

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 65
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА

ПРИНЯТА
на заседании Педагогического Совета
№1 от 01.09.2025
протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № ____ от 01.09.2025
Заведующий ГБДОУ д/с № 65
Красносельского района
комбинированного вида
Санкт-Петербурга
_____ Е.Б. Якобсон

Программа
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ КОРРЕКЦИИ
ГИПЕРАКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА

Возраст: дошкольный (от 5 до 7 лет)

Разработчик:
педагог-психолог
Васильева
Жанна Николаевна

Санкт-Петербург
2025 г.

Содержание рабочей программы

№	Разделы программы	Стр.
1	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Значимые характеристики гиперактивного ребенка	3
1.3	Цели и задачи реализации Программы	3
1.4	Ожидаемые результаты	4
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1	Форма работы	4
2.2	Этапы работы	4
2.3	Структура сеансов	4
2.4	Комплексно-тематический план на учебный год	5
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1	Учебно-методический комплект	7
3.2	Список используемой литературы	7
	Приложение Игры и упражнения, используемые на сеансах	8

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

В последнее время родители и воспитатели все чаще сталкиваются с детьми, двигательная активность которых выходит за рамки представлений о простом подвижном ребенке. С гиперактивными детьми трудно наладить контакт уже потому, что они находятся в постоянном движении: они не ходят, а бегают, не сидят, а ерзают, не стоят, а кружатся или залезают куда-нибудь, не смеются, а хохочут, принимаются за дело или убегают, не дослушав задание до конца. Гиперактивное поведение начинает проявляться в большинстве случаев после четырех лет и продолжается до подросткового возраста.

1.2. Значимые характеристики гиперактивного ребенка

Такого ребенка часто называют «живчиком», «вечным двигателем», неутомимым. Малыш, встав на ножки, сразу побежал, с тех пор торопится куда-то, опережая сам себя. Он весь как будто на шарнирах. Особенно непослушны руки, они все трогают, хватают, ломают, дергают, бросают. А ноги? У гиперактивного ребенка нет такого слова, как «ходьба», его ноги целый день носятся, кого-то догоняют, вскакивают, перепрыгивают. Даже голова у этого ребенка в постоянном движении. Но, стараясь увидеть больше, ребенок редко улавливает суть. Взгляд скользит лишь по поверхности, удовлетворяя сиюминутное любопытство. Любознательность ему не свойственна, редко задает вопросы «почему», «зачем». А если и задает, то забывает выслушать ответ. Хотя ребенок находится в постоянном движении, есть нарушения координации: неуклюж, при беге и ходьбе роняет предметы, ломает игрушки, часто падает. Тело его в царапинах и шишках, но, тем не менее, он снова набивает те же «шишки», не делая вывод из предыдущего опыта. У такого ребенка инстинкта самосохранения как будто совсем нет. Неусидчивость, рассеянность, невнимательность, негативизм – характерные черты его поведения. Он импульсивнее своих сверстников, у него очень быстро меняется настроение: то безудержная радость, то бесконечные капризы. Часто ведет себя агрессивно. Обычно он самый шумный, в центре драки, кутерьмы, там, где баловство, проказы. Такой ребенок с трудом усваивает навыки и не понимает многие задания. Самооценка у него чаще всего заниженная. Он не знает, что такое расслабление, успокаивается, только когда спит. Но днем его не уложишь, спит лишь ночью, но очень беспокойно. В общественных местах такой ребенок сразу привлекает к себе внимание окружающих, потому что пытается все потрогать руками, везде залезть, что-то схватить, совершенно не слушается родителей.

1.3. Цели и задачи реализации Программы

Цель программы: коррекция нарушений поведения ребёнка, помощь в развитии и совершенствовании коммуникативных навыков.

Задачи:

- научить ребенка контролировать свое поведение (самоконтроль произвольного поведения);
- научить ребенка навыкам двигательного контроля;
- развивать и совершенствовать коммуникативные навыки;
- помочь гиперактивному ребенку развить внимание;
- снять психоэмоциональное напряжение.

1.4. Ожидаемые результаты

- положительная динамика коррекции гиперактивности;
- повышение уровня адаптации в образовательном учреждении.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Формы работы

Беседы, коммуникативные игры и упражнения, психогимнастика, методы арт-терапии, психологические сказки.

