

## Методические аспекты организации образовательного процесса учащихся с синдромом дефицита внимания и гиперактивности

**Хруль Ольга Станиславовна,**  
заведующий лабораторией  
специального образования  
Национального института образования,  
доктор педагогических наук, доцент

**Стуканов Виталий Григорьевич,**  
заведующий лабораторией  
проблем воспитания личности  
Национального института образования,  
доктор педагогических наук, профессор

**Юрок Татьяна Николаевна,**  
ведущий научный сотрудник  
лаборатории специального образования  
Национального института образования,  
кандидат педагогических наук, доцент

**Новик Светлана Николаевна,**  
научный сотрудник лаборатории  
проблем воспитания личности  
Национального института образования

В статье рассмотрены особенности личности учащихся с синдромом дефицита внимания и гиперактивности. Предложены рекомендации по организации учебных занятий и досуговой деятельности с детьми данной категории, оказанию им психологической помощи, проведению коррекционной работы педагогом-дефектологом, а также по взаимодействию педагогических работников с родителями (законными представителями) детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности.

Реализация принципа инклюзии обеспечивает равный доступ к получению образования для всех учащихся, в том числе с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (далее — СДВГ), с учётом разнообразия их особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей. В связи с этим при организации образовательного процесса необходимо принимать во внимание особенности личности учащихся с СДВГ. Рассмотрим некоторые из них.

### ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ УЧАЩИХСЯ С СДВГ

Ключевыми симптомами СДВГ являются *нарушение внимания, импульсивность, гиперактивность*. Учащимся с данным синдромом сложно контролировать своё поведение и концентрировать внимание. У таких детей, как правило, интеллект сохранён, но черты, характеризующие ребёнка с СДВГ (беспокойство, неусидчивость, недостаточная целенаправленность и избыточная импульсивность поступков, повышенная возбудимость), определяют трудности в поведении и своеобразие в овладении учебными навыками, что ведёт к выраженной школьной дезадаптации. Эти учащиеся испытывают затруднения в социально одобряемом взаимодействии с окружающими, хуже усваивают инструкции и алгоритмы действий, проявляют

негативную реакцию на категоричные замечания взрослых.

*Нарушение внимания* выражается следующим образом: обучающийся не удерживает внимания на деталях, допускает много ошибок; с трудом сохраняет внимание при выполнении инструкций; не слушает обращённую к нему речь; не может доводить начатое действие до конца; не способен самостоятельно спланировать, организовать выполнение заданий; избегает упражнений, требующих длительного физического и интеллектуального напряжения; часто теряет свои вещи; легко отвлекается; проявляет забывчивость и др.

*Импульсивность* проявляется: в поверхностном, небрежном выполнении заданий (несмотря на собственные усилия всё делать правильно); несдержанности в словах, поступках и действиях (например, выкрикивание с места, неспособность соблюдать очерёдность при выполнении инструкций, правил поведения, последовательность способов действий в различных видах деятельности); неумении проигрывать, излишней настойчивости в отстаивании своих интересов, игнорируя требования взрослого. (Для детей с СДВГ присутствие взрослого часто не является сдерживающим фактором.)

Для *гиперактивных* детей характерны: отсутствие чувства опасности, склонность к агрессии, нестойкость по отношению к стрессу, стремление удовлетворять свои эмоции в мире фантазии, повышенная тревожность. Всё это наряду со снижением внимания и познавательных функций приводит к торможению их адаптивного потенциала. В целом для таких детей типичен более низкий уровень социальной зрелости, но при этом они стремятся руководить, ведут себя агрессивно и требовательно. Импульсивные гиперактивные дети быстро реагируют на запрет или замечание, отвечают резкими высказываниями, выкриками, непослушанием.

Вместе с тем они *обладают творческими способностями и позитивными личностными качествами* (гибкость, энтузиазм и спонтанность, энергичность в процессе деятельности). Творческая направленность этих детей проявляется в живом воображении, умении мечтать, в способности мыслить в нескольких направлениях одновременно, находить нестандартные решения, замечать вещи (признаки, свойства), которых другие не видят, что обеспечивает им большую восприимчивость и открытость к новым идеям и веяниям. Энтузиазм и спонтанность детей с СДВГ делает их живыми по натуре, вызывает у них интерес к окружающему. Энергичность (при правильном педагогическом сопровождении) может обеспечить ребёнку с СДВГ работоспособность, достижение учебных и жизненных успехов.

