

## Организация жизни медлительного ребенка.

### **Первое условие:**

*помнить, что медлительность — свойство нервных процессов ребенка и он «копается» не назло вам, просто иначе он не может.*

Поэтому нужно стараться разговаривать и обращаться с ним спокойно, без попреков и понуканий. Иногда это бывает трудно, но ровный тон и доброжелательное обращение с медлительным ребенком гораздо эффективнее, чем крик и наказания.

**Второе условие:** *не проявляйте спешки и не нервничайте, делая что-то с медлительным ребенком.* Собираетесь ли в детский сад, кормите его, складываете игрушки и т. д. — держитесь спокойно, даже если время у вас ограничено. Всякая спешка сейчас же вызовет у медлительного ребенка углубление торможения и еще большее замедление реакций (а у вас — раздражение).

Рассчитайте время утром так, чтобы дать ребенку возможность встать, умыться, позавтракать без конфликта.

**Условие третье:** *Четкий режим дня.* Ребенку с инертными (малоподвижными) нервными процессами легче приспособиться к определенному порядку выполнения всех повседневных дел: какие действия и в какой последовательности совершать перед едой, перед сном, даже при мытье рук и т. д. Эти жизненные стереотипы очень важны для любого ребенка, но во много раз важнее они для медлительного. Если ребенок в одно время ложится спать, встает, ест, гуляет, если каждая процедура имеет определенный порядок, то ему легче справиться со стоящими перед ним задачами.

**Четвертое условие:** *любую нагрузку на свойство подвижности (более быстрое выполнение задания, ограничение времени и т. д.) давать на хорошем эмоциональном фоне.*

Хороший эмоциональный фон, т. е. веселое, оживленное настроение создается лучше всего в игре, поэтому желательно вносить элементы игры в те ситуации, где требуется ускорение реакций медлительного ребенка. Попытки ускорить свои двигательные реакции в подобных случаях не сопровождаются развитием торможения, как это происходит при окриках и понуканиях, поскольку они делаются на положительном эмоциональном фоне.

Выполнение этих правил существенно облегчит положение, но для того чтобы добиться радикального улучшения, наряду с выполнением этих правил, нужно проводить систематическую тренировку подвижности нервных процессов в специально подобранных играх. Например, Игры со сменой темпа движений

- а) Ходьба — бег — ходьба медленная. Смена темпа происходит по словесному сигналу взрослого, ведущего тренировку или при смене темпа музыкального сопровождения.
- б) Хлопать в ладоши с разной скоростью, по сигналу взрослого или по смене темпа музыкального сопровождения.
- в) Сгибать и разгибать пальцы рук с разной скоростью вслед за взрослым.