Используемые психолого - педагогические приёмы:

- формирование реально осознаваемых мотивов в поведении, реально действующих мотивов в поведении
- анализ конфликтных ситуаций
- ролевое научение
- развитие позитивного общения

2.2. Этапы работы

Подготовительный этап: выявление гиперактивности у ребенка. Отбор детей для коррекционной работы осуществляется на основе психодиагностики, которая осуществляется путем наблюдения педагогов; анкетирования «Шпаргалка для взрослых. Критерии гиперактивности» Лютова Е.К., Молина Г.Б.

С родителями, воспитателями и другими специалистами проводятся предварительные консультации. На консультации с воспитателями и логопедом обсуждается необходимость оказания поддержки ребенку, посещающему занятия. Аналогичные вопросы обсуждаются и с родителями.

Основной этап предполагает индивидуальную работу. Индивидуальные занятия проводятся 1-2 раза в неделю. Продолжительность: 20-30 минут.

Программа состоит из 10 занятий. Каждое состоит из нескольких упражнений.

Завершающий этап: проводится контрольная диагностика гиперактивности, позволяющая оценить эффективность работы. Кроме того, на этом этапе проводятся консультации с педагогами и родителями по результатам работы.

2.3. Структура занятий

1. Приветствие, упражнения на равновесие и мышечную релаксацию.
2. Основная часть, во время которой используются игры и упражнения, направленные на развитие внимания, контроля за импульсивностью и управление двигательной активностью, психогимнастические и телесно-ориентированные упражнения.

В основной части используются такие методы и приемы как:

- прослушивание и обсуждение сказок;
- разыгрывание этюдов, инсценировки (психогимнастика);
- игры, упражнения;
- элементы арт-терапии, танцевальной терапии, музыкотерапии.

3. Заключительный этап, направлен на рефлекссию.

Прощание.

2.4. Комплексно-тематический план на учебный год

N занятия	Название упражнений	Цели и задачи
1	1.«Найди отличие». 2.«Запомни игрушку и опиши ее». 3.«Запрещенное движение». 4.«Отыщи-ка ты, дружок». 5.«Море волнуется».	— Развитие и концентрация внимания. — Развитие памяти. — Развитие самоконтроля и коррекция импульсивности. — Контроль двигательной активности.
2	1.«Разговор с руками». 2.«Передай мяч».	— Контроль импульсивности.

	3.«Говори!». 4.«Съедобное — несъедобное». 5.«Сиа́мские близнецы».	— Развитие внимания.
3	1. Игра «Кулак». 2. Игра «Замок Феи». 3. Пальчиковая гимнастика «Карусели». 4. Пальчиковая гимнастика «Бабочка». 5. Беседы о добре «Добрые чувства».	- Развитие умения проигрывать, психотерапия неудач. - Коррекция поведения и личностных качеств. - Снижение напряжения. - Развитие умения согласовать свои действия с текстом. - Развитие способности к сопереживанию, коммуникативных навыков, социальной адаптации.
4	1. Игра «Близнецы» 2. Игра «Лабиринт» 3. Игра «Звезда» 4. Игра «Попугай» 5. Игра «Повторялки»	- Развитие внимания, мышления. - Гармонизация межличностных отношений. - Повышение самооценки, - Развитие коммуникативной сферы. - Контроль импульсивности. - Тренировка умения работать дружно, вместе.
5	1. Игра «Замок Феи» 2. Игра «Желание для себя» 3. Игра «Дом» 4. Игра «Цветок мечты» 5. Игра «Попугай»	- Коррекция поведения и личностных качеств. - Повышение самооценки. - Развитие воображения. - Развитие способности к самопознанию. - Развитие эмпатии. - Контроль импульсивности. - Развитие внимания, речи.
6	1.«Найди отличие». 2.«Запомни игрушку и опиши ее». 3.«Запрещенное движение». 4.«Отыщи-ка ты, дружок». 5.«Море волнуется».	— Развитие и концентрация внимания. — Развитие памяти. — Развитие самоконтроля и коррекция импульсивности. — Контроль двигательной активности.
7	1.«Разговор с руками». 2.«Передай мяч». 3.«Говори!». 4.«Съедобное — несъедобное». 5.«Сиа́мские близнецы».	— Контроль импульсивности. — Развитие внимания.
8	1. Игра «Кулак». 2. Игра «Замок Феи». 3. Пальчиковая гимнастика «Карусели». 4. Пальчиковая гимнастика «Бабочка». 5. Беседы о добре «Добрые чувства».	- Развитие умения проигрывать, психотерапия неудач. - Коррекция поведения и личностных качеств. - Снижение напряжения. - Развитие умения согласовать свои действия с текстом.

