ГУЗ «Специализированный дом ребенка».

|  |  |
| --- | --- |
| ***Развитие детей от 0-1года.*** | декабрь 202012 |
|  Ребенок 1 год. Что умеет и чему учить? Развитие ребенка 4-5 месяцев. | Кузнецова Н.В воспитатель в ГУЗ «Специализированном доме ребенка». |

**Ребенок 1 год. Что умеет и чему учить?**

**Чему успел научиться малыш за первые 12 месяцев своей жизни?**

Ребенок в 1 год скорее всего уже умеет стоять и ходить с поддержкой мамы или без помощи (это сейчас редкость). И если он встал на ножки, то уже не желает постоянно находиться в кроватке или манеже, ему нужны приключения, **проснулся исследователь Сегодня мы поговорим о том какой он – ребенок 1 год, что умеет и чему его еще нужно научить.**

Новая для крохи способность ходить требует от него все больше новых навыков. Пока он падает, спотыкается, не может держать равновесие, не управляет координацией движений. Не беда, старайтесь уделять больше времени **физическому развитию ребенка**, сейчас как раз период активного развития тела, поэтому не переживайте, что вы 4 часа бегаете, а 10 минут «развиваетесь». Это не так. Развитие малыша 1-2 лет должно быть физическим и все игры лучше проводить активно, а сидя или лежа читать и конструировать. Поэтому учите кроху бегать, прыгать, лазать.

Особое внимание нужно уделять развитию стопы малыша, так как в этот период она немного уплощена.  Ходите босиком по разным поверхностям (дома и на улице) и небольшим бугоркам.

Во второй год происходит очень сильный **скачок в развитии речи**. Если к 12 месяцам кроха говорит только несколько словечек: «мама, папа, дай, на», то к двум годам он уже  сумеет построить небольшие простые предложения, сформулировать свои просьбы, выразить некоторые эмоции. Этапы развития речи я подробно описывала в статье [нормы развития речи](http://super-parents.ru/speak/). Там вы найдете все этапы и сможете определить все ли идет по плану.

Ваша задача – помочь малышу: читайте ребенку сказки, как можно чаше разговаривать с ним, задавайте вопросы,на которые нельзя ответить «да, нет», спрашивайте мнение крохи и играйте в речевые игры, используя потешки, стихи, песенки.

Следите за тем, чтобы ваша речь была понятна ребенку, но чистой, без сюсюкания и улюлюкания. Кроха слушает и повторяет за вами, а не вы за ним. Поэтому выбирайте простые формы предложения и простые слова, но говорите их четко.

В этот период **познавательная деятельность** малыша активизируется и особенно интересными становятся шкафы, коробки и ящики в доме, а еще хочется проверить на прочность и вкус все предметы.

Позвольте крохе познавать окружающий его мир всеми доступными способами. Конечно же сейчас хочется сделать пространство максимально безопасным для малыша. И это правильно – нетоксичные игрушки, чистота, скругленные углы очень важны. Но не перегружайте малыша гиперопекой. Ушибы и падения – это тоже часть необходимого жизненного опыта. Поэтому упал, понялся, исследует дальше.

Подбирайте упражнения, способствующие развитию координации движений, укреплению мышц тела.

**Мелкая моторика** – еще один приоритет при занятиях. Кроха уже может (или вот-вот научится ) хватать предметы не только всей ручкой, но и с помощью большого и указательного пальца.

Чтобы усовершенствовать эти навыки, способствуйте развитию мелкой моторики и тактильных ощущений: знакомьте ребенка с предметами различных форм и размеров, используйте бумагу и ткань разной фактуры, давайте крохе пуговицам, крупу, бусины, камушки(только под вашим присмотром, есть то их нельзя )

Сейчас у вас **новый бытовой этап** - на втором году кроха учится самостоятельно есть, пить из стакана и чашки, снимать с себя крупные предметы одежды. Поэтому поощряйте тягу малышу к самостоятельности. Да, вы дольше будете собираться на прогрулку и раздеваться после, да кормление теперь не 20-минутное дело, а 30-минутное. Ну и что. Главное, что это время вы проводите с пользой.

