

Мектеп жасына дейінгі зейін жетіспеушілігі мен гиперактивтілік синдромы бар (гипер белсенді) балалардың ата - аналарына арналған кеңес.



Гиперактивті бала – өте көп қимылдайтын (қозғалатын), шаршауды білмейтін, айтқанға көп көне бермейтін, басқа балалардан мінез – құлқы мен қимылы ерекше бала. Бұндай балалар балабақшада тәрбиешілерді ғана емес, отбасында ата – аналарын да шаршатары сөзсіз. Белсенді балалармен жұмыс жасау, дене күшін және жан күшін көп қажет етеді, бірақ қандай жұмыс болмасын баланың белсенділігі болу керек емес, керсінше тәртіп, білім ережелерін меңгеруге көмек көрсету керек. Біз барлық гипербелсенді балалармен жұмыстануда мынадай жағдайларды есте ұстауымыз қажет. Біріншіден - олардың «дегенімен» жүруге болмайды, еркін жіберетін болсақ - аласапыранның күшеюіне апарады. Екіншіден - баланың қолынан келмейтін күші жетпейтін нәрселерді талап етуге болмайды, ол қарсылыққа апарады. Ал ең ұнамсыз - ол өз өзіне жаман тәртіпсіз деген қарым қатынас. Егер де бала барлық ашуымен балаларға жүгірсе, біз оны құшақтап «қане екеуіміз дұрыс тыныс алып демімізді шығарайық» немесе 1 - ден 10 – ға дейін бірге санайық десеңіз, бала ашу - ызасын ұмытып тынышталады. Сонымен қатар гипер белсенді балалар бимен, ән шырқаумен айналысқан жөн.. Ата - аналарға ондай балаларды жүзуге жіберуге кеңес береміз. Егерде серуендеп жүргенде бала қозып кететін болма біз оны жеңіл жүгіріспен алдаймыз, «қане біз алаң ішінде жүгірейік»деп жүгіріс кезінде жүгіру түрлерін ауыстыруға болады. Жүгірістен кейін баланың шиеленіскен жүйкесі басылып тынышталады. Гипербелсенді балалар дизритммен қиналады, оларда тәулік биоритм әрең деген де анықталады. Олар нашар ұйықтап, әрең оянады.

1. Ең алдымен ата - аналар мен педагог бірлесе отырып, балаға қатысты бірыңғай талаптар жүйесін жасақтап алғаны жөн.
2. Бұндай балалармен жұмсақ, сабырлы түрде сөйлесу керек. Тым белсенді бала жағымды да, жағымсыз да әсерге тез берілгіш. Сондықтан сіздің көңіл - күйіңізді тез қабылдап, тоқмейілсініп кетуі мүмкін.
3. Бұл балалардың іс - әрекетін өз бетімен жіберуге болмайды, өйткені тым белсенді балалар қалыптасқан жағдайды тез түсініп, үлкендерді өз айдауымен жүргізгісі келеді.
4. Ол балаларға үлкендердің мадақтауы мен ыстық ықыласы ауадай қажет.
5. Тым белсенді балаларға нұсқау беріп тұруды әдетке айналдыру маңызды. Нұсқауларыңыз көп сөзден тұрмасын, әрі кеткенде 10 сөздің айналасында болсын. Балаға бірнеше нұсқауды бір уақытта бермеңіз: «бөлмеңе бар, ойыншықтарыңды жина, қолыңды жу да ас бөлмеге кел деу» дұрыс емес. Әр нұсқауды алдыңғы нұсқау орындалып болғаннан кейін берген жөн. Нұсқаулардың міндетті түрде орындалуын қадағалау қажет.
6. Басқа балалармен қарым - қатынас жасағандағы сияқты тым белсенді баланы тәрбиелеуде бірізділікті ұстану қажет. Тыйым сала бермеңіз, оларды мұқият ойластырып, балаға түсінікті түрде жеткізіңіз. Бала салынған тыйымды бұзса, оны қандай жаза күтіп тұратынын түсінуі тиіс.
7. Үлкендер баланың бұрыс әрекеттерін дұрыс жолға біртіндеп қайта қоя білуі тиіс. Мысалы, егер бала айқайлап жатса, жанына барып оның сүйікті әнін бастаңыз, ол қосылған кезде даусыңызды біртіндеп бәсеңдетіңіз. Балаға әрқашанда таңдауға бірнеше әрекет түрін ұсыныңыз.
8. Тым белсенді балаға бір нәрседен екінші нәрсеге көшу қиын. Сондықтан балаға басқа іспен айналысу