		- Развитие способности к сопереживанию, коммуникативных навыков, социальной адаптации.
9	1. Игра «Близнецы» 2. Игра «Лабиринт» 3. Игра «Звезда» 4. Игра «Попугай» 5. Игра «Повторялки»	- Развитие внимания, мышления. - Гармонизация межличностных отношений. - Повышение самооценки, - Развитие коммуникативной сферы. - Контроль импульсивности. - Тренировка умения работать дружно, вместе.
10	1. Игра «Замок Феи» 2. Игра «Желание для себя» 3. Игра «Дом» 4. Игра «Цветок мечты» 5. Игра «Попугай»	- Коррекция поведения и личностных качеств. - Повышение самооценки. - Развитие воображения. - Развитие способности к самопознанию. - Развитие эмпатии. - Контроль импульсивности. - Развитие внимания, речи.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Учебно-методический комплект

Диагностические материалы:

Лютова Е.К., Моница Г.Б.	«Шпаргалка для взрослых. Критерии гиперактивности»	М., 2000 В электронном виде.
--------------------------	--	---------------------------------

Индивидуальная коррекционно-развивающая деятельность:

А.Н.Малахова	Программа игротерапии для дошкольников "Небесное путешествие"	Издательство "Речь", Санкт-Петербург, 2008.
Е.К. Лютова Г.Б. Моница	Игры для гиперактивных детей	Издательство "Речь", Санкт-Петербург, 2011.
М.И.Чистякова	«Психогимнастика»	Издательство «Просвещение», «Владос», Москва, 1995.
О.Е. Хухлаев, О.В. Хухлаева	Серии терапевтических сказок: «Гараж», «Отчего у ежика выросли иголки», «Светофор»	Издательство "Проспект", Москва, 2018 - 2019.
С.В. Крюкова, Н.П. Слободяник	«Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвалюсь и радуюсь»	М. Генезис, 2002.
Э.Э.Большебратакая	"Песочная терапия"	Издательство "Слово", Петропавловск, 2010.

3.2. Список используемой литературы

1. Брызгунова И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок или все о гиперактивных детях. – Издательство Института Психотерапии, Москва, 2001. (сайт <https://www.twirpx.com>)
2. Заваденко Н.Н. Как понять ребенка: Дети с гиперактивностью и дефицитом внимания. — М., Издательство Юрайт, 2018. (сайт <https://urait.ru>)
3. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Игры для гиперактивных детей, - Издательство "Речь", Санкт-Петербург, 2011.
4. Малахова А.Н., Программа игротерапии для дошкольников»Небесное путешествие", - Издательство "Речь", Санкт-Петербург, 2008.
5. Шевченко Ю.С. Коррекция поведения детей с гиперактивным и психопатическим синдромом. - 2-ое изд. — М.: Вита-Пресс, 1997. (сайт <https://www.twirpx.com>)