Постарайтесь покупать одежду и обувь не на липучках, чтобы экономить себе время, а на шнуровке и пуговках (можно даже декоративной, но завязывать и развязывать каждый день). Так малыш, одеваясь, будет развивать пальчики.

Играйте и развивайтесь вместе!

 **Развитие ребенка 4 – 5 месяцев**

Вчера мне пришло письмо от читательницы с благодарностью за книгу “5 секретов развития” и вопросами про развитие малыша до года. Это действительно очень большая тема, которую я пока не затрагивала. Настало время исправляться Сегодня мы поговорим о развитии ребенка 4 – 5 месяцев.

На пятом месяце малыш уже должен целенаправленно хватать предметы (уже скоро он начнет их разглядывать прежде чем совать в ротик ), самостоятельно осознанно бросать предметы (разжимать ручку и выпускать), эмоционально реагировать на появление близких людей.

**Хорошо если он уже может сам переворачиваться на животик.** Если нет – не беда, его как раз пора учить! Для этого можете применить вот такую простую игру, которая также помогает развивать мускулатуру позвоночника:

*Положите ребенка на спину. Привлеките его внимание погремушкой. Медленно передвигайте погремушку над ребенком, описывая полукруг. Малыш не захочет выпускать погремушку из поля зрения и начнет поворачивать голову, а затем и плечики вслед за ней. Так может случиться “первый поворот”.*

**Развитие чувств**

**Кроме того, в его жизни произошел очень важный момент – теперь он видит весь окружающий мир!** Дело в том, что до 4 месяцев малыш видит только на растоянии 30-40 см., не больше. А теперь, после 4, он уже может сам фокусировать зрение вне зависимости от расстояния до предмета. Это может произойти чуть позже, в 4 месяца и 1-2 недели, но обязательно скоро случится. И тогда взгляду малыша откроется все разнообразие дома и улицы. Представьте, что вы ничего не видели и тут вдруг весь мир перед вами! Каково? Вот! И ваш малыш сейчас испытывает то же самое. Ведь раньше он не видел “дальше собственного носа”.

*Поэтому самое время играть в увлекательную и познавательную игру: рассматривать улицу из окна и на прогулке! Одно наблюдение – это уже развитие и зрения и кругозора, показывайте и называйте как можно больше объектов, обращайте внимание крохи на звуки, движение, высоту, удаленнность.*

**Малыш продолжает осваивать мир наощуп**, ему интересна фактура предметов. И это маме на руку! Давайте малышу в ручки разные материалы – бархат, шелк, мешковина. Можно использовать как [Монтессори материал](http://super-parents.ru/razvivayshie-igri/), так и подручные средства. Еще для возраста 4 – 5 месяцев характерен интерес к температуре различной температуре. Поэтому вы можете дать ему подержать холодную и горячую бутылочку, ложку или даже кусочек льда или замороженную ягоду. Поиграйте в такую игру:

*Возьмите вязанную перчатку. Нашейте на нее кусочки материала, разные по фактуре: шелк, бархат, сатин. И на 2 пальчика (через один) пришейте разные по форме пуговки – круглую и вытянутую. Положите малыша на спинку к себе на колени. И, ласково проговаривая все свои действия, погладьте надетой перчаткой ручки и пальчики крохи. После этого каждый из пальчиков перчатки по очереди кладите в ладошку малыша, чтобы он мог ощупать разные по фактуре материалы.*

**Зрение малыша продолжает формироваться**, поэтому обращайте внимание на цвета при выборе игрушек. Они должны быть основными (красный, синий, желтый, зеленый) и натуральными, как в живой природе. А еще оградите кроху от мультиков, видео-уроков и тому подобного. Ему сейчас не рекомендуется смотреть на любые экраны. Лучше смотрите в окно 

