

## Как помочь медлительным детям.

### Советы родителям медлительных детей.

Организация жизни медлительного ребенка требует выполнения некоторых условий:

- Спокойно разговаривать с медлительным ребенком.
- Не проявлять спешки и не нервничать, делая что-то с медлительным ребенком. Не подгоняйте его. Предоставьте ему дополнительное время для того, чтобы он мог доделать какое-то задание, поделку или рисунок т.д. без спешки. Даже если придется доделывать в несколько этапов.
- Чёткий режим дня, когда и что доделать, в какой последовательности.
- Медлительным детям нужны постоянные трудовые обязанности: вешать одежду на место, следить за своим внешним видом т.д.
- Тренировку проводить в игровой форме и хорошем эмоциональном фоне.

### Как играть с малоподвижными детьми.

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.
2. Проводите эти игры систематически (каждый день или хотя бы через день).
3. Каждое занятие не должно превышать 10 минут, можно проводить его в два и три приема в разное время дня.
4. 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 отыгаться. Позаботьтесь о том, чтобы ваши занятия не стали дополнительным ударом по самооценке вашего сына или дочери.
5. Хвалите ребенка и радуйтесь даже самым маленьким его достижениям. Этим вы сможете ему сформировать самоуважение и веру в свои силы, которые понадобятся в жизни ничуть не меньше, чем быстрота реакции.
6. 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.
7. Очень важно фиксировать получаемые результаты для того, чтобы видеть эффективность занятий.



## **Игры на развитие реакции и координации движений.**

### **«Меткий стрелок».**

Игра состоит в том, чтобы суметь попасть в цель различными предметами (мячом, стрелами, кольцами). Она способствует развитию координации движений, их точности и развивает глазомер. Для совершенствования этих навыков следует постепенно уменьшать размер метательных предметов и увеличивать расстояние до мишени.

### **«Комнатный снежок».**

«Снежок» сделать просто: оберните пробку кусочком ваты, перевяжите комочек крест-накрест нитками. Привяжите к снежку тонкую резинку, свободный конец резинки закрепите на указательном пальце.

Игра состоит в том, чтобы подбрасывать и ловить снежок, попадать снежком в цель. Пусть ребенок научится ловить отскакивающий предмет. по количеству собранных предметов.

### **«Быстрый дятел».**

Возьмите вместе с ребенком по листу бумаги и карандашу. Разделите каждый лист на четыре равные части. По сигналу 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.

### **«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.

### **Подвижные игры.**

#### **«Зоодискоотека».**

Для этой игры понадобится музыкальное сопровождение. Пускай дети ходят по кругу, пританцовывая, а по специальным командам делают определенные движения. Например, на слово "зайчики" дети должны начать прыгать, на слово "лошадки" - как бы ударять копытом об пол, на слово "раки" - пятиться, "птицы" - бегать, раскинув руки в стороны, "аист" - стоять на одной ноге и т.д.

#### **«Бегу, иду, гуляю».**

В этой игре ребенок идет по кругу. Скорость, с которой он это делает, зависит от того, какой сигнал подаст взрослый. 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.

В случае, если ребенок не успевает перестроить свои действия в соответствии с сигналом, он получает штрафное очко. Набравший три штрафных очка считается проигравшим.

### **Упражнения на мелкую моторику рук.**

#### **«Скатай бумажный шарик».**

У кого шарик получится более плотный, тот и выиграл.

#### **«Вирази».**

Игра начинается с того, что вы рисуете дорожки разной формы, на одном конце которой машина, корабль, ракета, какое-нибудь животное, а на другом конце – гараж, пристань, дом.

Задача игрока, управляющего транспортным средством, – как можно быстрее добраться до дома: т.е. карандашом, не отрывая руки, прочертить путь по изгибам дорожек, не пересекая и не касаясь их. Внимание ребенка обращается на том, что дорожка не простая, нужно быть внимательным, осторожным.

Можно засекают время передвижения с помощью секундомера. Это поможет вам и ребенку уменьшить время на выполнение задания, следить, насколько успешно продвигается освоение навыка.

#### **«Кошачьи коготки».**

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.

#### **«Бег пальчиками».**

Пускай большой и указательный пальчики «побегают». Для ребенка это довольно сложное задание, поэтому сначала пусть научится так "бегать" в обычном темпе. Можно устроить соревнование.

### **Упражнения на развитие внимания.**

#### **«Замена».**

В предыдущую игру добавляется одно условие: если взрослый приседает, ребенок должен подпрыгнуть, если подпрыгивает - присесть. Остальные движения копируются.

#### **«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 "попадет" (то есть сделает запретное движение) три раза, то он считается проигравшим, и игру можно начинать заново.

### **«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.

### **«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».**

Если взрослый называет кого-нибудь, кто может летать, например, бабочку, то ребенок должен поднять руки и громко сказать: «Летает!» Если называется нелетающее животное, например, лев, ребенок должен хлопнуть в ладоши.

### **Разные игры.**

#### **«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. Объясните ребенку, что чем больше нравится зрителям игра артиста, тем громче и быстрее они ему хлопают.

#### **«Обмоталочки».**

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. Можно наматывать веревку не вокруг пояса, а на запястье руки (только веревка должна быть не слишком толстой). Еще можно наматывать узенькую тесьму (или шнурок) на два карандаша, предварительно закрепив на них концы.

### «Сюрприз».

Приготовьте заранее на столике новую игрушку, накрытую салфеткой, затем усадите ребенка за стол и попросите: "Закрой глаза и не открывай, пока я не сосчитаю до пяти!" Когда ты откроешь глаза, то увидишь мой сюрприз!" Ребенок закрывает глаза, но сначала не выдерживает до счета "пять", постепенно этот промежуток времени удается довести до счета "десять".

В помощь инертным детям, собирающимся в школу

### «Дом-улица-детсад-школа».

1) 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, впрямую 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.

2) 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.

### «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.

