

Нервные дети.

Нервные дети очень беспокойны, чрезвычайно чувствительны и не усидчивы, с окружающими часто вступают в конфликты. У некоторых детей отмечается нарушение сна. Они долго не засыпают, просят разрешения встать, спят беспокойно.

Обычно это дети нервные, легко возбудимые, им нужно оказывать особое внимание. Спокойствие родителей, их доброжелательность, ласка благотворно действуют на детей с повышенной возбудимостью.

Чтобы ребенок уснул спокойно, бывает достаточно посидеть возле него, даже подержать за руку, приласкать.

Причиной повышенной чувствительности, нервозности детей – неправильное воспитание в семье, проявление родительских чувств.

Некоторые родители заласкивают ребенка, без конца его целуют, восхищаются, постоянно стараются доставить ему удовольствие, избавляют от преодоления самых ничтожных трудностей. В результате нервная система малыша теряет эластичность, не укрепляется, а, наоборот, становится расслабленной и вялой.

Если же ребенок воспитывается в условиях чрезмерной строгости, это приводит к постоянному напряжению и даже истощению его нервной системы.

Постоянные переходы от ласки к строгости также отрицательно действуют на нервную систему дошкольника.

Благотворно влияют на укрепление нервной системы процедуры закаливания, спокойный и достаточный сон. Важным фактором укрепления нервной системы ребенка является жизнерадостная, спокойная обстановка, посильная деятельность.

Возбудимых детей необходимо оберегать от обилия развлечений, частой смены впечатлений и обстановки. Обращение с такими детьми должно быть всегда только спокойным и ровным. Для них чрезвычайно важен твердый режим, по которому довольно много времени отводиться сну и отдыху.

Безразличных, вялых детей нужно приобщать к коллективу, давать им поручения, привлекать к подвижным играм, побуждать к активной деятельности.

Существует четыре типа высшей нервной деятельности (являются наследственными):

1. **ХОЛЕРИЧЕСКИЙ темперамент.**

Холерик горяч, вспыльчив, но отходчив. Быстрый в деятельности, но не выдержан. Очень впечатлителен, трудно переключается с одного настроения на другое. Это тип сильный, неуравновешенный, характеризующийся сильным возбуждением и менее сильным торможением.

2. **САНГВИНИЧЕСКИЙ темперамент.**

Сильный, уравновешенный (процесс возбуждения уравновешивается процессом торможения), подвижный. Сангвиник быстро реагирует на окружающие события, неудачи и неприятности переживает легко, добродушен, движения быстрые.

3. **ФЛЕГМАТИЧЕСКИЙ темперамент.**

Сильный, уравновешенный, инертный. Флегматик – медлительный, невозбудимый, хладнокровный, с устойчивыми стремлениями и настроением, внешне не выдает своих переживаний.

4. **МЕЛАНХОЛИЧЕСКИЙ темперамент.**

Слабый, характеризующийся слабостью как возбуждения, так и торможения при повышенной тормозимости и малой подвижности. Меланхолик глубоко думает и чувствует, он, прежде всего, обращает внимание на трудности, внешне вяло реагирует на окружающее, работоспособный, но обидчив и мнителен.