Педагогу важно спокойно, с терпением и пониманием относиться к обучающимся с СДВГ, использовать в образовательном процессе их сильные стороны, а не акцентировать внимание на устранении недостатков, как можно чаще поощрять даже за незначительные успехи.

Предлагаем рекомендации (которыми учтены указанные особенности личности детей с СДВГ, их способности, характерные качества) по организации учебных занятий и досуговой деятельности, психологического сопровождения и коррекционной работы с учащимися с синдромом дефицита внимания и гиперактивности, а также по взаимодействию педагогических работников с родителями этих учащихся.

### **ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С СДВГ**

При проведении учебных занятий педагогическим работникам рекомендуется:

- учитывать, что учащимся с СДВГ желательно сидеть в поле непосредственного контакта с учителем (на 1-й—3-й парте). Поскольку первые парты часто выделены

- для учащихся с ослабленным зрением и другими физическими показателями, необходимо продумать размещение учащихся с СДВГ на уроке ближе к педагогу;
- заранее запланировать для таких учащихся два—три вида дополнительной активной работы (что-либо сложить, разложить, переложить, вытереть, убрать, отнести, перенести, подремонтировать и др.). Выполнение трудовых операций является профилактикой эмоционального переутомления;
  - продумать для учащихся с СДВГ интерактивное начало каждого урока (возможны варианты: раздать тетради, вытереть доску, подсчитать количество детей в классе и иное) — необходимо сконцентрировать их внимание на учебной деятельности, сразу же привлечь к активной работе. Категорически запрещается насильно усаживать учащихся с СДВГ за парту, повышать голос, обращать внимание других учеников на их поведение, так как всё перечисленное может спровоцировать различные эмоциональные реакции. Необходимо избегать запретов и негативных высказываний учителя в адрес учащихся, поскольку замечания провоцируют эмоциональное возбуждение детей. Нивелированию конфликтной ситуации помогут спокойные, ровные интонации, негромкий голос педагога;
  - составить список правил поведения в классе, например, «Советы самому себе». В процессе работы, если ребёнок нарушит одно из правил, установленное им же самим, педагог может указать ему на этот список. Кроме того, целесообразно ввести ритуалы приветствия учащихся в начале каждого урока, предложить им похвалить друг друга, высказать пожелания хорошего дня и др. Следует продумать ситуации успеха при выполнении заданий для всех детей, в том числе для учащихся с СДВГ, что обеспечит положительную мотивацию обучения;

- придерживаться «позитивной модели» воспитания. Произошедший во время урока конфликт надо «погасить», и если его виновники через 3—4 минуты успокоятся, то следует продолжить занятия без каких-либо дальнейших нравовучений, так как это нередко вызывает лишь новый прилив возбуждения. В отдельных ситуациях можно отвести учащихся с СДВГ на некоторое время к педагогу-психологу, занять выполнением какого-нибудь трудового задания;
- делить урок на короткие периоды, каждые 15 минут организовывать физкультминутки, обеспечивающие профилактику физического, сенсорного, эмоционального, интеллектуального переутомления. Сбалансированное соотношение на учебном занятии рациональных и эмоциональных воспитательных средств (использование шуток, «весёлых минуток», обсуждение жизненных ситуаций, притч и т. п.) создаст психологически комфортную атмосферу;
- замечать и отмечать успехи учащихся, использовать все виды поощрения (похвалу, благодарность и т. д.) даже за небольшую «победу» при выполнении заданий. В отношении учащихся с СДВГ педагогу важно «вернуться» в сторону их возможностей, увидеть в детях положительное и на этой основе выстраивать учебное занятие. Система поощрений должна быть достаточно гибкой, но обязательно последовательной. Следует учитывать особенности таких учеников: они не умеют долго ждать, поэтому и поощрения должны носить моментальный характер и повторяться примерно через 15—20 минут. (Один из вариантов поощрения — жетоны или фишки, которые учащиеся в конце недели подсчитывают, вспоминая, за какие успехи они их получили.)

Педагогу необходимо осуществлять адаптацию учебного материала (сокращение объёма заданий при сохранении

уровня сложности; дополнительная визуализация инструкций; приспособление учебных инструментов и материалов к потребностям детей; изменение способа предоставления и записи информации).

Для учащихся с СДВГ в течение учебного занятия можно организовать (по возможности) «перекусы» (печенье, кусочек хлеба), поскольку питание таких детей напрямую влияет на их эмоциональное состояние и поведение.

