

обсудив какие-то дела.

Хорошо бы сесть рядом (не торопясь, не дергаясь оттого, что дел много или по телевидению интересная программа), погладить ребенка по голове, по спинке легкими спокойными движениями, провести несколько раз по лбу, как бы снимая все дневные заботы и тревоги, приговаривая что-нибудь ласковое, доброе...

МАДОУ ЦРР — детский сад

Медлительность

Что делать?



Составитель:
Зонова Е.Г.
педагог-психолог

Информация взята из открытых интернет
источников.
г. Красноуфимск, 2024

г. Красноуфимск, 2024

„Как это, другие все успевают, а он, кажется, не понимает, что надо быстрее,,,

А не понимают сами родители - дело не в способностях, а в том, что ребенку постоянно навязывается непосильный для него темп работы! Родители часто спрашивают: пройдет ли медлительность? Нет, у детей с низкой подвижностью нервных процессов темп деятельности всегда будет ниже, чем у детей с высокой подвижностью. Главное, на начальном этапе обучения не увырять их работу, а создать все условия, чтобы не усугубить это состояние, не сорвать здоровье. Ведь стоит выбить ребенка из колеи - и это, в свою очередь, еще больше замедлит и письмо, и чтение, и любую другую деятельность. А к тому же сильно ухудшит ее качество. Торопить, подгонять такого ребенка не только бесполезно (быстрее работать он не будет; эффект окажется обратным), но и вредно - так создаются условия для возникновения невроза.

Положите перед ребенком лист бумаги в клетку и попросите в каждую клетку (на любой строчке) ставить точку и громко считать до десяти. В среднем, обычные шестилетки выполняют это задание за 10-12 секунд, семилетки - за 6-8 секунд; а у медлительных это время в 1,5-2 раза больше.

Если же мы учтем особенности такого ребенка и, главное, дадим ему возможность работать в оптимальном (для него!) темпе, качество и точность такой работы могут быть очень высокими!

Еще одна особенность медлительных детей, о которой следует помнить, - трудность переключения (особенно быстрого) на новый вид деятельности.

Об этих детях часто говорят "инертны", имея в виду, что они не успевают за быстро меняющейся ситуацией, часто не схватывают ее. Новое задание может прийти на то время, когда продолжается еще решение предыдущего задания.

Медлительные реагируют на нагрузку не увеличением, а дальнейшим уменьшением количества усваиваемой информации, - значит, нагрузка ведет к углублению торможения.

Помогает ли тренировка медлительным детям?

Для того чтобы занятия были эффективными, следует так организовать жизнь ребенка, чтобы все нагрузки были тренирующими. Кроме того, необходима и специальная тренировка - ежедневные 10-15-минутные занятия. Создать такие условия совсем не сложно, но есть особая тактика, которую вы должны соблюдать: не спешите, не торопите ребенка, не нервничайте при этом сами, не дергайте и не подгоняйте его.

Спокойно, без раздражения ждите, когда ребенок встанет (кстати, медлительные дети не вскакивают тут же с постели, они должны отойти от сна, минут 5-10 просто полежать), умоется, позавтракает. Лучше разбудите его пораньше...

Не конфликтуйте вечером перед сном, не корите за долгие сборы ко сну. При этом вы и сами должны быть достаточно организованны - иначе успеха не будет. Нужно облегчить ребенку выполнение всех повседневных дел: помочь в этом может четко организованный режим.

Можно придумать немало игр, которые помогут ребенку преодолеть ее: важно делать что-то вместе, соревнуясь - но при этом важно не увлечься "ролью победителя" и подстроиться под его темп.

Непростой вопрос: можно ли действовать на копушу юмором? Да, можно пошутить над

копушей - но по-доброму, без раздражения! Можно подчеркнуть это качество у себя - и пусть посмеется ребенок. Дадим ему возможность осознать свою медлительность и в то же время не чувствовать себя ущемленным и неспособным

Вы можете использовать игры со сменой скорости движений:

- 1) ходьба-бег-ходьба медленная;
 - 2) хлопки ладонями медленно-быстро-медленно;
 - 3) "бег" пальчиками (средним и указательным); для ребенка это довольно сложное задание, поэтому сначала пусть научится так "бегать" в обычном темпе; можете посоревноваться;
 - 4) прыгать через прыгалку, меняя темп;
 - 5) стучать по столу или на барабане (всеми пальцами или одним);
 - 6) чертить палочки и ставить точки. Для этого используйте тетрадь в клетку;
 - 7) 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.
- Если вы найдете несколько раз в неделю полчаса-час для того, чтобы побегать вместе с сыном или дочкой, поиграть в кошки-мышки, догонялки, лапту, бадминтон или просто попрыгать "как заяц", походить "как медведь", побегать "как лев", вы заметите, как исчезает напряженность, настороженность, неуверенность, как налаживается ваш контакт с ребенком. Можно расслабить ребенка вечером, перед сном, предварительно погуляв вместе,