

Медлительные дети

Почему возник вопрос о медлительных детях

— «Эти две копуши — Оля и Саша — постоянно задерживают группу; все поели, а они еще сидят над тарелками; все оделись, а они только пальтишки достали из шкафчиков!» — возмущается воспитательница в детском саду.

Мама шестилетнего Сережи почти со слезами жалуется: «Каждое утро у нас начинается криком и дерганьем — торопись на работу, а он как назло еле шевелится! И так по всем. Что мне с ним делать?» Подобные жалобы приходится слышать довольно часто. Медлительные дети и в самом деле очень осложняют жизнь как семьи, так и детского коллектива — они медлительны в действиях, в реакциях на слова взрослых, их нужно постоянно торопить, а при этом они затормаживаются еще больше, в детском учреждении они не укладываются во время, отведенное для выполнения заданий, другие должны их ждать.

Более всего страдают сами «копуши»: взрослые на них раздражаются, то и дело бранят и наказывают, дети не очень охотно принимают их в игры, а самое главное — они испытывают трудности в обучении. Это происходит не потому, что медлительные дети «глупее», хуже понимают — нет, среди них есть и очень способные, но принятый темп объяснений и показа учебного материала для них оказывается слишком быстрым.

Многoletние наблюдения свидетельствуют о том, что в школе медлительные дети оказываются в неблагоприятном положении и часто дают неврозы.

Американский психолог Дж.Холт (1956) на основании своих наблюдений пришел к заключению, что даже небольшая степень медлительности снижает шансы ребенка на успех в учебе.

Н. Е. Малков (1978) определял «умственную выносливость» — способность длительно и продуктивно заниматься — и оказалось, что у инертных (т. е. медлительных) детей она в два раза ниже. По нашим наблюдениям медлительные дети испытывают затруднения при обучении уже в детском саду.

Медлительные дети больше подвержены развитию неврозов. Ведь даже у взрослого человека, если он длительно напрягает свойство подвижности (работает в условиях ограниченного времени, следит за быстро меняющимися сигналами и т. д.) происходит нарушение деятельности нервной системы: появляются колебания артериального давления, аритмия сердечных сокращений, расстройства сна, общие сдвиги возбудимости.

Неблагоприятные последствия напряжения (или перенапряжения) свойства подвижности у детей развиваются быстрее и носят более стойкий характер, чем у взрослых.

Трудности, испытываемые детьми с низкой подвижностью нервных процессов, накладывают отпечаток и на их характер: очень часто они становятся необщительными, замыкаются в себе — получают по выражению психологов «интраверты», т. е. люди, «обращенные в себя». Подвижные дети, напротив, легко идут на контакт с другими детьми и взрослыми людьми, открыты, это — «экстраверты», «обращенные наружу».

Все эти факты говорят о том, что медлительные дети нуждаются в помощи.

Нельзя забывать, что темп жизни непрерывно ускоряется. Врачи и психологи подчеркивают, что современный человек должен думать и действовать быстрее, чем наши прадеды и деды. Для того, чтобы справиться с требованиями, предъявляемыми нервной системе человека техническим прогрессом, быстро растущим объемом информации, нужна высокая подвижность нервных процессов.

Что такое подвижность нервных процессов.

Психологи и врачи давно заметили, что каждому человеку присущ какой-то свой темп движений, свой темп психической деятельности — его называют различно: «личный темп», «собственный темп». Он проявляется в больших индивидуальных различиях скорости как простых двигательных реакций, так и сложных моторных актов, а также протекания различных форм умственной деятельности: решения логических задач, заучивания, переключения внимания и т. д.

Наблюдения многих ученых показали, что «личный темп» у каждого человека очень постоянен. При возбуждении и утомлении отмечаются некоторые сдвиги в скорости протекания реакций — они могут ускоряться или замедляться, но как только восстанавливается нормальная возбудимость нервной ткани, т. е. человек успокоится или отдохнет, так восстанавливается и свойственный этому человеку его личный темп.

Большинство авторов, изучавших этот вопрос, пришли к заключению, что «личный темп» связан с врожденными типологическими особенностями нервной системы человека.