**Моторика**

**Малыш уже управляет ручками, теперь надо поработать над координацией движений.** А именно – развивать целенаправленные движения рук. Учите малыша держать игрушку двумя руками одновременно и перекладывать игрушки из руки в руку. Дайте ему игрушку, которая не помещается в одну руку и покажите, как ее держать двумя руками. А потом дайте ему эту же игрушку без подсказки. Поиграйте:

*Дайте в одну руку малышу резиновое кольцо, а в другую руки какую-нибудь интересную небольшую игрушку. А затем, пока он еще не наигрался, показваете ему еще 1 игрушку, тоже маоенькую. Вам нужно добиться того, чтобы малыш не бросал старую игрушку, а переложил ее в руку к кольцу и взял обновку. Скорее всего, это получится не с первого раза. Мы так “играли” по-моему неделю:)*

**Для роста и развития координации ребенка** очень полезна эта игра:

*Положите ребенка на спинку и аккуратно обхватите его предплечья. Затем медленно переведите его в сидячее положение, приговаривая: «Растет малыш большой-пребольшой!» Затем очень осторожно поставьте малыша, приговаривая то же самое. Затем снова положите кроху и повторите игру.*

**Речь**

**В речи малыша уже появились гласные.** Теперь ему нужна “практика”. Старайтесь любые свои и ваши общие действия сопровождать словами – описывайте происходящее. Рассказывайте ему обо всех окружающих предметах в доме и на улице. Поговорите с ним:

*Разговаривайте с малышом, начиная с коротких предложений, например «Какой сегодня солнечный день». Когда малыш отреагирует лепетом или воркованием, перестаньте говорить и посмотрите ему в глаза. Если ребенок что-нибудь лопочет, отвечайте ему кивком головы и улыбайтесь. Тем самым вы даете понять малышу, что слушаете его и вам нравятся звуки, которые он издает. Проговорите следующее предложение. Обязательно сделайте паузу и подождите реакции малыша. Давая ребенку понять, что внимательно его слушаете и что вам нравится его слушать, вы тем самым способствуете развитию его речи и уверенности в себе.*

**Малыш сейчас усваивает более сложные эмоции.** Поэтому когда обращаетесь к крохе, меняйте интонации, жестикулируйте и не прячьте мимику. Тогда малыш будет с каждым днем лучше понимать вашу речь, обращенную к нему. Когда малыш поймет, что может издавать также разные звуки, ему это будет очень нравиться и он будет кричать, “бормотать”. Если вы видите, что малыш не растроен и повторяет один и тот же звук часто – с ним все ок, просто он узнает свои возможности Пообщайтесь мимикой, можете поиграть в такую игру. Она обогощает мимику, ваше общение и просто очень веселит кроху.

*Сядьте напротив малыша. Высуньте язык, распахните глаза и пошевелите носом. Возможно, малыш попробует повторить ваши движения. Когда он начнет повторять за вами, то вы, в свою очередь, повторите за ним. А потом покажите еще что-нибудь веселое, например надуйте щеки. Не правда ли, весело?*

**Что еще “поделать”?**

- В 4 месяца малышам особенно нравятся мыльные пузыри (если их еще лопать самим, то формируются начальные формы причинно-следственных связей)

- Почитать! Читайте малышу как можно чаще. Кстати, если малыш быстро отвлекается, для чтения можете взять отдельную игрушку (для деток постарше используется игрушка-перчатка, но в вашем возрасте лучше взять простую резиновую) в виде животного и доставать ее только когда читаете. Со словами “Лева прише почитать тебе книжку”, вы “приводите” леву, даете его малышу и вместе читаете книжку и разглядываете картинки.

- Слушать песенки-стишки, классическую и этническую музыку. Если умеете играть на инструменте – поиграйте малышу.

