

РЕКОМЕНДАЦИИ

для родителей медлительных детей

В группе детского сада все заняты игрой, и только один малыш наблюдает за остальными, сидя за столом и не спеша расправляясь с остатками творожной запеканки. По пути домой он останавливается посмотреть, как из канализационного люка идет пар, под какой машиной спряталась перебежавшая дорогу кошка, откуда у этой машины вмятина на бампере – все ему интересно. Он может чистить зубы и, задумавшись, пять минут просидеть на бортике ванны с зажатой во рту щеткой. Игры с соревновательным моментом – его нелюбимые: всегда есть кто-то, кто успевает добежать, сосчитать или решить задание быстрее, хотя он тоже знает правильный ответ, просто озвучивает его позже других. Он мечтатель и фантазер, он герой школьной задачки про путешественника, который вышел из пункта А и непременно придет в пункт Б, только скорость его ходьбы всегда будет невысокой.

Если описанные черты характера кажутся вам хорошо знакомыми, значит, вы не понаслышке знаете, каково быть родителем медлительного ребенка. Медлительность как индивидуальная особенность нервной системы ребенка воспринимается спокойно до тех пор, пока он не попадает в коллектив и учителя не начинают обращать внимание на то, что он не успевает за другими. Родители озадачиваются: с одной стороны, современные педагогические теории призывают ценить и уважать уникальную личность каждого ребенка. А с другой стороны, жить на маленькой скорости в стремительном двадцать первом веке очень сложно.

Как вести себя родителям, чтобы не выглядеть вечными поторапливающими надзирателями и все-таки помочь детям не быть позади планеты всей?

- 1. Терпение родителей.** Главная задача для родителей медлительных детей – воспитать в себе тонну терпения, научиться управлять раздражением и принять врожденный темперамент ребенка. Таким детям особенно нужна поддержка и уверенность в том, что вы всегда на их стороне. Общество непременно будет сравнивать неторопливого ребенка с более расторопными другими, да и сам он увидит, что всегда есть кто-то находчивее и быстрее. Но, имея поддержку семьи и теплые отношения с родителями, ребенок понимает главное: его ценят таким, какой он есть.
- 2. Последовательные инструкции.** Медлительные дети реагируют на конкретные задания и пошаговые инструкции. Например, перед выходом из дома им нужно сказать не "Собирайся, нам пора", а "Надень шорты, футболку и носки". В процесс исполнения такого поручения не стоит вмешиваться с новым неожиданным предложением. Подождите, пока ребенок справится с первым шагом. Бесплезно ускорять темп медлительного ребенка словами "Быстрее, быстрее". Это лишь увеличит его взволнованность, снизит качество работы и может стать причиной невроза, нарушения сна, проявлений агрессии.
- 3. Составление плана.** Составляйте вместе с ребенком визуальный план (расписание), далее, научить его самого составлять список дел и отмечать выполненные пункты галочкой (после 6 лет).
- 4. Временные ориентиры.** Пользуйтесь приемом "когда/тогда", воодушевляя детей тем, что им интересно: "когда ты соберешь игрушки, мы пойдем читать продолжение сказки" или "мы подождем, когда ты сделаешь уроки, и поиграем в настольную игру". Вполне вероятно, что это мотивирует ребенка не отвлекаться и не медлить, а сосредоточиться на уроках, чтобы поскорее оказаться свободным от дел.
- 5. Подружитесь со временем.** Важно наладить отношения медлительного ребенка со временем. Уделите этому достаточно внимания, проговаривайте, сколько минут займет поход до поликлиники, сколько часов вы будете работать, пока малыш будет в детском саду и т.д. Неторопливые дети откладывают в уме временные нормы как данность, так им проще их

придерживаться. На первых порах помощниками могут стать песочные часы, затем можно показать, как следить за секундомером и таймером с обратным отсчетом. Чтобы не ставить ребенка в жесткие временные рамки, предложите ему самому определить, сколько времени понадобится выполнение (после 6 лет). Песочные часы наглядно демонстрируют, как утекает время. Определите, за какое время можно почистить зубы, съесть кашу, дойти до школы или садика и что ещё можно сделать за это время. Научить ценить время-важная задача.

- б. **Приоритеты.** Важно научить ребенка расставлять приоритеты: объясните, что есть дела высокой важности, которые нужно выполнять в более быстром темпе, а есть задачи, которые можно отложить на потом и делать без спешки. Ставьте конкретные ориентиры, к какому сроку нужно выполнить задание и предупреждайте за десять минут о том, что скоро нужно заканчивать. Используйте условные сигналы: покажите пальцами или мимикой, что стоит поторопиться.
7. Заведите **правило** "+10 минут к назначенному времени": для выхода из дома, утреннего пробуждения, любой дороги.
8. **Физическая активность.** Обязательно развивайте подвижность ребенка, занимаясь с ним физкультурой дома или плаванием в бассейне.
9. **Игры.** Используйте игры на быстроту реакции и скорость: например, кто первый раскрасит картинку, пока играет песня. Тренируйте в игре ускорение и замедление движений: медленную-быструю ходьбу и бег, ритмичный стук пальцами по столу, произнесение звуков с различной скоростью. Развивайте внимательность. Придумывайте разные игры на скорость, но не со сверстниками, где ваш малыш проиграет, а просто сравнивая вчерашний результат и сегодняшний. Это не только поможет закрепить полезные навыки, но и придаст уверенности в себе. Один из способов справиться с медлительностью – рисовать на скорость.
10. **Трудовые обязанности.** Назначьте ребёнку трудовые обязанности: развешивать и складывать одежду в шкафу, мыть обувь, вытирать пыль. Определите время, которое отводится ребёнку на выполнение задания. Привлекайте к совместному труду.