**ҚАЖЕТТІГІН АЛДЫ - АЛА ЕСКЕРТПІ ҚОЙҒАН ДҰРЫС. ЕГЕР БҰЛ ЖАҒДАЙДА САҒАТТЫҢ ҚОҢЫРАУЫН НЕМЕСЕ АС ҮЙ ТАЙМЕРІН ҚОЛДАНСАҢЫЗ, ТІПТІ ЖАҚСЫ. ЕГЕР БАЛА АТА - АНАСЫНЫҢ ӨТІНІШІН ОРЫНДАСА, ОНЫ МІНДЕТТІ ТҮРДЕ ЫНТАЛАНДЫРУ**



**ҚАЖЕТ (МІНДЕТТІ ТҮРДЕ МАТЕРИАЛДЫҚ ТҰРҒЫДАН ЕМЕС).**

9. БҰЛ БАЛАЛАРДЫҢ ШАРШАҒАНЫ ТЫМ КӨП ҚОЗҒАЛЫП КЕТКЕНІНЕН БАЙҚАЛАДЫ, ОНЫ БІРЕУЛЕР БАЛАНЫҢ БЕЛСЕНДІЛІГІНЕ БАЛАЙДЫ. ШАРШАП - ШАЛДЫҒУ ӨЗІН - ӨЗІ БАҚЫЛАУДЫҢ ТӨМЕНДЕУІНЕ СОҚТЫРАДЫ. СОНДЫҚТАН ТЫМ БЕЛСЕНДІ БАЛАЛАРДЫҢ АДАМДАР КӨП ЖҮРЕТІН ЖЕРЛЕРДЕ БОЛУ УАҚЫТЫН ШЕКТЕГЕН АБЗАЛ.

10. ТЫМ БЕЛСЕНДІ БАЛАМЕН ТАБЫСТЫ ӘРЕКЕТ ЕТУ ҮШІН ҚАЖЕТТІ ШАРТТАРДЫҢ БІРІ – КҮН ТӘРТІБІН САҚТАУ. БҮГІН НЕМЕН АЙНАЛЫСАТЫНЫН БАЛА АЛДЫН - АЛА БІЛГЕНІ ЖӨН.

11. БАЛАНЫ ЫНТАЛАНДЫРУ ЖҮЙЕСІН ЖАСАҚТАП АЛҒАН ДҰРЫС. МЫСАЛЫ, ӘРБІР ДҰРЫС ӘРІ ДЕР КЕЗІНДЕ ОРЫНДАҒАН ӘРЕКЕТІ ҮШІН ОҒАН ЖЕТОН ҰСЫНЫҢЫЗ, СОҢЫНАН ОЛ ЖЕТОНДАР СЫЙ - СІЯПАТТАРҒА

АЛМАСТЫРЫЛАДЫ: СЕРУЕНГЕ БІРІНШІ ЖҰППЕН ШЫҒУ ҚҰҚЫҒЫ, ТҮСКІ АЗ КЕЗІНДЕГІ КЕЗЕКШІЛІК, БІРГЕ КІТАП ОҚУ, ОСЫЛАЙША БАЛАНЫҢ ҚЫЗЫҒУШЫЛЫҒЫНА ҚАРАЙ.

12. МІНДЕТТІ ТҮРДЕ ЕСТЕ ҰСТАЙТЫН ЖАЙТ, ТЫМ БЕЛСЕНДІ БАЛАМЕН СӨЙЛЕСКЕНДЕ САБЫР САҚТАУ КЕРЕК, ӨЙТКЕНІ ОЛ БАЛАЛАР КӨҢІЛ - КҮЙДІҢ ӨЗГЕРГЕНІН БІРДЕН СЕЗІП, ҮЛКЕНДЕРДІ ӨЗ ДЕГЕНІНЕ ҚАРАЙ ЫҢҒАЙЛАУҒА БЕЙІМ ТҰРАДЫ.

