

Для ребенка с СДВГ утренний сбор в саду — это самый стрессовый момент. Только пришли, надо переключиться с дома, сесть в круг, слушать воспитателя и не дергаться. Если просто сказать «садись», он через 30 секунд уже лежит на полу или крутится.

Задача: сделать сбор ритуалом-якорем, где движение разрешено, а тишина — это игра, а не приказ.

Вот пошаговый сценарий на 5–7 минут (дольше они не выдерживают):

Этап 1. Сигнал «Собираемся» (30 сек)

Не кричите «Все в круг!». Используйте звуковой якорь:

Звоните колокольчиком или включаете короткую веселую мелодию (например, из мультфильма).

Правило: пока играет музыка — можно доделывать свои дела. Как только музыка стихла — все бегут в круг.

Этап 2. Вход в круг через движение (2 минуты)

Не сажайте сразу. Дайте телу «проснуться»:

«Здороваемся частями тела». Ведущий называет: «Поздоровайтесь локтями!» — дети трутся локтями. «Коленками!» — стучат коленками. «Носиками!» — трутся носами (очень смешат, снимают тревогу).

Заканчиваем рукопожатием с соседом и садимся.

Этап 3. Главный ритуал — «Приветствие по цепочке» (1–2 минуты)

Здесь важна предсказуемость. Каждое утро одно и то же:

В центре круга лежит «волшебный микрофон» (можно просто киндер-яйцо).

Ребенок берет его, называет СВОЕ имя и коротко отвечает на ОДИН вопрос (не больше!):

«С кем ты пришел?»

«Какая у тебя обувь?» (для неговорящих — просто показывают карточку-настроение: солнышко/тучка).

Для СДВГ: разрешайте им крутиться на коленях или сидеть на фитболе вместо стула во время ответа. Так им легче удерживать внимание.

Этап 4. Игра «Кто проснулся?» (2 минуты)

Это замена нудному «А теперь давайте сядем ровно». Тренируем переключение:

Ведущий хлопает в ладоши 2 раза — дети топают ногами (проснулись ножки).

Хлопает 1 раз — хлопают в ладоши (проснулись ручки).

Хлопает 3 раза — кричат «Ура!» (проснулась голова).

Важно: делайте паузы между хлопками 3–4 секунды. Для СДВГ пауза важнее самого действия — она учит ждать.

Этап 5. Переход к занятиям (1 минута)

Не говорите: «А теперь идем рисовать». Используйте игру-визуалку:

Достаете большую яркую коробку с крышкой. Внутри — предмет, связанный с первым уроком (кисточка, мяч, книга).

Задание: «Что там гремит? Отгадайте по звуку!» — потрясите коробку.

Открываете, показываете. И тут же даете команду-движение: «Кто угадал — встаем и бежим тихо-тихо на носочках к столам!»

Важная «фишка» для СДВГ на сборе:

Сделайте «Коврик-посадочное место». На полу нарисуйте скотчем яркие круги (как парковка). Ребенок садится строго в свой круг. Это дает ему четкие физические границы — его тело знает, где «парковаться», и ему легче не елозить.

Если ребенок уже "взлетел" и не садится:

Не заставляйте. Дайте задание-поручение: «Дима, будешь моим помощником. Подержи микрофон у ребят, пока они здороваются». Дав статус «помощника», вы включаете его внимание через ответственность, он успокаивается и автоматически включается в процесс.