

## МЕДЛИТЕЛЬНЫЙ РЕБЕНОК



Таких детей часто называют «копуши». Они медленно одеваются, медленно едят, медленно реагируют на просьбы и обращения взрослых. Более всего от своей медлительности страдают сами копуши: взрослые на них раздражаются, ругают и наказывают, дети не очень охотно принимают их в игры, да и сами они стараются остаться в стороне. Самое главное — они испытывают трудности в обучении. Все это накладывает отпечаток на их характер, очень часто такие дети становятся необщительными, замыкаются в себе.

Медлительные дети отличаются не только медлительностью двигательных реакций — у них замедленно и протекает умственная деятельность: они должны собраться с мыслями, прежде чем ответят на вопрос или выполнят задание. Недостаточная подвижность проявляется и в речи детей: они «тянут» слова, делают ненужные паузы между ними. Еще одна особенность медлительных детей — трудность переключения на новый вид деятельности. Такие дети склонны к стереотипным действиям, поступкам по определенным шаблонам и правилам — например, предпочитают ходить одной и той же дорогой, играть в привычные игры, уклоняясь от новых.

Причины медлительности детей лежат в своеобразии функционирования центральной нервной системы и связаны с низкой подвижностью нервных процессов. Присущая каждому ребенку скорость двигательных реакций и психической деятельности, то есть его личный темп, определяется в основном врожденными особенностями, типом его нервной системы.

### Как помочь медлительным детям

- ☀️ Необходимо спокойно разговаривать с ребенком, помнить, что ребенок «копается» не назло вам, просто он иначе не может (это свойство его нервной системы). Постарайтесь общаться с ним без понуканий и упреков. Ровный тон и доброжелательное обращение гораздо эффективнее, чем крик и наказания.
- ☀️ Не проявляйте спешки и не нервничайте, делая что-либо вместе с ребенком. Спешка вызовет у него еще большее замедление реакции. Рассчитывайте время так, чтобы дать возможность ребенку собраться в том темпе, в котором он может. Например, спокойно, без раздражения ждите, когда ребенок встанет (медлительным детям требуется время, чтобы отойти от сна, им надо минут 5 — 10 просто полежать), умоется, позавтракает. Лучше разбудите его пораньше... Торопить и подгонять его не только бесполезно, но и вредно: он затормаживается еще больше, а так как торопят его постоянно, то появляется опасность невротизации.
- ☀️ Дошкольники еще плохо воспринимают время как процесс. Научите ребенка следить за временем. В этом вам помогут песочные часы, которые дают реальную зрительную картинку «убегающих» минут. Потренируйтесь собирать игрушки, есть, одеваться пока сыплется песок в часах. Это даст ребенку возможность самостоятельно оценить скорость своих действий. Похвалите ребенка, если он уложился во времени, не ругайте, если что-то пока не получилось.

- ☀️ Дошкольники могут реагировать только на одно указание, данное ему за один раз. Не превращайте свои просьбы в длинный монолог, пожелание должно быть коротким и ясным, например: «Пойди возьми свою куртку, а затем я скажу, что делать дальше».
- ☀️ Некоторым детям недостаточны указания на слух. Устанавливайте с ними зрительный и тактильный контакт. Подойдите к ребенку, ласково дотроньтесь до него, посмотрите ему в глаза, обращаясь с какой-нибудь просьбой. Такой способ обращения будет более действенным и эффективным.
- ☀️ Избегайте ярлыков. Очень просто отнести ребенка к категории ленивых или с замедленной реакцией. Ярлык прилепляется и тогда, когда вы говорите: «Вечно ты копаешься!» или «Ты всегда опаздываешь». Такие штампы закрепляются. Обращайтесь с ребенком так, словно вы ожидаете от него, что он все сделает вовремя.
- ☀️ Соблюдайте четкий режим дня. Медлительному ребенку легче приспособиться к определенному порядку всех повседневных дел. Это вырабатывает у него жизненные стереотипы. Если ребенок в одно время ложится спать, встает, ест, гуляет, если каждая процедура осуществляется в определенном порядке, ему будет легче справиться со стоящими перед ним задачами.
- ☀️ Обсуждайте с ребенком предстоящий день. Вместе с ним планируйте время подъема, сбора в детский сад, занятия на вечер, сколько все это у вас займет времени.
- ☀️ Уделяйте время тренировке ребенка. Свойства силы и подвижности в значительной степени тренируются под влиянием условий жизни, и можно говорить, что происходит своего рода «естественная» тренировка. Однако нельзя полагаться на то, что вот ребенок подрастет и все выправится само собой. Необходимо целенаправленное развитие подвижности нервной системы — ежедневные 10—15-минутные занятия. Систематические занятия способствуют повышению скорости работы. Тренировка легче всего проходит в игровой форме. Наиболее успешна такая тренировка в возрасте от 4 до 6 лет. В это время нужно уделить как можно больше внимания работе с медлительными детьми. Полезны упражнения для больших мышечных групп и для мелких мышц (руки), игры со сменой темпа движений (резкими переходами от медленного темпа движений к быстрому и обратно). Например, можно просить ребенка хлопать в ладоши, сгибать и разгибать пальцы рук с разной скоростью вслед за взрослым, ходить с разной скоростью (ходьба — бег — медленная ходьба). Смена темпа происходит по словесному сигналу взрослого или при смене темпа музыкального сопровождения.
- ☀️ Любое задание на быстрое или ограниченное во времени выполнение какого-то действия надо давать на позитивном эмоциональном фоне. Хорошее настроение у детей легче всего создается в игре, поэтому желательно вносить элементы игры в те ситуации, где требуется ускорение реакций медлительного ребенка (превратитесь в машинку, которая имеет несколько скоростей; поиграйте в спортсменов, которые соревнуются за победу и т.д.). Приучите себя (и ребенка) к мысли: оттого, что он медлительный, он не хороший и не плохой, он просто такой, как есть. И ему нужно помочь именно с этими его качествами ориентироваться и в детском саду, и школе, и в жизни.
- ☀️ Помните, что общение и воспитание медлительных детей требует от родителей большого терпения, чувства юмора и фантазии.

Удачи вам!