



МЕДЛИТЕЛЬНЫЕ ДЕТИ В ДЕТСКОМ САДУ

Медлительность не является каким-то недостатком, но, как правило, доставляет немало неприятностей детям и их родителям. Даже если вы привыкли к особенностям своего ребенка и приспособились к совместным действиям, не торопясь и не раздражаясь, это часто не спасает ребенка от огорчений в детском саду или тем более в школе.

Что же здесь поделаешь? Ведь это свойство нервной системы. Степень подвижности нервных процессов действительно передается по наследству, но она не является постоянной в течение всей жизни. Примерно с трех до двадцати лет скорость нервных процессов постепенно возрастает, кроме того, есть этап в развитии ребенка, когда эта характеристика может быть существенно **скорректирована с помощью специальных игр и упражнений**. Это период с **четырёх до шести лет** (он обусловлен активным развитием биохимических процессов нервной системы). Так что если вы займетесь тренировкой реакции у своего ребенка именно в этот период, то наверняка увидите плоды своих усилий.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ МЕДЛИТЕЛЬНЫХ ДЕТЕЙ

Правило 1. Не торопите медлительных детей. Понукания взрослого и ситуация спешки еще больше могут замедлить движения ребенка. Пусть лучше сама игра создает условия, когда ему захочется сделать что-то быстрее, чтобы соответствовать игровой роли или стать победителем.

Правило 2. Проводите эти игры систематически. Толку будет точно больше, если вы станете организовывать их в течение десяти-пятнадцати минут каждый день, чем по часу, но раз в неделю.

Правило 3. Начинать играть нужно обязательно в хорошем настроении и стараться поддерживать приподнятый эмоциональный фон в течение всего игрового занятия. В случае если ребенок проигрывает, оберните все в шутку или помогите ему отыграться. Позаботьтесь о том, чтобы ваши занятия не стали дополнительным ударом по самооценке вашего сына или дочери.

Правило 4. Хвалите ребенка и радуйтесь даже самым маленьким его достижениям. Этим вы поможете сыну или дочери сформировать самоуважение и веру в свои силы, которые понадобятся им в жизни ничуть не меньше, чем быстрота реакции.

Правило 5. Чаще используйте в играх резкую смену скорости движений - от медленных к очень быстрым и обратно. Задавайте периодически максимально высокий темп, но не затягивайте этот этап игры, так как для медлительного ребенка это серьезное напряжение и следствием его может стать переутомление.



"Артисты бывают разные"

Представьте, что вы с ребенком пошли в театр или на концерт (для большей правдоподобности можно включить какую-нибудь передачу по телевизору). После выступления каждого артиста вы реагируете на его творчество скоростью хлопков. Чтобы хлопать с ребенком в одном темпе (что гораздо веселей), обменивайтесь с ним своими эмоциями с помощью мимики. Посмотрите друг на друга после смены кадров на экране и изобразите на лице скуку, радость или восторг. Пусть ребенок скопирует ваше выражение лица, после чего начинайте хлопать в соответствующем темпе. Если вы сделали скучающее лицо, то хлопки должны быть очень медленные, как бы просто из одолжения. Радостное - в достаточно быстром темпе.

Примечание. Можно дать ребенку возможность самому придумать то или иное выражение лица,

но желательно меняться местами только после того, как вы сами продемонстрируете ему мимику человека с разными эмоциями.

"Бегу, иду, гуляю"

В этой игре ребенок идет по кругу. Скорость, с которой он это делает, зависит от того, какой сигнал подаст взрослый (или другой водящий). Если взрослый поднимает руку вверх, ребенок бежит как можно быстрее, если складывает руки на груди - малыш идет по кругу достаточно ритмично, а если водящий опускает руки вниз, то играющий идет очень медленно, как бы не спеша прогуливаясь

***Примечание.** В этой игре будет веселее участвовать, если вы подключите к ней еще нескольких детей. Однако помните, что лучше сначала поиграть вдвоем со своим ребенком, а других (возможно, более быстрых) детей пригласить тогда, когда ваш сын (или дочь) уже освоит правила, чтобы не вызывать у него лишних комплексов. Сигналы для переключения темпа движений можно придумать самостоятельно, а еще лучше поручить это самому ребенку - не сомневайтесь, он обязательно предложит какие-нибудь идеи.*

"Кошачьи коготки"

Все наверняка видели, как кошки, потягиваясь, выставляют свои коготки. Обычно они делают это медленно, получая удовольствие от собственной лени. Однако, если вдруг неподалеку показалась добыча, движения их лапок становятся стремительными.