У детей личный темп изучался мало, между тем большое количество медлительных детей делает эту проблему очень острой.

Вся деятельность **нервной системы** осуществляется двумя нервными процессами: **возбуждением и торможением**.

При большом постоянстве личного темпа, все же имеются некоторые его возрастные колебания. Уже упоминалось, что у детей до трех лет подвижность нервных процессов очень мала, далее она постепенно увеличивается.

В лаборатории Л. Г. Иванова-Смоленского было установлено, что в младшем дошкольном возрасте подвижность нервных процессов на 20% ниже, чем в старшем дошкольном возрасте и на 40% ниже, чем у учащихся начальной школы. Исследованиями ряда ученых было показано, что подвижность нервных процессов у человека возрастает до 20-22 лет, какое-то время остается на определенном уровне, затем начинает снижаться.

Все авторы, изучавшие этот вопрос, отмечают, что возрастные различия меньше индивидуальных (типологических). У детей, имеющих низкую подвижность нервных процессов, с возрастом происходит ее повышение, но она всегда остается ниже, чем у тех, кто отличается высокой подвижностью.

Чем же объясняются различия в уровне подвижности нервных процессов? В настоящее время установлено, что уровень подвижности стоит в прямой зависимости от содержания и активности в мозге особого вещества — ацетилхолинэстеразы. Именно это вещество определяет скорость проведения нервных импульсов по нервной ткани. Иначе говоря, уровень подвижности зависит от особенностей биохимии мозга у каждого человека.

Установлено также, что степень подвижности нервных процессов (а это значит, особенности биохимических процессов мозга) передаются наследственно, причем наследование идет преимущественно по материнской линии.

Чем отличаются подвижные дети от медлительных?

Такой вопрос кажется излишним — ведь сразу же видно, кто быстрый, подвижный, а кто — «копуша»! И на первый взгляд кажется ясным, что нужно делать с медлительными — торопить, подгонять, ставить в пример подвижных.

Нет, все не так просто.

Во-первых, при низкой подвижности дело не только в медлительности движений и умственной деятельности — тут возникают качественные отличия в работе мозга, а значит, и в ходе обучения. Во-вторых, торопить и подгонять такого ребенка не только бесполезно, но и вредно: он затормаживается еще больше, а так как торопят его постоянно (т. е. ставят в стрессовую ситуацию), то появляется и опасность невротизации.

Поэтому нужно внимательнее познакомиться с медлительными ребятами — только тогда можно будет понять, как помочь им.

Вот сцена, повторяющаяся не раз в течение дня. Дети подготовительной группы детского сада (6-6,5 лет) одеваются перед прогулкой. Кому на это нужно пять минут, кому немного больше, но вот все готовы и топчутся в ожидании Иры, Оли, Толика и Маши — они находятся на разных стадиях натягивания рейтуз. Воспитательница нервничает, кому-то помогает, на кого-то ворчит. Ее можно помять: в это время одетые дети толкаются, трое мальчиков затеяли драку, две девочки хнычут, что им жарко. Настроение у всех испорчено, но больше всего у этих медлительных; их и торопили, их и бранили, и дразнили, но дело-то лучше не пошло.

Конечно, и взрослым людям (родителям и педагогам) часто трудно сдержать раздражение в подобных ситуациях, особенно, если они сами принадлежат к подвижному типу. Нельзя, однако, забывать, что окрики, выговоры, наказания за то, что ребенок «не хочет пошевелиться», «копается, назло» и даже просто постоянные напоминания: «побыстрее, побыстрее!», «ты можешь поживее?» приводят только к дальнейшему углублению торможения.

Наблюдения показали, что медлительные дети, очень склонны к стереотипным действиям, т. е. к поступкам по определенному шаблону; например, предпочитают ходить одной и той же дорогой, играть в привычные игры, уклоняясь от новых (эта тенденция отмечается у детей раннего возраста независимо от типа нервной деятельности, но у медлительных детей она проявляется и в дошкольном и в школьном возрастах, именно вследствие недостаточной подвижности нервных процессов).

Если они решают какую-то логическую задачу, то стараются сделать это известным им уже способом, даже когда он не очень подходит..