### **ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С СДВГ**

Психологическая коррекция в работе с обучающимися с СДВГ может включать нейрпсихологический комплекс, в состав которого входят:

- дыхательные упражнения для улучшения самочувствия ребёнка, развития самоконтроля и произвольности;
- глазодвигательные упражнения, расширяющие поле зрения, улучшающие восприятие, снимающие глазное напряжение;
- упражнения, направленные на развитие познавательных навыков (игры на запоминание, устойчивость внимания, воспроизведение увиденного);
- двигательные упражнения с мелкими предметами, пальчиковые игры, рисование двумя руками, графические задания;
- артикуляционные упражнения, обеспечивающие координирование деятельности органов речевого аппарата, нормализацию звукопроизношения, развитие дикции;
- коммуникативные упражнения, содействующие улучшению межличностного взаимодействия, развитию эмпатии; снижению гиперактивности и импульсивности, угасанию гнева и агрессии.

Эффективным методом работы с детьми с СДВГ выступает игровая терапия. Она позволяет ребёнку выразить свои эмоции и мысли через игру, а также помогает

развивать навыки управления поведением и эмоциями. Использование арт-терапевтических методик (изо-терапия, эмбру-терапия) способствует самовыражению и самореализации обучающегося в конкретных продуктах творчества — рисунках, аппликациях, композициях, игрушках и др.

Педагог-психолог начинает работу в направлении одной определённой функции, к примеру, контроля двигательной активности учащихся, а затем, когда будут достигнуты устойчивые положительные результаты, переходит к одновременной тренировке другой функции — например, устранению дефицита внимания.

В целях развития родительской компетенции в вопросах воспитания и обучения ребёнка с СДВГ педагогом-психологом осуществляется информирование, психологическое просвещение и обучение родителей (законных представителей несовершеннолетних).

### **ОРГАНИЗАЦИЯ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С УЧАЩИМИСЯ С СДВГ**

На коррекционных занятиях по развитию познавательной деятельности рекомендуется использовать следующие методы: словесные (инструкция, рассказ, объяснение, разъяснение, уточняющие вопросы и др.); наглядные (показ изучаемых предметов, изображений; использование сигнальных опор, планов, памяток и др.); практические (дидактические и сюжетно-ролевые игры, упражнения, опыты, выполнение трудовых и социально-бытовых заданий). Опыт работы с учащимися с СДВГ свидетельствует, что у таких детей вызывает интерес выполнение проектной деятельности. В связи с этим развитие познавательной деятельности может осуществляться на основе метода опытно-экспериментальной работы с учётом принципа самостоятельности выполнения исследовательских заданий. Возможны следующие её варианты:

- обучаючыся работаюць па гатовай інструкцыі, у якой пропісаны мэта і парадак выканання работы; гіпотэза не ўказваецца; работа ўчащихся носіць рэпрадуктыўны характар;
- обучаючыся знаёмяцца з пастаўленай праблемай, прымаюць мэта даследавання, знаёмяцца з гіпотэзай, выконваюць работу па гатовому плану, самі інтэрпрэтуюць атрыманні вынікі;
- обучаючыся знаёмяцца з пастаўленай праблемай, прымаюць мэта эксперымента і яго гіпотэзу, самі плануюць работу, выконваюць спробы і тлумачаць атрыманні вынікі;
- обучаючыся знаёмяцца з пастаўленай праблемай, самі фармулююць мэта і выдвгаюць гіпотэзу, плануюць і ажыццяўляюць эксперымент, інтэрпрэтуюць атрыманні вынікі;
- обучаючыся самі адкрываюць праблему, фармулююць мэта даследавання, прадполагаюць магчымыя вынікі (выдвгаюць гіпотэзу), плануюць, ажыццяўляюць эксперымент і інтэрпрэтуюць атрыманні вынікі; у гэтым выпадку ім належыць вядучая роля ў выбары спосабаў работы з вывучаемым матэрыялам

Вынікі даследавальскай дзейнасці жадальна дэманстравать ўсім ўчащимся класа.

