

## Медлительные дети

Индивидуальный темп и скорость, определяется в основном врожденными особенностями нервной системы. Для того чтобы понять причины и характер трудностей медлительных детей, необходимо знать отличительные особенности организации их деятельности.

- *Скорость деятельности медлительных детей значительно ниже, чем у их сверстников (скорость письма ниже почти в 2 раза, скорость выполнения простых движений - в 1,6 раза, скорость решения логических задач — более чем в 1,5 раза). Следовательно, тезис «умеет (знает) - сделает быстро» неприменим к этим детям. Они могут все прекрасно знать и уметь, но не успевают выполнять.*

- *Очень низкая скорость - самая характерная черта медлительных людей, связанная с подвижностью их нервных процессов, отсюда и общее название - медлительные. Кстати, в англоязычных странах этих детей называют не медлительными, а неуклюжими, неловкими (clumsy children). Действительно, человек, вечно спешащий, ограниченный во времени, делает все неловко, неуклюже, особенно ярко это выражено в тех случаях, когда он делает что-то новое, незнакомое.*

- *У медлительных детей в два раза ниже продуктивность работоспособности. Это значит, что они могут работать качественно, но медленно, либо быстро, но некачественно. Постоянные требования учителя и родителей увеличить темп буквально толкают детей на снижение качества работы (ухудшается почерк, появляются ошибки, неправильно решаются примеры и задачи, нарушается эффективность чтения и т. п.).*

- *У медлительных детей почти в два раза длиннее латентная реакция (время от сигнала к действию до начала действия). Эта особенность очень четко проявляется при включении ребенка в работу и при переключении его на новый вид деятельности. Функциональные особенности высшей нервной деятельности не позволяют медлительному ребенку сразу начать выполнение любого задания, ему необходимо достаточно длительное время на встраивание, но так же трудно отвлечь его и направить на новый вид деятельности. Очень часто трудность или невозможность быстрого переключения осложняет для него не только освоение нового материала, но и любую работу в классе.*

- *При форсировании скорости выполнения задания время выполнения не только не уменьшается, но увеличивается. Это свидетельствует о неэффективности «подгонки».*

- *Новые навыки у медлительных детей формируются значительно дольше, и, видимо, поэтому так сложен для них процесс формирования навыка письма.*

- *Медлительные дети усваивают на треть меньше информации, чем их сверстники, при одинаковой интенсивности ее подачи. Но если темп подачи материала увеличивается, то медлительные дети воспринимают меньше половины сказанного. Это позволяет понять, почему у активного, с бойкой речью, быстрыми действиями учителя медлительному ребенку особенно трудно учиться.*

- *Низкая сопротивляемость утомлению является тем неблагоприятным фоном, на котором проходит вся учебная деятельность медлительного ребенка и в школе, и дома.*

Все сказанное отнюдь не означает, что умственная деятельность медлительного ребенка качественно хуже. При создании для него необходимых условий, при учете его особенностей и главное - оптимального темпа качество и точность работы могут быть очень высокими.

Особенности медлительных детей - не только 1) медленный темп деятельности, 2) трудность переключения, но и 3) быструю утомляемость, 4) резкое снижение работоспособности. Все это не может не отразиться на состоянии ребенка при адаптации в

школе. Его отставание словно запрограммировано, если учитель не захочет видеть его медлительность или просто не будет считаться с ней.

"Пройдет ли медлительность?" – медлительность - свойство нервной системы, и нельзя заставить ребенка делать все так быстро, как хотят взрослые. У детей с низкой подвижностью нервных процессов темп деятельности всегда будет несколько ниже, чем у детей с высокой подвижностью. Эта особенность сохраняется и у взрослого. Но не следует считать это "плохим" качеством. Работа в оптимальном темпе у такого человека может быть и высокого качества, и высокоэффективной

Но это не значит, что медлительные дети обречены всегда отставать. Во-первых, идет возрастная компенсация, во-вторых, в силах родителей облегчить ребенку социальную адаптацию специальной тактикой и тренировкой, и тогда примерно к четвертому классу ребенок "выровняется и не будет сильно выделяться среди сверстников.

Главное, на начальном этапе обучения не "убыстрять" работу, а создать все условия, чтобы она соответствовала индивидуальному темпу. Цейтнот неизбежно приводит к потере качества, а постоянные неудачи рожают неверие в свои силы. Вот этого нужно стараться избегать.