Инертность (т. е. недостаточная подвижность) проявляется и в речи детей. Медлительные не только «тянут» слова, но и делают ненужные паузы между ними.

Медлительные дети, как видно из сказанного, отличаются не только медлительностью двигательных реакций — в такой же степени у них замедленно и протекание умственной деятельности: они должны «собраться с мыслями» прежде, чем ответят на вопрос, медленно решают логические задачи. С этим нужно считаться и педагогам.

К нам обратилась недавно мать бывшей воспитанницы детского сада: девочка учится уже во втором классе и страдает от того, что учительница постоянно на нее сердится, что она не сразу отвечает на вопрос: «Ты опять глаза закатила и уснула, Теплова?» Между тем, девочка знает учебный материал и лишь нуждается в некотором времени, чтобы «раскачаться».

Таким образом, уже простое наблюдение над поведением детей показывает, что медлительные дети все время находятся в ситуации ограничения времени, т. к. их личный темп отстает от среднего; они склонны к стереотипам в поведении и речи, с трудом преодолевают эту стереотипию и делают при этом много ошибок; любая нагрузка на свойство подвижности (тоже ограничение времени, например), необходимость торопиться, ускорить свои реакции вызывает дальнейшее углубление торможения и следовательно, замедление

реагирования. Отсюда можно видеть, что работа головного мозга этих детей не только отличается темпом, но и рядом принципиальных особенностей.

Умственная работоспособность подвижных и медлительных детей.

Умственная работоспособность — это умение понять то или иное логическое задание и выполнить его; зависит она от уровня развития мозга и его функциональной тренированности. Иначе говоря, если шестилетнему ребенку дается задача, соответствующая возможностям его возраста, но ребенок задержался по развитию, то он не справится с задачей, он может не справиться с ней из-за так называемой педагогической запущенности, т. е. потому что с ним мало занимались.

Для анализа сопоставлялись величины наиболее важных показателей умственной работоспособности подвижных и медлительных детей: скорости работы, количество ошибок, коэффициенты продуктивности работоспособности и сила активного внутреннего торможения.

Скорость работы у медлительных детей меньше, чем у подвижных на 24,0%, а количество ошибок у них больше на 32,0%.

Естественно, что коэффициент продуктивности у медлительных детей также существенно ниже.

Все описанные здесь факты свидетельствуют о том, что умственная деятельность медлительного ребенка не просто отстает по темпу, она и качественно иная. Этим еще раз подчеркивается необходимость особого внимания к этой категории детей.

Восприятие и усвоение информации у подвижных и медлительных детей.

Слышимые слова, музыка, звуки, издаваемые животными и различными машинами, зрительные образы, осязательные ощущения и множество других явлений, воспринимаемых органами чувств, являются сигналами, которые несут нам сведения (информацию) об окружающем мире, происходящих в нем событиях.

Мозг оценивает получаемую информацию и человек действует согласно этой оценке. Ребенок тянется к вазочке с конфетами, но мама говорит: «Нельзя!» — малыш хнычет, но убирает руку; вы ждете очереди на прием к врачу, вот вспыхнула лампочка над дверью и вы встаете и входите.

Восприятие и усвоение информации лежит в основе всех процессов обучения, познания — учится ли малыш говорить, читает ли школьник учебник, ведет ли ученый исследование.

Немного о тренировке.

Мы, взрослые, должны помнить о том, что **нервная система ребенка** с недостаточной подвижностью нервных процессов нуждается в **постоянной тренировке**, в противном случае, будут ограничены возможности приспособления его к социальной среде, трудности в обучении.

Тренировка, т. е. целенаправленное совершенствование буквально всех функций центральной нервной системы используется очень давно. Известно, что тренируются функции органов чувств, тренируются память, внимание, и другие стороны умственной деятельности и это имеет огромное значение для развития ребенка. Мало того, исследованиями установлено, что для каждой функции имеются свои наиболее благоприятные для тренировки периоды (они называются критическими, т. к. упущенное в это время не удастся компенсировать полностью позже).