У працэсе карэктывнага работы па фарміраванню эмацыянальнай сферы ўчащихся з СДВГ павінны ўлічвацца асновныя складавыя эмацыянальнага інтэлекта:

- воспрыятіе эмацыяў — фарміраванне спосабаў распазнаваць эмацыі па міміцы, жэстам, знешняму выглядзе, поведцы і голасу другіх людзей, а таксама ідэнтыфіцаваць свае асобныя эмацыі;
- існаванне эмацыяў — развіццё спосабаў актывізаваць свой мысліцкі працэс, існаванне эмацыяў у працэсе дзейнасці;

- разуменне эмацыяў — фарміраванне умасцяў вызначыць прычыны з'яўлення пазітыўных і негатыўных эмацыяў, звязей паміж мыслямі і эмацыямі, тлумачэнне пераходу ад адной эмацыі да іншай, а таксама інтэрпрэтацыя эмацыяў у адносінах, разуменне складаных (амбівалентных, неадназначных) адчуванняў;
- кіраванне эмацыямі — карэктывка сваіх эмацыяў (з негатыўнай напраўленасці на пазітыўную) для дасягнення пастаўленага мэта, развіццё спосабаў прымаць увагу на эмацыі пры будаванні лагічных ланцаў, рашэнні розных задач, прыняцці рашэнняў і выбары свайго паводнення.

Карэктывныя заняткі трэба праводзіць з прымяненнем ігр, ўпражненняў, з чытаннем літэратурных прадвядзенняў, абдыгрываннем сітуацый. Разуменне, перажыванне эмацыяў і эмацыянальных стасаванняў павінна адбывацца ў працэсе ажыццяўлення практычнага работы: ўчащимся прапанавацца ажыццяўленне разнастайных этюдных на выражэнне асновных эмацыяў і на выражальнасць мімікі, пантомімікі, рэчы, існаванняў з паказам і вывучэннем розных эмацыянальных стасаванняў.

Фарміраванне навыкаў сацыяльна адобранага паводнення ўчащихся з СДВГ неабходна ажыццяўляць пасрэдамі:

- развіцця зрительных, слуховых, тактыльных, вестыбулярных, абнятальных, асязательных адчуванняў;
- развіцця мышечных рэакцый, уключаючы адуванне мімічнага гімнастыкі; пантомімічнымі ўпражненнямі на разуменне эмацыяў; умасцяў змяншаць (снімать) мышечнае і эмацыянальнае напружанне з дапамогай рэлаксацыйных ўпражненняў;
- развіцця і карэкцыі эмацыянальнай сферы дзетей, прадвядваючых адуванне умасцяў фіксаваць сваё уважанне на эмацыянальным стасаванні другіх — людзей і жывотных; правільнаму



месте в нём. Воспитательные же беседы по поводу плохого поведения детей с СДВГ при общении с одноклассниками являются малоэффективными. Необходимо, чтобы у такого ребёнка было сформировано адекватное отношение к самому себе и своим особенностям. Учащийся должен осознать себя как личность, отвечая на вопросы: «Кто есть кто?», «Что важно в жизни?», «Что я люблю, хочу, умею и могу?», «Что я умею?», «Чему я ещё должен научиться?», «Кем я вырасту?». Такая социальная рефлексия рождает появление чувства уверенности в себе, осознания своей полезности.

Включение обучающихся с СДВГ в коллективные воспитательные мероприятия, предполагающие большое количество участников, требует предварительного определения позиции каждого ребёнка с СДВГ, его роли в предстоящем деле и степени готовности к его выполнению. Повышение положительного имиджа этих учащихся в группе, создание для них ситуаций успеха будут способствовать эффективному взаимодействию детей друг с другом.

Значимым моментом участия в проведении различных воспитательных мероприятий обучающихся с СДВГ является эмоциональная поддержка ребёнка, поскольку любой его успех активизирует положительные эмоции, которые распространяются на взаимоотношения в детском коллективе, другие сферы жизнедеятельности.

В целях успешной реализации досуговой деятельности обучающихся с СДВГ важно осуществлять рефлексия, анализ результатов их участия в данной деятельности. При необходимости можно вносить коррективы в организацию различных форм досуга, учитывая поведение, эмоциональную составляющую личности учащегося. Во взаимодействии участников досуговой деятельности должна проявляться инклюзивная культура (взаимоуважение и толерантность).

К досуговой деятельности рекомендуется активно привлекать родителей. Системный подход, которым предусматривается взаимодействие педагога, родителей и детей, обеспечивает эффективность их общения, содействует формированию благоприятных межличностных отношений в условиях учреждения образования и семьи. Проведение воспитательных мероприятий с участием родителей содействует развитию у них педагогической грамотности, формированию адекватных и коррекции деструктивных родительских позиций в воспитании ребёнка, конструктивному взаимодействию, обогащению содержания общения с детьми. Сотрудничество педагогов и родителей позволит лучше узнать ребёнка, увидеть его в разных ситуациях, а следовательно, будет способствовать пониманию индивидуальных особенностей ребёнка, развитию его способностей, преодолению проявлений негативного поведения, формированию ценностных жизненных ориентаций.

