



«МАСТЫЛ»



Г. Остер  
Э. Успенский

# СКАЗКИ ДЛЯ НЕПОСЕД

С НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ  
УПРАЖНЕНИЯМИ



«МАЛЫШ»

Эта книга принадлежит  
самому любимому малышу, которого зовут

.....



! Психологи утверждают, что, просто читая детям каждый день сказки, вы повышаете их IQ, пополняете словарный запас и формируете навыки чтения!

# СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

## Если ребёнок не может усидеть на месте

Любознательность и активность — очень полезные качества, которые помогают малышу развиваться. Задавая тысячи вопросов в минуту, малыш демонстрирует, что его мышление и речь в норме. Но иногда активность просто зашкаливает, интерес к предмету длится несколько секунд, пока тот находится в поле зрения, возбуждение настолько сильное, что забирает все силы у формирующегося мозга. Ребёнок никак не может сосредоточиться, довести начатое дело до конца, перескакивает с одного на другое. Даже при высоком интеллекте дети испытывают трудности в обучении, так как вся важная информация пролетает мимо ушей. В некоторых случаях так проявляется синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ).

Если вы наблюдаете у своего сына или дочери больше половины перечисленных ниже признаков (причём они достаточно стойкие, проявляются дома, в школе/детском саду, в общественных местах и длятся больше шести месяцев), то полезно будет проконсультироваться с детским неврологом, психологом или психиатром:

- ◆ с трудом удерживает внимание на деталях;
- ◆ часто небрежен;
- ◆ ему трудно самостоятельно организовать выполнение заданий (вы всегда должны быть рядом);
- ◆ часто теряет вещи (например, игрушки, карандаши, книги и т. п.);
- ◆ легко отвлекается, проявляет забывчивость;
- ◆ ни минуты не может усидеть спокойно: крутится, вертится, вращает руками, ногами, головой;
- ◆ встаёт во время занятий, когда нужно оставаться на месте;

- ◆ часто бывает болтливым не по существу;
- ◆ часто выпаливает ответы до того, как завершены вопросы;
- ◆ с трудом дожидается своей очереди в различных ситуациях;
- ◆ мешает другим.

К сожалению, детей с неурегулированными процессами возбуждения и торможения в головном мозге становится всё больше. По последним данным, в России около 18 % детей страдают синдромом СДВГ, в США до 20 %. Причём у мальчиков СДВГ встречается значительно чаще, чем у девочек.

Мозг гиперактивных детей может продуктивно работать недолго. Затем должен пройти этап накопления энергии. В это время ребёнок становится как будто глухим. Не реагирует на замечания, не откликается. После периода «выпадения» он снова готов к работе, к сожалению, на короткое время. Если ребёнок не получает двигательную разрядку, его мозг начинает сам восстанавливать свой энергетический баланс через вращательные движения головой, болтание ногами, закручивание кончиков волос, ритмические движения всем телом. Инструкция: «Сиди ровно и не вертись!» — для них невыполнима. Если мозг обесточен, он будет генерировать энергию всеми доступными средствами. Таким детям нужна помощь, а не нотации. Очень полезны для них вестибулярные нагрузки (качели, коньки, велосипед, балансировочные доски и т. п.). Это прекрасная энергетическая подпитка, а также необходимая база для развития пространственно-временных представлений, которые часто недостаточно сформированы у гиперактивных детей.

Обычно всплеск проявления синдрома СДВГ приходится на возраст 5–10 лет, когда осуществляется подготовка к школе и начинается активное обучение, а также на 12–15 лет, то есть на период начала полового созревания. Больше четверти чересчур подвижных детей «перерастают» синдром СДВГ. Но почти 8 % детей будут испытывать постоянные трудности в обучении и социализации. Их мозг, а именно префронтальная кора, подкорковые структуры, ретикулярная формация, вестибулярный аппа-