Этот период — возраст с четырех до шести лет. У трехлетних результаты были незначительными и заметно меньшими они были у семилетних ребятшек. Именно с четырех

до шести лет идет очень энергичное созревание биохимических механизмов нервной системы, а в связи с этим и формирование свойств нервных процессов.

Мы хотим обратить особое внимание родителей и педагогов детских садов на то, что в это время нужно уделить возможно больше внимания работе с медлительными детьми.

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.

Педагог тоже должен об этом помнить и, например, направить медлительного ребенка одеваться перед прогулкой или мыть руки перед едой немного раньше остальных (конечно, нужно проследить, чтобы эти несколько минут были использованы по назначению).

Условие третье: 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. Мать прочитала своей очень медлительной дочке рассказ о белке — какая она быстрая, ловкая и вот усаживая девочку обедать, говорит ей: «А давай, ты будешь белочка! Ну, как белочка будет обедать?»

Мы хотим подчеркнуть, что 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.

Нельзя забывать, что в эти занятия должны быть включены также игры, направленные на тренировку некоторых видов внутреннего торможения (особенно важно — дифференцировочного и запаздывательного) — это повышает эффективность тренировки и, кроме того, развитие внутреннего торможения автоматически подавляет внешнее торможение.

Тренировка скорости движений... и не только.

Наши наблюдения, приведенные на детей, говорят о том, что тренировка с помощью постепенно ускоряющихся движений мало успешна, использование предельных скоростей эффективнее, но приводит к утомлению. Наиболее успешно работа по тренировке скорости двигательных реакций у детей идет с использованием приема, когда имеются *резкие переходы от медленного темпа движений к быстрому и обратно*, причем время от времени даются и предельные скорости движений.

Желательно проводить тренировку медлительных детей *отдельно от подвижных*, последние быстрее овладевают требуемыми движениями и это обескураживает медлительных, создает у них спешку и тревожное состояние.

Даются упражнения для больших мышечных групп и для мелких мышц (руки).

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, опять по сигналу взрослого или по смене темпа музыкального сопровождения.

в) Сгибать и разгибать пальцы рук с разной скоростью вслед за взрослым.

Игры с максимально быстрыми движениями:

а) Дети стоят в одном конце комнаты, а в другом ее конце поставлены стулья (по числу играющих детей), на которых лежат флажки или другие игрушки. По сигналу дети бегут к стульям, берут флажок и возвращаются на свои места. Тот, кто пробежал первым, дает сигнал к следующему «забегу».

б) Детям раздаются листочки бумаги с нарисованным квадратом 10Х10 см и карандаши. По сигналу дети возможно быстрее ставят в квадрате точки. Поставивший большее количество точек получает фантик.

в) Обмоталочки (народная игра). Берется длинная веревка, более 5м, середина ее помечается узлом. Игроки встают по разные стороны веревки, закрепляют концы на поясе. По сигналу дети начинают крутиться на месте, накручивая на себя концы веревки, пока не встретятся. Побеждает тот, на чьем поясе окажется узелок.

г) Обмоталочки (второй вариант). Середина веревки так же помечена узлом, каждый конец привязан к палке толщиной немного больше карандаша. Двое играющих расходятся, растягивая веревку. По сигналу каждый начинает наматывать веревку на палку. Побеждает тот, кто намотал больше веревки.

д) Горячий мячик. Дети встают кружком, ведущий за кругом, спиной к детям. По первому хлопку дети начинают передавать друг другу мяч, от соседа к соседу, из рук в руки, по второму хлопку — останавливаются. Тот, в чьих руках оказался мяч, выходит из игры. Если мяч роняют — из игры выходят оба играющих, между которыми упал мяч. Побеждает оставшийся.

е) Цветочный волчок. Каждый ребенок выбирает для себя название какого-то цветка (колокольчик, ромашка, роза..).

Ведущий запускает волчок, затем выкрикивает название цветка:

— Ромашка!

— Я! — отзывается «Ромашка» и быстро подкручивает волчок.

Подкрутив, выкрикивает название следующего цветка.

Кто не успел отозваться или у кого упал волчок — выходит из игры.

Игры для развития внутреннего торможения:

а) Игровая гимнастика.