### **ОРГАНИЗАЦИЯ ДИНАМИЧЕСКИХ ПАУЗ И ФИЗКУЛЬТМИНУТОК ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С СДВГ**

Динамическая пауза представляет собой активный отдых учащихся на свежем воздухе или в помещении. Её использование обеспечивает развитие функциональных систем организма ребёнка, снимает напряжение, вызванное утомлением, способствует сплочению детского коллектива. Динамические паузы являются обязательной частью всего режима дня учащегося с СДВГ.

Физиологическая сущность динамической паузы — переключение обучающихся на новый вид деятельности, активный отдых. Она проводится индивидуально или в составе небольшой группы под руководством учителя. В программу динамических пауз рекомендуется включать общеразвивающие упражнения, ритмическую гимнастику, подвижные игры. В со-

став фізкультурного комплексу також можуть входить самі різноманітні вправи: рівномірний біг, завдання на точність, (броски м'яча в ціль), стрибки і т. п. Особливу увагу слід приділяти вправам на розвиток міжпівкульових зв'язків (одночасні рухи правої і лівої частини тіла (рукою, ногою) і т. п.). Динамічні перерви повинні проходити на свіжому повітрі або в добре провітреному приміщенні. Необхідно дотримуватися відповідних навантажень і дозування вправ для кожної вікової групи.

Фізкультминутку слід проводити в час уроку. Починати її треба з вправ для м'язів рук і плечового пояса, потім підключати вправи для м'язів тулуба і ніг. Для фізкультминутки цілком доцільно використовувати вправи загальнозміцнюючого впливу (з рухами голови, рук, тулуба, ніг), подвижні ігри, дидактичні ігри з різними рухами, танцювальні рухи і ігрові вправи. Вправи повторюються 4—6 раз.

При організації динамічних перерв і фізкультминок вчитель повинен враховувати стан здоров'я учнів.

### **ВЗАМОДІЯННЯ ПЕДАГОГІЧЕСКИХ РАБОТНИКІВ З РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННИМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ) ДІТЕЙ З СДВГ**

Педагогічним працівникам закладу освіти необхідно підтримувати позитивні партнерські взаємовідносини з батьками учнів з СДВГ. Зокрема це стосується проблемних питань, що виникають на уроках, перервах, в позурочний час, і встановлення перспективних завдань навчання і виховання.

З метою встановлення чіткої послідовності реалізації режимних моментів в умовах сім'ї батькам рекомендується спланувати режим дня дитини з СДВГ з візуальним розписом, забезпечити

контроль за його виконанням. В режимі дня повинні бути відображені види діяльності, в яких діти успішні, проявляють повну самостійність (виконують правила особистої гігієни, наводять порядок на робочому місці, складають навчальні матеріали в портфель відповідно до розписом уроків, допомагають по домі в уборці, догляді за рослинами і т. п.).

Крім того, слід звернути увагу батьків на те, що важливо встановити зв'язок з дітьми з СДВГ в позитивному ключі; формувати у них позитивне ставлення до однокласників, вчителів і закладу освіти в цілому, не допускаючи негативних висловлювань по відношенню до дій педагогічних працівників; постійно обговорювати з дітьми їх успіхи в школі, навчальні труднощі, конфліктні ситуації і др.

Також важливо, щоб батьки усвідомили: існує необхідність в постійній їх підтримці дітей з СДВГ в підготовці домашніх завдань по навчальним предметам, допомозі в виконанні поручень педагога. Обов'язково слід контролювати виконання щоденних справ: відзначати в візуальному розписі виконані/невиконані режимні моменти, навчати дітей розуміти причини, по яких не вдалося виконати заплановане, поощряти самостійну діяльність і організоване поведіння дитини, заохочувати його до самоаналізу і реальної самооцінки.

Таким чином, пріоритетними напрямками в контексті реалізації принципу інклюзії є забезпечення адаптації до навчання, засобів, методів, методических прийомів навчання і виховання учнів з СДВГ, а також підтримка в закладі освіти рівноправного взаємодіяння всіх учнів і включення їх в спільну діяльність на основі прийняття, поваги, інклюзивної культури.

*Матеріал надійшов в редакцію 02.05.2023.*