**Как помочь медлительному ребенку?**

Взрослые должны строго соблюдать требования: не спешить, не торопить ребенка, не нервничать при этом самим, не дергать, не подстегивать и не подгонять его. Помните :**любая спешка приведет к еще большему замедлению!** Спокойно, без раздражения ждите, когда ребенок встанет (кстати, медлительные дети не вскакивают тут же с постели, им нужно время, что бы отойти от сна, минут 5-10 просто полежать, но не более), умоется, пойдет завтракать или полдничать. Поэтому лучше будить ребенка пораньше.
Взрослым не конфликтовать перед обеденным сном и вечером, не корить ребенка за долгие сборы ко сну. При этом взрослые и сами должны быть достаточно организованны - иначе успеха не будет. Необходимо облегчить ребенку выполнение всех повседневных дел: помочь в этом может **четко организованный режим.**Если ребенок привыкнет (это требует времени, поэтому наберитесь терпения!) в одно и то же время вставать и ложиться спать, есть, играть, идти на прогулку, если он будет знать, что предстоит, а что он уже выполнил, то справляться с медлительностью ему станет гораздо легче.
Можно придумать немало игр, которые помогут ребенку преодолеть медлительность. Важно делать что-то вместе, соревнуясь, но при этом не увлечься "ролью победителя" и подстроиться под его темп.
Для того чтобы игровые занятия были эффективными, следует так организовать жизнь ребенка, чтобы все нагрузки были тренирующими. Кроме того, необходима и специальная тренировка - ежедневные 10-15-минутные занятия.
Существуют специальные упражнения, позволяющие повысить скорость двигательных реакций у медлительных детей. Смысл их состоит не в том, чтобы заставлять ребенка работать как можно быстрее - это только ухудшит ситуацию, ребенок начнет нервничать, скорость деятельности снизится, а нервное напряжение, наоборот, возрастет. Основная суть этих приемов - 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, т.к. подвижные дети быстрее овладевают требуемыми движениями и это создает у медлительных детей спешку и тревожное состояние.
Детям даются упражнения для больших мышечных групп и для мелких мышц рук.

Воспитатель <<Детский сад №50>>

Рябова. О. В.