Дети повторяют вслед за ведущим его движения: хлопки перед грудью, над головой, за спиной; прыжки; прыжки на одной ножке, приседания и т.д. Затем вводятся разные условия: 1.»Запретное движение». Одно движение, например, хлопки за спиной, объявляется запретным, остальные повторяются, как и раньше.

2.»Замена». Если ведущий приседает, дети должны подпрыгнуть, если подпрыгивает — присесть. Остальные движения копируются. Каждый раз замене подлежат новые движения.

3.»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 топать как можно громче, «Громче!» — хлопать и топать как можно тише.

б)Ведущий говорит детям: «Если я назову кого-нибудь, кто может летать, например, бабочку, то поднимите руки вверх и скажите хором: «Летает!» Если назову нелетающее животное, например, льва, — молчите и не поднимайте руки».

— Орел!

— Воробей!

— Стрекоза!

— Змея!

— Собака! и т. д.

в) Дети стоят по кругу. В заданном темпе они хлопают в ладоши, но не вместе, а один за другим, по ходу часовой стрелки.

— «Хоп!» По этой команде ведущего хлопки должны отбиваться в обратном направлении, против часовой стрелки. Следить за темпом, который можно менять.

В этих играх тренируется дифференцировочное торможение: дети должны различить запрещаемое движение и затормозить его или изменить направление.

В последней игре тренируется и запаздывательное торможение — нужно ждать своей очереди хлопнуть в ладоши.

Прямо на **тренировку запаздывательного торможения** направлены такие игры, как эстафета: дети делятся на две группы, первые от обеих групп бегут первую дистанцию, где их сменяют вторые, бегущие вторую дистанцию и т. д. Здесь возможны самые различные варианты: проскакать какую-то дистанцию, проползти и т. д. — для нас важно, что каждый следующий ожидает своей очереди на конце дистанции, т. е. тренирует запаздывательное торможение.

Вот некоторые варианты **забавных заданий для эстафет**:

1. Бежать, держа в руках горящую свечу, так, чтобы она не погасла;

2. Бежать со стаканом воды, так, чтобы она не расплескалась (сначала стакан наливают лишь на треть, позже — почти доверху);

3. Бежать, отбивая рукой или головой воздушный шарик;
4. Бежать со спичечными коробками, положенными на плечи;
5. Бежать с башенкой из трех кубиков на ладони (потом число кубиков можно увеличить).

Очень хорошей является игра, о которой мы уже рассказывали: воспитательница готовит заранее на столике новую игрушку, накрытую салфеткой, затем усаживает детей вокруг стола и говорит: «Закройте глаза и не открывайте, пока я не сосчитаю до пяти!» Когда вы откроете глаза, то увидите мой сюрприз!» Дети закрывают глаза, но сначала не выдерживают до счета «пять», постепенно этот промежуток времени удается довести до счета «десять».

Игры для будущих школьников.

а) Дом-улица-детсад-школа.

Ведущий по очереди кидает детям мяч, одновременно с броском произнося одно из четырех слов, вынесенных в название.

Ребенок, поймав мяч, тотчас отправляет его назад, сопровождая словом, напрямую относящимся к только что произнесенному.

— Дом: мама, завтрак, кровать;

— Улица: машины, светофор, асфальт, прохожий;

— Детсад: воспитатель, игрушки, группа;

— Школа: учитель, доска, звонок;

Кто сбился или замешкался — выходит из игры.

Для пятилетних детей: каждую новую игру можно предварять коротким рассказом о школе, постепенно расширяя список предметов и понятий, связанных с ней.

Для шестилетних детей: перед каждой новой игрой можно устраивать маленький «мозговой штурм», предлагая детям добавить в каждый раздел по два-три новых слова.

Второй вариант той же игры. Ведущий становится в центр круга, образованного участниками и, как будто ведя считалку, по очереди указывая на каждого, перечисляет: «Дом, улица, садик, школа, дом...»). Внезапно ведущий замолкает.

Тот участник, на которого указали последним, должен тотчас назвать понятие, соответствующее последнему названному слову.

(В основе — традиционная игра многих народов «Небо-земля-вода-огонь». По ее схеме построено множество современных тренинговых игр.)

б) Рассеянный Ваня.

