*Составитель: Барбарина О.А, воспитатель*

***Медлительный ребенок***

***Что делать?***

- Сколько можно  завтракать? Давай скорее ешь, а то мы  опоздаем!

Через 5 минут:

- Ты еще не съел? Чего ты ждешь? Мне что, тебя как маленького с ложки кормить надо?

Прошло еще 5 минут:

-Ну, все, моё терпение лопнуло! Ставь тарелку в раковину, пойдешь сегодня голодным. И ничего по дороге не проси, не куплю!

Наверняка в жизни каждого ребенка бывали такие ситуации. Но, если ребенок просто вредничает и не хочет есть эту кашу, то не страшно. В другой раз он поест нормально, и такие ситуации случаются редко.  А вот если такое бывает изо дня в день и не только с едой, то нужно  попробовать найти причину и постараться ее изменить.

Конечно, если ребенок медленно кушает, то здесь общими усилиями семьи можно найти выход из положения.  Но часто бывает, что ребенок   ВСЁ  делает медленно.  Как тогда? Что делать и нужно ли стараться изменить ребенка?

Все  люди разные: высокие и  маленькие, светлые и темные, быстрые и медлительные.  Медлительный ребенок доставляет немало хлопот родителям, сам испытывает много трудностей в обучении из-за своей медлительности.

Медлительный ребенок имеет низкую подвижность нервной деятельности, что и сказывается на темпе всей деятельности такого ребенка. Большинство ученых сходятся во мнении о том, что темп деятельности каждого человека индивидуален и является врожденной особенностью. И часто родители такого ребенка опускают руки и говорят: "Ну, вот такой он у меня. Что я сделаю?"

Пока ребенок маленький, медлительность особого вреда не принесет. Необходимо только родителям учитывать эту особенность ребенка и давать ему больше времени на раскачку и выполнение дел. Но как только ребенок приходит в школу, медлительность становится большим препятствием для хорошей учебы. Ребенок не успел написать задание в тетради, не успел посчитать ответ в примере, а класс уже решает следующие примеры. И соответственно, оценки становятся ниже, качество знаний страдает,  ребенок испытывает постоянный стресс,  боится, что не успеет и делает задания  от этого  только хуже.  Думаю, вам знакомы такие ситуации, а может, и ваш ребенок  оказался в числе таких детей.

Если медлительность - часто врожденное свойство, то нужно ли как-то на него воздействовать и пытаться изменить?

Необходимо. Наша жизнь идет все быстрее,  с каждым днем в наши головы  поступает всё больше информации, которую надо [усвоить и запомнить](http://chitalochka-ru.ru/sovetyi-roditelyam/chemu-nuzhno-nauchit-rebenka.html). А если ребенок медлительный, то он просто не успеет это сделать, и постоянно будет испытывать стрессовые ситуации, оказываться в неловком положении.  Поэтому медленному ребенку необходимо помочь и  постепенно развивать скорость мышления и действия. Конечно, просто словами "делай быстрее" тут не обойтись. Да и слова приносят только вред, они еще больше тормозят ребенка  и  приводят в большим ошибкам.

Можно пойти другим путём - [научить мозг ребенка работать быстрее](http://chitalochka-ru.ru/razvitie-tvorcheskih-sposobnostey/a-vyi-delaete-zaryadku-dlya-uma.html), быстрее переключаться  с одной деятельности на другую. И делается это всё в игре!   Можно играть с ребенком по несколько минут  в день и незаметно для него  увеличивать скорость движения, скорость  мышления.

**На что нужно обратить внимание родителям медлительного ребенка:**

Торопить ребенка бесполезно. Кроме слез и скандалов ничего из этого не выйдет.

Давайте больше времени на выполнение дел, оставляйте время в запасе.

Привлекайте ребенка к играм соревнованиям. В таких играх у ребенка возникает необходимость действовать быстрее без воздействия извне.