Организация жизни медлительного ребенка требует выполнения некоторых условий.

1) Помнить, что медлительность – свойство нервных процессов у ребенка выполнять все необходимые действия. Особое внимание следует обратить на тренировку движений рук (пусть медленно, но тренируется, работая с мозаикой и конструктором, лепит, рисует, вяжет, плетет макраме и т.п.).

Основные правила работы с медлительными детьми:

- не спешить, не торопить, не подгонять ребенка;
- не работать "на время".

Любая спешка, а тем более заранее подчеркиваемое ограничение времени могут затормозить действия, замедлить работу и, кроме того, создадут отрицательный эмоциональный фон боязни "не успеть".

2) Не требовать от детей немедленного включения в деятельность, поскольку их активность в выполнении нового вида заданий возрастает постепенно.

3) В момент выполнения заданий не надо отвлекать такого ученика, переключать его внимание на что-либо другое.

4) Не следует заставлять инертного отвечать новый, только что пройденный материал.

5) Избегать ситуаций, когда от инертного нужно получить быстрый устный ответ на неожиданный вопрос; необходимо предоставить ему время на обдумывание и подготовку.

6) Не спрашивать в начале урока, поскольку инертные учащиеся с трудом отвлекаются от предыдущих ситуаций (например, от дел, которыми они были заняты на перемене).

Учителям лучше спрашивать ребенка только тогда, когда он сам вызывается, не демонстрировать его ошибки всему классу, не акцентировать

7) Почему-то считается, что если трудности в письме - нужно больше писать, если в чтении - больше читать, если ребенок медлительный - то все делать "на скорость". Это большая ошибка, ведь нагрузки трудные, не дающие удовлетворения, убивают радость самой работы. Поэтому не перегружайте ребенка той работой, которая не получается, чередуйте ее с той, что получается хорошо.

8) Особое внимание обратите на тренировку разнообразных графических движений. У медлительных детей часто плохо развита координация движений, и поэтому очень полезно использовать специальные упражнения для развития моторики. В процессе

выполнения этих упражнений можно одновременно тренировать темп и скорость движений.

9) В редких случаях дети будут знать, что нужно сделать дома. Но за этим нет злого умысла. Дело в том, что домашние задания даются, как правило, в конце урока, в классе шумно, а медлительный ребенок не только устал и не слышит учителя, но может продолжать выполнять задание, которое все давно закончили. Поэтому он может совершенно искренне сказать, что на дом ничего не задали. Что можно сделать? Справьтесь о домашнем задании у школьного друга своего ребенка, обязательно расскажите ему, почему ваш ребенок не успел записать задание (это очень важно!). На крайний случай договоритесь с учителем, чтобы он передавал вам записку с заданием, по возможности незаметно, иначе ребенок будет чувствовать себя униженным, ущербным.

10) Никогда *не торопитесь заставлять ребенка выполнять задание самостоятельно*. Предложением "Делай сам!" вы даете толчок страху сделать неправильно. Сначала разберите все, убедитесь, что задание понятно, что ребенок знает, что и как нужно делать.

11) *При выполнении домашних заданий постарайтесь, насколько это возможно, уменьшить объем письменных работ* (механическое письмо, особенно многократное переписывание, сильно утомляет, а польза минимальная). Лучше оставьте время для специальных (коррекционных) занятий, для любимого дела и отдыха. Общая продолжительность непрерывной работы не должна превышать 15-20 минут. И не забывайте, что паузы после 15-20-минутной работы обязательны.

12) *Помогите выполнить побочные задания*, сами подпишите тетради. Обычно такой ребенок имеет плохой почерк и может сделать ошибки даже в своей фамилии. Поэтому надо оберегать его от лишнего выговора со стороны учителя или насмешек товарищей.

13) *Работайте только на "положительном подкреплении"*: при неудачах подбодрите, поддержите, а любой, даже самый маленький, успех подчеркните. Это будет самым лучшим стимулом для ребенка.

Никогда нельзя наказывать ребенка, запрещая ему смотреть телевизор, гулять, заниматься любимым делом.

14) Любую нагрузку на свойство подвижности (более быстрое выполнение задания, ограничение времени и т.д.) давать на хорошем эмоциональном фоне. – Веселое, оживленное настроение создается лучше всего в игре, поэтому *желательно вносить элементы игры в те ситуации, где требуется ускорение реакций медлительного ребенка*.

