**АСТЕНИЧНЫЕ ДЕТИ**

**Краткая психологическая характеристика.** Основная характеристика астеничных детей — высокая утомля­емость, истощаемость. Они быстро устают, у них снижается темп де­ятельности и резко увеличивается количество ошибок.Как правило, утомляемость связа­на с особенностями высшей нервной деятельности и имеет не столько чи­сто психологическую, сколько невро­логическую природу, поэтому воз­можности ее коррекции крайне ог­раничены.

**Основные трудности, возникающие при сдаче ОГЭ (ЕГЭ).** ЕГЭ требует высокой работоспо­собности на протяжении достаточно длительного периода времени (3 часа). Поэтому у астеничных де­тей очень высока вероятность сни­жения качества работы, возникно­вения ощущения усталости.

**Стратегии поддержки на этапе подготовки.** При работе с астеничными детьми очень важно не предъявлять заведомо невыпол­нимых требований, которым ребе­нок не сможет соответствовать: «Не­которые выпускники занимаются с утра до вечера, а ты после двух ча­сов уже устал». Ребенок не притво­ряется, просто таковы его индиви­дуальные особенности.Большое значение приобретает оптимальный режим подготовки, чтобы ребенок не переутомлялся: ему необходимо делать перерывы в занятиях, гулять, достаточно спать. Родителям астеничных детей стоит получить консультацию у психонев­ролога или невропатолога о возмож­ности поддержать ребенка с помо­щью витаминов или травяных сбо­ров.

**Стратегии поддержки во время ОГЭ (ЕГЭ).** Астеничным детям требуется несколько переры­вов, поэтому их не стоит торопить, если они вдруг прерывают деятель­ность и на какое-то время останав­ливаются. Им по возможности луч­ше организовать несколько корот­ких «перемен» (отпустить в туалет и т.п.).