Играйте в игры, где требуется быстрая смена деятельности:  похлопали - потопали, нарисовали кружочки, а потом сразу палочки,  читать  с чередованием скорости быстро-медленно.

Есть еще много простых игр, которые позволяют развивать скорость мыслительных процессов, развивают внимание, а значит, помогают ребенку учиться легче и лучше.

**Вы можете использовать игры со сменой скорости движений:**

* ходьба-бег-ходьба медленная;
* хлопки ладонями медленно-быстро-медленно;
* "бег" пальчиками (большим и указательным); для ребенка это
* довольно сложное задание, поэтому сначала пусть научится так
* "бегать" в обычном темпе; можете посоревноваться;
* прыгать через прыгалку, меняя темп;
* стучать по столу или на барабане (всеми пальцами или одним);
* чертить палочки и ставить точки. Для этого используйте тетрадь в
* клетку;
* то же задание, но усложненное - ставить точки, чертить палочки и считать: "Один, два, три..." - до десяти.

Когда ребенок научится работать в определенном темпе и замедлять его, можно попробовать игры с максимально быстрыми движениями. Не огорчайтесь, если вначале на ваше "Быстрее!" может выйти еще медленнее, особенно для тех движений, которые выполняются руками, пальцами. На начальном этапе не стоит играть в "кто быстрее".

Когда проводить эти занятия? В любое время дня, главное, чтобы они были систематичными, не нудными, а интересными, не тягостной обязаловкой, а веселой игрой.

Для снятия эмоционального напряжения можно использовать специальные комплексы аутогенной тренировки. Считается, что уже в 7-8 лет дети способны осознать правила аутогенной тренировки и применять ее осмысленно.

Если у вас есть возможность посещать специальные группы аутогенной тренировки для детей (или вместе с детьми) - это прекрасно. Если нет, вы можете сами использовать некоторые приемы дома. Для того чтобы такая тренировка была эффективной, нужно сначала расслабить ребенка, снять напряжение. Знаете ли вы, что движения, подвижные игры, гимнастика, упражнения с мячом и скакалкой не только укрепляют ребенка физически, но и снимают напряжение, дают необходимую разрядку.

Любые усилия по расслаблению, снятию напряжения не будут эффективны, если напряжение царит в доме. Известный психотерапевт А. И. Захаров заметил: для ребенка существенно не только ваше недовольство, выраженное явно в любой форме, но и недовольство, внешне не выраженное, но услышанное им интуитивно. А услышанное, оно вызывает у детей состояние неопределенности и тревожного ожидания. Помните об этом. Если мама вечером постарается сделать так, чтобы напряжение спало, чтобы сын расслабился, а папа утром даст волю своему раздражению ("Опять копаешься!"), никакого толку от занятий не будет. Порой родителям трудно договориться между собой. Но все-таки постарайтесь: единая и согласованная тактика отношения к ребенку, к его поведению, к его успехам и неудачам - непременное условие успешности любых занятий.

Итак, медлительность - свойство нервной системы. Нельзя заставить ребенка делать все так быстро, как хотят взрослые. Нельзя сравнивать медлительного ребенка с его подвижным сверстником. Быстрый темп дается медлительным детям большой ценой. Постоянный цейтнот, в котором они живут, - один из самых вредоносных факторов; это путь к неврозам.

Но это не значит, что медлительные дети обречены быть вечно отстающими. Во-первых, идет возрастная компенсация; во-вторых, в силах родителей облегчить ребенку приспособление к школе. И тогда к четвертому примерно классу ребенок выравнивается и чувствует себя равным среди сверстников...

*Источник: http://chitalochka-ru.ru/sovetyi-roditelyam/medlitelnyiy-rebenok-chto-delat.html* *M.Бeзpукиx, С.Eфимoвa и Б.Кpуглoв.* *http://adalin.mospsy.ru/l\_02\_00/l\_02\_08b.shtml*