- Разглядывать самые интересные места в квартире. Среди таких: вся кухня, аквариумы, чаинки в кружке.

**Какие развивашки выбрать для развития ребенка 4 – 5 месяцев?**

Предлагайте малышу шумящие игрушки. Простейшее извлечение звуков будет интересовать ребенка еще в течение нескольких месяцев. Играйте с геометрическими погремушками с удобными ручками, и погремушками с изображением людей и животных (лучше в форме, а не нарисованных).

Еще очень рекомендую купить сенсорный коврик, если нет возможности, можете сделать его сама – сшейте 9-12 видов ткани в одно покрывало, набейте несколько блоков ватой. Позже, когда малыш подрастет, вы сможете пришить на него пуговицы и веревочки для “завязавания”.

**Хочу сказать большое спасибо Татьяне за такой настрой. Только благодаря вам мамы младенцев смогут прочитать здесь много интересного **

**Правильное воспитание ребенка: 12 принципов**

Я часто говорю, что каждый малыш – это личность и нельзя его воспитывать и развивать “под общую гребенку”. Поэтому возникает резонный вопрос – а бывает ли “правильное воспитание ребенка”? Для меня воспитаение “правильное”, если ребенок вырос здоровым физически и психически и ему привиты общечеловеческие ценности. Поэтому сегодня я расскажу 12 принципов воспитания ребенка, а остальное – ваше творчество.

**Принцип 1**
Помните, что кроха – это отдельная личность. Поэтому свои собственные мечты и планы реализовывайте сами, и не навязывайте их малышу. Частая ошибка родителей – навязывать ребенку свои мечты. “Я не стала медиком, но мой ребенок уж точно станет – это его судьба!” или “Мы династия врачей и наш ребенок пойдет по нашим стопам!”. Когда мы думаем и действуем так, мы отбираем у ребенка свободу и целостность развития, мы навязываем свои мечты. Не удивительно, что дети зачастую нас разочаровывают, либо, нежелая разочаровать, становятся несчастными и посредственными.



Поэтому с самого рождения дайте ребенку свободу и поддерживайте его свободу. Воспитание не должно быть навязыванием какой-либо позиции или отношения, [создание развивающей среды](http://super-parents.ru/razvivaem-doma/) и помощь ребенку и только в тех ситуациях, когда она действительно необходима.

**Принцип 2**
Все детки в норме рождаются одинаковыми и не бывает ребенка без способностей или, наоборот, с выдающимися способностями. Все, чем отличается ребенок или то, в чем он не преуспевает – это результат приобретенного опыта в процессе воспитания и развития. Когда проявляется способность или неспособность? Обычно уже к трем годам родители делают выводы о склонности ребенка к музыке или конструированию, а значит формируются способности и неспособности ДО 3х лет! Поэтому развитие творческих и музыкальных способностей, плавание, спорт, конструирование и многое другое – это то, что можно и нужно давать ребенку с рождения, а не в школе. Как раз об этом [я говорю в Развивай-ках](http://super-parents.ru/products/).



**Принцип 3**
То, что Вы делаете, имеет огромное значение. Вы – эталон поведения для ребенка и все ваши слова о том, что нельзя кричать, надо быть честным, нужно носить шапочку и все все остальные, не будут значить ровным счетом ничего, пока вы сами не станете их соблюдать. Как вы думаете, что сделает ребенок, если услышит от вас, что нельзя кричать и тут же после этого увидит, как вы кричите на его отца? Картина мира в его голове будет шаткой и неоднозначной, это уж точно не то, чего вы хотели добиться. Кроха учится общаться, реагировать, выражать эмоции, вести себя в обществе, глядя на вас и на папу. Поэтому подавайте пример.



