

ПОВІЛЬНІ ДІТИ

Рекомендації батькам

Дотримання режиму дня. Дитині з інертними (малорухомими) нервовими процесами легше пристосуватися до визначеного порядку виконання всіх повсякденних справ: які дії і в якій послідовності виконувати перед їжею, перед сном, також при митті рук і т.п. Ці життєві стереотипи дуже важливі для будь-якої дитини, але в кілька разів важливіші вони для повільної дитини. Якщо дитина в один і той самий час лягає спати, підводиться, їсть, гуляє, якщо кожна процедура має чіткий порядок, то їй легше впоратися із завданнями, які стоять перед нею.

Навчіть дитину слідувати за годинником. Дошкільники не зовсім зважають на час, тому безглуздо підганяти їх, через те, що вам потрібно бути десь вчасно. Як тільки діти дізнаються в першому чи другому класі, як визначати час, стає легше переконати їх робити все вчасно. Треба навчити дитину визначати час за годинником, потім перевірити разом правильність визначення, після цього вона краще розумітиме, до якого часу треба, щоб все було зроблено.

Переривати дитину лише в тому разі, коли це необхідно. Ніхто на нашій планеті не любить, щоб його переривали, і все ж таки, цілий день ми перериваємо ігри дітей, щоб примусити їх зробити те, що ми вважаємо за доцільне. Коли дитина чинить опір тому, що її переривають, ми помилково називаємо це копанням. Замість того, щоб раптово переривати заняття дитини, треба завчасно попередити її так, щоб та була готова до зміни діяльності. Наприклад, ви можете сказати: «Через п'ять хвилин час вимикати телевізор і йти вечеряти».

Хваліть дитину за швидкість і ефективність. Говоріть: «От добре!» – коли дитя робить щось швидко. Хваліть дитину за все, що вона робить ефективно і без копання. До того часу, коли дитині виповниться дев'ять або десять років, вона зрозуміє значення того, як бути організованою, і тоді ви можете почати хвалити її за це. Деякі діти добре реагують, коли ви говорите: «Добре задумано!»

Позитивний емоційний фон. Будь-яке навантаження на якість рухливості (швидше виконання завдання, обмеження часу і т.д.) треба давати на гарному емоційному фоні. Гарний емоційний фон, тобто веселий, жвавий настрій найкраще формується у грі, тому бажано вносити елементи гри в ті ситуації, де необхідна прискорена реакція повільної дитини. Мати прочитала своїй дуже повільній доньці оповідання про білочку: яка вона швидка, вправна. І ось, саджаючи доньку обідати, каже їй: «А давай ти будеш білочкою! Ну, як білочка обідатиме?»

Нехай все буде зрозуміло. З'ясуйте, можливо вашій дитині незрозуміло, що вона має робити. Зробіть ваші побажання абсолютно чіткими для неї. Коли дитина стане більш дорослою, ви зможете сісти і написати розклад на тиждень. Таким чином, ви та дитина точно знатимете, коли треба виконувати якесь завдання.

Уникайте ярликів. Дуже просто віднести дитину до категорії ледарів або з уповільненою реакцією. Ярлик причіпляється їй тоді, коли ви робите заяви на зразок: «Ти ніколи не буваєш готовий своєчасно» або «Ти завжди

запізнюєшся». Такі штампи закріплюються. Замість цього поведіться з дитиною так, нібито ви чекаєте від неї, що вона все зробить і буде вчасно там, де треба.

Давайте тільки одну вказівку за один раз. Дошкільники можуть реагувати тільки на одну вказівку, дану за один раз. Не перетворюйте свої прохання на величезний монолог. Зробіть коротку та ясну заяву: «Піди візьми свої чоботи. Потім повернись до мене, і я скажу, що робити далі».

Застосуйте систему зірок. Придбайте кольорові зірочки і календар з великими рамками. Потім використайте ці зірочки як нагороду за гарну поведінку. Якщо ваша дитина регулярно не встигає зі своїм домашнім завданням, поясніть їй, наприклад, що відтепер за кожен день, коли вона робить своє домашнє завдання швидко, на календарі буде з'являтися зірочка. Домовтесь, що після того, як набереться певна кількість зірок, дитина отримає нагороду.

Намалюйте щасливі обличчя. Для дошкільників, які ще не вміють читати, намалюйте або виріжте картинки- завдання, які треба виконати. Потім приклейте «обличчя з усмішкою» поряд з картинкою, відповідно до виконаного завдання.

Позитивний підхід – найкращий!!!

