

Волкова Е.Н.

Воспитатель группы «Радуга»

Как малыш зависит от своей нервной системы.



Найти должную меру между активностью и запретами – значит решить главный вопрос воспитания, то есть воспитать ребенка активной личностью, умеющей сдерживать вредные желания.

(А.С. Макаренко)

Все чаще встречаются детки с неврологической симптоматикой, им тяжело остановиться, переключиться с одной деятельности на другую.

Давайте попробуем разобраться, почему возникают такие трудности, как это происходит и чем, мы, воспитатели и родители, можем помочь малышу. И сделать это не так уж и трудно, если знать особенности, с которыми мы попробуем разобраться.

Головной мозг человека состоит из подкорковых отделов и коры. Их объединенность называется ВНД (высшая нервная деятельность), основу которой составляют процессы возбуждения и торможения. Возбуждение – это ответ нервной системы на раздражение. Торможение – процесс, приводящий к задержке деятельности нервных центров. Торможение неразрывно связано с процессом возбуждения и является как бы регулятором активности всех органов и систем организма. Подвижность нервной системы дает возможность быстро реагировать на изменения окружающей среды.

Взаимодействие организма с окружающей средой осуществляется с помощью врожденных и приобретенных рефлексов.

Высшая нервная система ребенка имеет свои особенности.

1. Условные рефлексы возникают у детей сравнительно быстро, но закрепляются медленно. Они не устойчивы даже к трем годам. И если их не подкреплять, они легко разрушаются. Условные рефлексы закрепляются при многократном повторении одних и тех же условий. Отсюда следует, что формирование привычек, правил поведения, возможно лишь при постоянном повторении и единстве требований взрослых, воспитывающих малыша.

2. У детей раннего возраста, процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Положительные условные рефлексы вырабатываются быстрее, чем тормозные. Ребенка легче научить что-то делать, чем воздержаться от не желаемого действия. Тормозные условные рефлексы требуют большего числа повторений, чем положительные условные рефлексы. Именно из-за этих особенностей маленькому ребенку очень трудно сохранять длительное время тормозное состояние.

Начинать формировать тормозные условные рефлексы, задерживающие ребенка на слове «нельзя», следует уже в конце первого года жизни. Слово «нельзя» должно обязательно сопровождаться прекращением деятельности малыша. На втором-третьем году необходимо разъяснять, почему нельзя брать тот или иной предмет. В этом возрасте вырабатывается значительное число тормозных условных рефлексов. Но делать это следует очень осторожно. Нельзя бесконечно запрещать ребенку, прерывать его действия.

3. Имея слабую подвижность нервных процессов, дети, не могут быстро начать или затормозить какое-либо действие. Поэтому и требовать от них быстрого переключения с одного вида деятельности на другой нельзя. Необходимо дать установку перед началом нового вида деятельности, чтобы ребенок мог подготовиться и постепенно, перейти к ней.

4. При правильном воспитании у детей раннего возраста преобладает бодрое, активное поведение. Они подвижны, много улыбаются. Но надо иметь в виду, что в раннем возрасте состояние нервной системы неустойчиво. Оптимальное состояние может даже от незначительных причин переходить в фазу повышенной или пониженной возбудимости. Поведение ребенка в этом случае резко нарушается. Малыш может или громко кричать, отказываться выполнять привычные для него действия, капризничать, или, наоборот, становится вялым. Повышение или понижение возбудимости наблюдается сравнительно часто. Это может являться результатом ошибок воспитания. Повышенное или пониженное возбуждение нервной системы, а следовательно, неуравновешенное поведение вашего малыша отрицательно сказываются не только на его здоровье, но и на его развитии.

Давайте разберемся какой нервный тип системы у вашего ребенка.

1. Сильный тип нервной системы, уравновешенный (процессы возбуждения и торможения выражены одинаково сильно).

Такие дети спокойные, покладистые, жизнерадостные. Малыши всегда в хорошем настроении, редко плачут (причина должна быть веской), быстро успокаиваются, легко находят общий язык с другими детьми. Хороший аппетит, сон, охотно играют и в шумные, и в спокойные игры. Не изводят родителей капризами и без напряжения сосредотачиваются на каком-то одном занятии, у них легко формируются новые навыки и умения.

СОВЕТ:

Не нарушайте установленный режим дня, укладывайте ребенка вовремя спать, не проводите долгое время у телевизора, будьте ласковы и выдержанны в общении с малышом.

2. Сильный, неуравновешенный тип нервной системы, с преобладанием процесса возбуждения. Таких детей называют легковозбудимыми.

Легковозбудимый ребенок бурно проявляет свои чувства, причём радость и недовольство быстро сменяют друг друга, а последнее может перейти и в скандал. Эти малыши очень подвижны разыгравшись, долго не могут успокоиться и – покрасневшие, вспотевшие, кричащие, стараются вырваться из рук урезонивающего их взрослого.

СОВЕТ:

Прививайте ребенку усидчивость, вырабатывайте у него умение концентрировать внимание. Проследите, чтобы дела малыш не бросал на полдороге, а обязательно доводил до конца. Общайтесь с ребенком спокойно и доброжелательно. Контролируйте себя, не

заводитесь и ни в коем случае не впадайте в раздражение и крик. Выбросы отрицательных эмоций – благодатная почва для детских неврозов. Не злоупотребляйте запретами. Они перенапрягают нервную систему малыша. Ваша задача – отвлекать, переключать внимание. Тактика «сбалансированных» отвлечений, запретов и разрешений – лучший способ не вырастить из малыша с этим типом нервной системы, деспота и упрямаца.

3. Сильный неуравновешенный, с преобладанием процессов торможения тип нервной системы.

Дети со спокойным нравом, хорошим аппетитом, быстро засыпают и сон их глубокий. Они невозмутимы, медлительны, не любят беготню и шум. Могут долго играть в настольные игры, рассматривать картинки, просто играть. Однако такие дети гораздо медленнее сверстников обучаются обычным житейским делам.

СОВЕТ:

Сделайте все, чтобы малыш полюбил подвижные игры. Учите получать удовольствие от бега, прыжков, плавания. Воспитывайте в нем такие качества как: ловкость, сноровка. Быстрота реакции.

Ничего не делайте за малыша сами, даже если, кажется, что он нерасторопен, иначе малыш будет нерасторопен, безынициативен, неуклюж и необщителен.

4. Слабый тип нервной системы (возбуждение и торможение выражены неярко).

Такие малыши чувствительны ко всему происходящему, особенно со знаком «минус». Они жалостливы. Обидчивы, быстро утомляются. Сон не глубокий, для отдыха требуется тишина. У них неустойчивый аппетит, в еде консерваторы – с трудом привыкают к новым блюдам. Обычно болезненная бывает реакция и на детский сад. Дети пугаются незнакомых взрослых, шумного коллектива. Им гораздо больше нравится одиночество.

СОВЕТ:

Нужно осторожно оценивать неудачи таких малышей, так как они очень болезненно их воспринимают. А лучше формировать уверенность в своих силах поощрениями и словесной похвалой.

Нет «хорошего» или «плохого» типа нервной системы.

Каждый тип обладает своими положительными свойствами.