

# Медлительные дети



Медлительные дети, в сравнении с детьми с повышенной активностью, встречаются реже, но вопросов у родителей и педагогов вызывают не меньше. Медлительный ребенок имеет свои отличительные особенности. Он:

- медленно включается в работу;
- долго переключается с одного вида деятельности на другой;
- быстро утомляется;
- не стремится к шумным, активным играм;
- долго примеривается, прежде чем приступить к работе;
- лучше выполняет то задание, которое уже опробовал;
- имеет хорошее отсроченное воспроизведение (спустя 20-30 минут), если медлительность связана с особенностями высшей нервной деятельности;
- имеет стойкие дружеские связи с теми, к кому привык;
- добросовестен, прилежен.

**Причинами** медлительности могут быть:

- чаще всего – особенности высшей нервной деятельности (тип темперамента – флегматик, меланхолик);
- состояние здоровья (хронические заболевания);
- повышенная тревожность;
- задержка развития (речевого или познавательного);
- нарушение внимания (ребенок делает все медленно, потому что не может сосредоточиться).

**Рекомендации:**

1. Не торопите медлительных детей.
2. По возможности нормализуйте режим: сон 11-12 часов, дневной сон, прогулка не менее 3 часов, игры на свежем воздухе.
3. Дополнительный день отдыха на неделе (если медлительность вызвана состоянием здоровья).
4. Повышение самооценки и уверенности в себе (если медлительность вызвана тревожностью).
5. Развитие устойчивости внимания (если медлительность вызвана нарушением внимания).
6. Игры со сменой скорости движений: резкие переходы от медленного темпа движений к

быстрому и обратно. Проводите эти игры систематически (каждый день или через день).

7. Каждая игра не должно превышать 10 минут, можно проводить его в два и три приема в разное время дня.

8. Начинать играть нужно обязательно в хорошем настроении и стараться поддерживать приподнятый эмоциональный фон в течение всего игрового занятия.

9. Хвалите ребенка и радуйтесь даже самым маленьким его достижениям.

10. Фиксируйте получаемые результаты для того, чтобы видеть эффективность занятий.

### **Игры для медлительных детей**

#### **Игры со сменой темпа движений:**

- Ходьба – бег – ходьба медленная. Чередование бега и ходьбы происходит по словесному сигналу взрослого (или смене музыки). Например, если взрослый поднимает руку вверх, ребенок бежит как можно быстрее, если складывает руки на груди – идет по кругу достаточно ритмично, а если опускает руки вниз – идет очень медленно, как-бы не спеша, прогуливаясь.

- Хлопать в ладоши с разной скоростью по сигналу взрослого или по смене темпа музыкального сопровождения.

- Прыгать через скакалку, меняя темп.

- Стучать по столу или на барабане (всеми пальцами или одним).

- «Бег» пальчиками по столу.

- Сгибать и разгибать пальцы рук с разной скоростью вслед за взрослым. Игра «Кошачьи коготки». Все наверняка видели, как кошки, потягиваясь, выставляют свои коготки. Обычно они делают это медленно, получая удовольствие от собственной лени. Если же 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.

#### **«Повтори движение».**

Дети повторяют вслед за взрослым его движения: хлопки перед грудью, над головой, за спиной; прыжки; прыжки на одной ножке, приседания и т.д. Затем вводятся разные условия:

- **«Запретное движение».** Одно движение, например, хлопки за спиной, объявляется запретным, остальные повторяются, как и раньше.

- **«Замена».** Если ведущий приседает, дети должны подпрыгнуть, если подпрыгивает – присесть. Остальные движения копируются. Каждый раз замене подлежат новые движения.

- **«Все наоборот».** Взрослый, показывая движения, дает и словесные команды: Быстрее! Медленней! Тише! Громче! Вначале дети должны четко выполнять указания. Затем задания меняются. Услышав «Быстрее!» - дети должны замедлить темп, «Медленней!» - напротив, убыстрить его, «Тише!» - хлопать и топтать как можно громче, «Громче!» - хлопать и топтать как можно тише.

#### **«Летает – не летает».**

Взрослый перечисляет названия животных, если он называет летающее животное, то ребенок должен поднять руку вверх (либо хлопнуть в ладоши) и сказать «Летает!».

#### **«Быстрый дятел».**

Игра получила такое название, потому что стук карандаша о бумагу на столе напоминает стук дятла о кору дерева. Возьмите лист бумаги и карандаш. Разделите каждый лист на четыре равные части. По сигналу (например, по хлопку) ребенок должен начать ставить точки в первом прямоугольнике в течение минуты (первый дятел ищет червячков под корой деревьев).

Следующий кон игры проводите в другом прямоугольнике (второй дятел) и т.д. Посчитайте количество точек в каждом прямоугольнике и решите, какой дятел был быстрее. Игру хорошо проводить между детьми.

#### **«Назови быстро».**

Взрослый кидает ребенку мяч, одновременно с броском произнося слово, обозначающее группу

слов (деревья, фрукты, птицы и т.д.). Ребенок, поймав мяч, должен кинуть его назад, назвав слово, относящееся к названной группе.