В этой игре ребенок должен сжимать и разжимать пальцы рук в определенном темпе. Сигналом к смене скорости служат слова взрослого. Если взрослый произносит слово "солнышко", то ребенок старается представить себя котом (или кошкой), нежащимся на солнце, и медленно сгибать и разгибать пальцы. Если взрослый вдруг произносит слово "мышь", то ребенок делает те же движения очень быстро, как бы пытаясь не упустить кошачью добычу.

***Примечание.** Если ваша девочка (или мальчик) очень любит животных и отказывается ловить воображаемую мышку, то можно сделать пояснение, что это мышка-игрушка, а не настоящий живой мышонок.*

"Быстрый дятел"

Возьмите вместе с ребенком по листу бумаги и карандашу. Разделите каждый лист на четыре равные части, проведя линии по горизонтали и вертикали. По сигналу (например, по хлопку) начните ставить точки в первом прямоугольнике, каждый на своем листе. По второму сигналу оба остановитесь. Посчитайте количество точек на листе у каждого. Тот, у кого их окажется больше, считается победителем. Следующий кон игры проводите в другом прямоугольнике.

Игра получила такое название, потому что стук карандаша о бумагу на столе напоминает стук дятла о кору дерева. Если вам тоже так покажется, то можно войти в эту роль и в шутку похвастаться количеством съеденных червячков

***Примечание.** Для повышения интереса ребенка нужно обеспечить ему ощущение равенства в игре. Поэтому будет неплохо, если вы иногда поленитесь и позволите ему выиграть.*

"Обмоталочки"

Это народная игра-соревнование, которая интересна и современным детям. Возьмите длинную веревку (не короче пяти метров) и отметьте ее середину узлом. Встаньте с ребенком у разных концов веревки и обвяжите их вокруг пояса. На счет "раз, два, три" начните крутиться на месте, обматывая таким образом себя веревкой. В какой-то момент вы встретитесь. Обратите внимание, у кого на поясе окажется узелок - значит, этот игрок накрутил вокруг себя больше половины веревки. Именно он и считается выигравшим.

***Примечание.** Может быть, вашему ребенку будет интереснее соревноваться в этой игре не с вами, а с другими детьми. Если у вас есть такая возможность, то помогите им организовать*

"обмоталочки" как соревнование в детской группе. Еще можно наматывать узенькую тесьму (или шнурок) на два карандаша, предварительно закрепив на них концы.

"Зеркало"

В этой игре один игрок (ребенок) будет зеркалом, то есть будет повторять все движения стоящего напротив взрослого. Водящий делает самые разнообразные движения, то ускоряя, то замедляя темп. Ребенок повторяет их в точности, с такой же скоростью.

Примечание. В этой игре мы можем воспользоваться детской тягой к подражанию, сделав ее полезной для развития скорости движений и внимания ребенка. Чтобы разнообразить эту игру, можно вносить в нее шуточные движения, а также меняться ролями ведущего и игрока в качестве поощрения успехов ребенка.

"Запрещенное движение"

.Сначала взрослый и ребенок договариваются о том, какое движение будет запрещенным. Затем начинается игра, и ребенок повторяет вслед за взрослым все движения, кроме одного. Как только он видит, что взрослый сделал запрещенное движение, то ни в коем случае не повторяет его, а хлопает один раз в ладоши. Если игрок "попадетсЯ" (то есть сделает запретное движение) три раза, то он считается проигравшим, и игру можно начинать заново.

Примечание. Эта игра развивает у детей не только внимание, быстроту реакции, но и внутреннее торможение. Возможно, вас удивит такая задача в развитии медлительных детей, ведь кажется, что торможение у них развито гораздо больше, чем нужно. Однако это не так. У медлительных детей велико только внешнее торможение, а сила внутреннего торможения, как показывают исследования, напротив, недостаточна.



Как еще тренироваться? Наиболее успешна работа с использованием приема "медленно-быстро": в занятия включаются резкие переходы от медленного темпа движений к быстрому и обратно; а время от времени даются и предельные скорости движений.

Вы можете использовать игры со сменой скорости движений:

- 1) ходьба-бег-ходьба медленная;
- 2) хлопки ладонями медленно-быстро-медленно;
- 3) "бег" пальчиками (большим 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 барабанах (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..."

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". Проводить эти занятия нужно в любое время дня, главное, чтобы они были систематичными, не нудными, а интересными, не тягостной обязателькой, а веселой игрой!