ПРИЛОЖЕНИЕ

Игры и упражнения, используемые на занятиях

- «Найди отличия».
Цель — развитие внимания.
- «Запомни игрушку и опиши ее».
Цель — развитие памяти, концентрации внимания.
- «Запрещенное движение».
Определяется запрещенное движение, которое нельзя повторять. Взрослый быстро показывает разные движения, а ребенок должен успеть повторить, кроме запрещенного
- «Отыщи-ка ты, дружок».
Ребенка просят найти среди множества игрушек те, которые украшены красным цветом; с желтыми глазками; медвежат и т. д.
- «Море волнуется».
Дети плавно качают руками из стороны в сторону, приговаривая напевно: «Море волнуется раз...»
Ведущий выкрикивает: «Замри!»
И дети сразу же должны замереть.
- «Разговор с руками».
Ребенка просят обвести ручки, раскрасить и договориться с ними, чтобы они слушались хозяина. Ручки очень хорошие, но иногда непослушные.
- «Передай мяч».
Дети быстро передают из рук в руки мяч. Им нужно постараться не уронить мяч.
- «Говори!»
Детям задается вопрос, отвечать можно после того, как скажут: «Говори!».
(Картотека Лютовой, Мониной).
- «Съедобное — несъедобное».
Игра с мячом. Перечисляются разные предметы: если съедобное, нужно ловить, несъедобное — нет.
- «Сиа́мские близнецы».
Два ребенка встают спина к спине, сцепившись руками, и пробуют походить в разных направлениях попрыгать что-то взять. Важно умение договориться.
- Игра «Кулак»
Ребята быстро лепят небольшой предмет, затем, по очереди передают соседу, разминают в руках и лепят что-нибудь другое.
- Пальчиковая гимнастика «Карусели»
Еле-еле, еле-еле закружились карусели,

Круговые движения указательными пальцами
А потом, потом, потом (хлопки в ладоши)
Все бегом, бегом, бегом!
Перебирание пальчиками передвижением вверх

- Пальчиковая гимнастика «Бабочка»

Под спокойную, расслабляющую музыку:

Бабочка, лети, лети, (Машут руками)
на плече ты отдохни. (Гладят плечи)

Бабочка, лети, лети, (Машут руками)
на коленях отдохни. (Гладят колени).

- «Добрые чувства»

Беседа на тему добра и зла. Обсуждаются вопросы:

- Что значит делать добро? - Назови добрые поступки и помыслы.

- Как можно помочь другому?

- Что значит «быть хорошим человеком» (это быть каким?).

- Расскажи о своем добром поступке.

- Игра «Близнецы»

Предлагается найти семь отличий между двумя
похожими рисунками и рассказать о них.

- Игра «Лабиринт»

Ребенку предлагается пройти лабиринт
по правильной дорожке.

- Игра «Звезда»

Все участники говорят «имениннику» — ребенку

в центре круга — комплименты

(все дети должны побывать в роли «именинника»).

- Игра «Попугай»

Посмотрите на картинку и скажите: кто это?

А вы знаете, что попугаи говорят, как люди?

Как они этому учатся? (Повторяют.)

- Игра «Повторялки»

Повторяй за мной все слова или движения, кроме
запрещенного (вариант усложнения: 2-3 запрещенных
слова на выбор ведущего).

Пример: Запрещенное слово — «дом».

Начали: стол, лес, мир, дом, слон, руки, улыбка,
дом, лес, деревья, небо, дом...

Запрещенное движение — руки вверх.

Начали — хлопаем в ладоши, топаем, руки на пояс,
руки вверх, киваем головой, топаем левой ногой,
руки на плечи, руки вверх, приседаем...

- Игра «Замок Феи»

Каждый ребенок рассказывает всем, каким он будет
человеком, какие добрые поступки будет совершать,

как будешь себя вести. Затем Фея взмахивает волшебной палочкой, все вместе громко хлопают и весело говорят в один голос три раза: «Молодец!»

- Игра «Желание для себя»

Ребенку предлагается загадать желание для себя — громко и от всего сердца.

Ведущий звенит в колокольчик со словами:

«Твое желание постарается исполниться».

- Игра «Дом»

Ребенок рассказывает о членах своей семьи — как их зовут, где они работают или учатся, как проводят время вместе, что любит каждый. Предлагается нарисовать свою семью за разными занятиями (прогулка в парке, на аттракционах, встреча Нового года, Д Р...), сопровождая рисунок рассказом.

- Игра «Цветок мечты»

Цветок — это символ красоты, символ мечты.

Каждый о чем-то мечтает.

- А о чем мечтаешь ты? - Расскажи о своей мечте.

- Ребята, посоветуйте, что надо сделать, чтобы мечта сбылась?

(Нарисовать; заслужить, если это игрушка или сладость...).

- Рисование «Цветок мечты».