15) Самое важное при оказании помощи ребенку - это вознаграждение. Вознаграждать ребенка не по результатам работы, которые могут не быть хорошими. Взрослые всегда должны *оценивать труд и усилия, которые прилагает ребенок*. Если этого не делать, то он будет приступать к работе с мыслью: "Нет смысла напрягаться, так как я все равно не получу хорошую оценку и никто не заметит моих успехов!" Полученное вовремя вознаграждение приносит ребенку много радости и показывает, что его труд и работа не были напрасны.

16) Медлительным детям с трудностями обучения *необходим размеренный и четкий режим дня*. Надо принять во внимание, что эти дети обычно беспокойны, несобранны, а значит, соблюдать режим дня совсем не просто.

17) *Нельзя сравнивать медлительного ребенка с его подвижным сверстником*, ведь быстрый темп дается медлительным детям высокой ценой.

### **ТРЕНИРОВКА СКОРОСТИ ДВИЖЕНИЙ (и не только)**

Специальные исследования показали, что систематические занятия способствуют повышению скорости работы и у дошкольников, и у школьников. Кроме того, доказано, что *наиболее успешна такая тренировка в возрасте от четырех до шести лет. Именно в этот период следует обратить особое внимание на медлительных детей. Необходимо*

*избегать крайностей, как обычно бывает в жизни, когда за ребенка либо все делают взрослые (нет терпения ждать), либо чересчур активно подгоняют его, упрекают.*

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**

1) *ходьба - бег - ходьба медленная.*

Смена темпа происходит по словесному сигналу взрослого, ведущего тренировку или при смене темпа музыкального сопровождения.

2) *хлопать в ладоши с разной скоростью (медленно-быстро-медленно), опять по сигналу взрослого по смене темпа музыкального сопровождения.*

3) *сгибать и разгибать пальцы рук с разной скоростью* вслед за взрослым.

4) *«бегать» пальчиками (большим и указательным).* Можно посоревноваться (но не на время!), для ребенка это довольно сложное задание, поэтому сначала пусть научится так "бегать" в обычном темпе;

5) *прыгать через скакалку, меняя темп;*

6) *стучать по столу или по барабану (всеми пальцами или только одним);*

7) *чертить палочки и ставить точки.* Для этого используйте тетрадь в клетку.

Это же задание, но усложненное — ставить точки или чертить палочки и считать до десяти;

8) *раскладывать домино и карточки, диктуя самому себе темп без пауз: "Раз, два, три..." или меняя его;*

9) *строить башню из кубиков, также диктуя себе темп и меняя его.*

### **Игры с максимально быстрыми движениями**

Когда ребенок научится работать в определенном темпе и изменять его, можно попробовать игры с максимально быстрыми движениями (не огорчайтесь, если вначале на ваше "быстрее" может выйти еще медленнее, особенно для движений, которые выполняются рукой, пальцами). На начальном этапе не стоит играть в игру "Кто быстрее".

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 прибежал первым, дает сигнал к следующему «забегу».

б) Детям раздаются листочки бумаги, с нарисованным квадратом 10x10 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 5 м, середина 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:

«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! Медленнее! Тише! Громче!»

Вначале дети должны четко выполнять указания.

Затем задания меняются. Услышав «Быстрее!» - дети должны замедлить темп, «Медленнее!» - напротив, убыстрить его, «Тише!» - хлопать и топтать как можно громче, «Громче!» - хлопать и топтать как можно тише.

б) *«Летает - не летает»*. 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.

Именно на тренировку запаздывательного торможения направлены такие игры, как эстафеты: 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 эффективной является игра, о которой уже рассказывали:

воспитательница готовит заранее на столике новую игрушку, накрытую салфеткой, тем усаживает детей вокруг стола и говорит: «Закройте глаза и не открывайте, пока я не сосчитаю до пяти. Тогда вы откроете глаза и 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**

Эти три игры - из программы «Игротренинг» Рузиной М.С. Они были сконструированы на основе традиционных игр и *выполняют конкретную задачу: помочь инертным детям, собирающимся в школу. Дети играют в них с определенным увлечением. Курсивом даются комментарии, указывающие происхождение игры.*

#### *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, 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.

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 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.

Эти игры - особенно те, что помогают выработке внутреннего торможения, - могут оказаться полезными и для детей с неуравновешенными нервными процессами (т. е. детей, имеющих явное преобладание возбуждения над торможением).