Дети усаживаются по кругу, между собой делят названия предметов, наполняющих портфель первоклассника:

- ручка,
- карандаши (два),
- линейка,
- тетрадки (две),
- учебники (два),
- дневник.

Водящий произносит:

— Ваня ищет карандаш!

— Здесь! — откликается «карандаш», вскакивая. Затем опять садится.

— Ваня ищет тетрадки!

— Здесь! — откликаются обе «тетрадки» и быстро меняются местами.

В случае, когда названы парные предметы, водящий во время перемены мест пытается занять освободившийся стул. Если ему это не удастся, он продолжает игру, по очереди выкликая названия предметов. Выкликнув всех, можно не по одному разу, он произносит:

— Ваня ищет весь портфель! Все играющие вскакивают и быстро меняются местами. Ведущий занимает место зазевавшегося, и игра начинается заново.

(Первоисточник — неоднократно описанная в этнографических сборниках забава детей прислуги, дворового люда.

Расторопность ценилась в этом кругу едва ли не более других добродетелей. Дети, подражая родителям, обыгрывали процедуру утреннего одевания барыни.

«Барыня просит чепчик! — Здесь! — Барыня просит перчатки! — Здесь! — Барыня просит весь туалет!...»)

в) Без света Если лампа в комнате перегорела или электричество отключили, портфель придется собирать на ощупь. Получится ли? По одну сторону стола ставят портфель, по другую — корзину для игрушек. На столе раскладывают школьные принадлежности: тетради и папку к ним, карандаши, ручку, линейку, учебники, а кроме этого — мелкие игрушки, машинки, куклы. Ребенку завязывают глаза. Взрослый начинает равномерно считать вслух или включает секундомер. Ребенок собирает портфель, причем сначала тетрадки вкладывает в папку, карандаши и ручку — в пенал. Попадающие под руку игрушки отправляются в корзину.

В этой игре ребенок соревнуется сам с собой, запоминая, на каком числе он закончил сборы в первый раз, а затем, постепенно, это число уменьшая. Возможно соревнование двоих детей, если они сопоставимы по темпу деятельности.

(Первоисточник — девичья забава. Во время зимних деревенских посиделок девушки могли смешать на столе два вида крупы, затем затушить свечу или лучину. Каждая начинала в темноте сортировать крупу, беря ее из общей кучи. Через некоторое время свечу зажигали, и все смотрели, кто сколько крупы разобрал. Парни в игре не участвовали, но между делом присматривались, насколько хозяйственны их будущие невесты).

Здесь приведены лишь примеры, родители и педагоги по образцу этих игр могут подобрать подходящие. Можно придумывать игры самим, но с учетом того, что они будут направлены на тренировку подвижности нервных процессов или какого-то вида внутреннего торможения.

Игры нужно проводить ежедневно (при невозможности не реже, чем через день). **Каждое занятие не должно превышать 10 минут**, можно проводить его в два и три приема в разное время дня. Очень важно фиксировать получаемые результаты для того, чтобы видеть эффективность занятий.

Заключение.

Положение медлительного ребенка как в семье, так и в детском коллективе очень осложнено особенностями его высшей нервной деятельности, но никакой обреченности здесь нет.

Самые неблагоприятные типологические черты можно в значительной степени выправить.

Как показывают наблюдения, некоторые изменения к лучшему отмечаются у медлительных детей к концу третьего года обучения в школе, т.е. процесс обучения сам оказывает определенное тренирующее влияние, но этого не достаточно.

Необходимо специально заниматься с ними, как это описано выше. Нельзя полагаться на то, что вот ребенок подрастет и все выправится само собой. Медлительным детям нужна активная помощь со стороны родителей и систематическая тренировка свойства подвижности и внутреннего торможения.

Медлительный ребенок, по сути дела, может все, что может подвижный, но дается это ему очень дорогой ценой (нередко — действительно невротизацией), если мы не поможем ему своевременно компенсировать недостаток подвижности нервных процессов. Поэтому не жалейте того, в сущности небольшого времени, которое требуют занятия с ребенком, чтобы облегчить ему приспособление к требованиям социальной среды.

Желаем вам успеха!