательного контроля Эмоциональное развитие. Элиминация импульсивности Развитие навыков взаимодействия</p>
Занятие 15.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение. Глазодвигательное упражнение. Упражнения для развития мелкой моторики «Визуализация волшебной восьмёрки». «Птенцы». «Зашифрованное предложение» «Принц-на цыпочках» Релаксация «Потянулись-слопались»</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие произвольности. Развитие межполушарного взаимодействия. Развитие концентрации внимания и двигательного контроля Эмоциональное развитие. Развитие навыков совместной деятельности Формирование произвольности</p>
Занятие 16.	<p>Растяжка. Дыхательное упражнение.</p>	<p>Оптимизация тонуса мышц. Развитие</p>

	<p><i>Глазодвигательное упражнение.</i> <i>Упражнения для развития мелкой моторики</i> <i>«Пуантизм».</i> <i>«Мост дружбы».</i> <i>«Распускающийся бутон»</i> <i>Релаксация «Росток»</i></p>	<p><i>произвольности.</i> <i>Развитие межполушарного взаимодействия.</i> <i>Развитие концентрации внимания и двигательного контроля</i> <i>Эмоциональное развитие.</i> <i>Развитие навыков совместной деятельности</i> <i>Элиминация агрессии и импульсивности</i></p>
--	---	---