13. ОЙЫНДАРДЫ ТАҢДАҒАНДА ТЫМ БЕЛСЕНДІ БАЛАЛАРДЫҢ МЫНА ЕРЕКШЕЛІКТЕРІН ЕСТЕ ҰСТАУ ҚАЖЕТ: ТОПТАҒЫ ЕРЕЖЕЛЕРГЕ ҰЗАҚ УАҚЫТ БОЙЫ БАҒЫНА АЛМАЙДЫ, ТЕЗ ШАРШАЙДЫ, СӨЗДІ АЯҒЫНА ДЕЙІН ТЫҢДАЙ АЛМАЙДЫ, НҰСҚАУЛАРДЫ АЯҒЫНА ЖЕТКІЗЕ АЛМАЙДЫ. ОЙЫН КЕЗІНДЕ ОЛ БАЛАЛАР ӨЗ КЕЗЕГІН КҮТУДЕН БАС ТАРТЫП, БАСҚАЛАРДЫҢ ҚЫЗЫҒУШЫЛЫҚТАРЫМЕН МҮЛДЕМ САНАСПАЙДЫ. СОНДЫҚТАН АЛДЫМЕН БАЛАМЕН ЖЕКЕ ЖҰМЫС ЖҮРГІЗІП АЛЫП, СОСЫН БАРЫП 2 - 3 БАЛАМЕН ОЙЫНҒА ҚОСУ КЕРЕК, СОДАН КЕЙІН ОДАН ҮЛКЕНДЕУ ТОПТАРҒА ҚОСЫП ОЙНАТУҒА БОЛАДЫ.

14. ТЫМ БЕЛСЕНДІ БАЛАНЫҢ ЖАНЫ ТЕЗ ЖАРАЛАТЫНДЫҚТАН, ӨЗІНЕ ДЕГЕН ЕРЕКШЕ ҚАМҚОРЛЫҚТЫ ҚАЖЕТ ЕТЕДІ. ОНЫҢ МАЗАСЫЗДЫҒЫН БАСУҒА ЖЕҢІЛ МАССАЖ, ЖҰМСАҚ АЛАҚАНМЕН СЫЛАП - СИПАЛАУ, ПСИХОГИМНАСТИКАЛЫҚ ОЙЫНДАР КӨМЕКТЕСЕДІ.

15. БАЛАНЫҢ АСЫП - ТАСЫП ЖАТҚАН ҚУАТЫН ЖАҒЫМДЫ БАҒЫТҚА АУДАРАТЫН ОЙЫНДАРҒА ҮЙРЕТКЕН ПАЙДАЛЫ. МЫСАЛЫ, АТА - АНАЛАР БАЛАЛАРМЕН САУСАҚ ОЙЫНДАРЫН ОЙНАЙ АЛАДЫ. БҰЛ ОЙЫНДАРДЫҢ ТІКЕЛЕЙ МАҚСАТЫНАН БАСҚА БАЛАМЕН ЖАЙЛЫ ҚАРЫМ - ҚАТЫНАС ОРНАТУҒА СЕПТІГІН ТІГІЗЕТІНІ БЕЛГІЛІ.

16. ТЫМ БЕЛСЕНДІ БАЛАЛАРДЫ САУЫҚТЫРУҒА ӘСЕР ЕТЕТІН ЖАЙТТАРДЫҢ БІРІ – ОҒАН ДЕГЕН МЕЙІРІМДІ, БАЙСАЛДЫ, ТҰРАҚТЫ КӨЗҚАРАС.

17. БҰЛ БАЛАЛАРДЫ ТӘРБИЕЛЕУДЕ ЖАҒЫМСЫЗ ӘДІСТЕРДІҢ ОЛ БАЛАЛАРҒА ӘСЕР ЕТпейтінін есте ұстаңыз. Олардың нерв жүйесінің ерекшелігі сол – теріс құбылыстарды қабылдау сезімталдығы өте төмен, сондықтан олар ескертпелер мен жазаға сел етпейді, алайда құйыттай мақтау естісе бірден жауап береді. Бірақ ең бастысы, балаңызбен қарым-қатынасыңызға қамқорлық жасаңыз. Ешбір мектептегі табыс және «әдепті» мінез-құлық онымен қарым-қатынасыңызға қауіп төндірмейді. Есіңізде болсын - ол өзін басқаша болғысы келмегендіктен емес, мүмкін емес болғандықтан ұстайды. Әлі жоқ. Оны сол адам ретінде қабылдаңыз және оның ерекшеліктерімен өмір сүруді үйренуге көмектесіңіз. Ал сіздің балаңыз сізге бірнеше рет қуаныш пен мақтаныштың себебін береді.