**Принцип 4**
Взгляды на воспитание и действия родителей должны быть едиными. Только тогда ребенок почувствует безопасность и целостность окружающего мира. Если мама утешает кроху после того, как папа бьет его по попе ремнем, значит вы растите манипулятора. Дети очень быстро приспосабливаются к среде и находят в ней свои выгоды. Как это ни страшно звучит, но частое заключение психотерапевта после работы с малышом, родители которого придерживаются разных точек зрения на воспитание: “Манипулятор, способен на все ради достижения своей цели”. Будто о секретном агенте 007, а не о четырехлетнем малыше написано, не правда ли?  И это – разные позиции в оном доме.



Все воспитательные меры вы должны обговорить и “согласовать” с мужем. Вы вместе, на одной стороне, поэтому не “дружите против” папы или мамы. А в пределах общей нормы воспитания, каждый родитель имеет право на свое собственное поведение с ребенком.

**Принцип 5**
Будьте последовательны в своих действиях. не меняйте правила изо дня в день, это может привести к  недисциплинированности ребенка. Многим родителям не хватает чувства последовательности, в результате чего ребенок приходит в замешательство и не знает, как себя вести. Ваша задача – сделать мир ребенка безопасным и надежным, а это значит придерживаться общих правил поведения изо дня в день, всем вместе.



**Принцип 6**
[Не давайте ребенку все, что ему хочется по первому требованию](http://super-parents.ru/deti-i-dengi/). Ребенку [для развития достаточно всего, что есть в доме](http://super-parents.ru/sekrets/): сенсорного коврика (можно сделать самой), в младенчестве – погремушек, в раннем детстве – книжек, набора для прогулки (совочек, формочки), музыкальных упражнений, счетного материала, конструктора, и самодельного Монтессори-материала.



Конечно же, другие игрушки притягательны для ребенка и они нужны не только для его собственного удовольствия, но и для поддержания статуса в социальной среде. Сейчас вокруг ребенка очень много впечатлений, развлечений и между тем, что “нужно” и тем, что “ХОЧУ!” лежит огромная пропасть, которую малыш пока не осознает. Поэтому прививайте ребенку [знание о заработке и деньгах](http://super-parents.ru/deti-i-dengi/) и позволяйте ему заработать то, что ему хочется.

**Принцип 7**
Хвалите ребенка правильно – только за дело. Часто мы от переизбытка чувств пускаемся в похвалу: какой замечательный ребенок, какой ты хороший! И часто после этих слов ребенок стремиться сделать еще что-нибудь хорошее. Родители думают, что это здорово, но на самом деле – совсем нет. Ребенок стремиться сделать что-то хорошее, чтобы его снова высоко оценили, он думает, что мама любит его за то, что он замечательный.  А что же делать, когда у него что-то не получилось? Когда мы говорим: “Ты самый умный”, мы оцениваем личность ребенка и ради этой оценки он пойдет на многое. Именно такой похвалой мы формируем в малыше перфикционизм – стремление быть совершенным ради похвалы. Это противоположность достиженческому подходу, при котором ребенок стремится достигать новых высот ради совершенствования, ради цели, а не ради оценки стороны.



Достиженци – лидеры, а перфекционисты – поверхностные исполнители. Поэтому хвалите ребенка за достижения, за его выбор или слова, а не просто так. Вместо того, чтобы сказать малышу “Ты самый умный”, скажите “Ты очень хорошо справился с упражнением”, “Мне нравится как ты построил пирамидку”. Найдите объективный повод и похвалите ребенка за то, что он сделал, а не за то, что он самый-самый.

**Принцип 8**
Не отказывайтесь от помощи малыша, позвольте ему участвовать в работе по дому. В период раннего детства детки так хотят быть похожими на маму и папу! Они видят, как мама подметает и тоже бегут с веником в самую пыль. Видят как мама накрывает на стол и хватаются за полные стеклянные бокалы и ножи. Да, выглядит все это страшно опасно и вобще от помощи больше проблем: пыль не собирается, а разлетается по всему дому, бокалы бьются, сок разливается. И, кажется, нужно ребенка отстранить от всего этого, так проще всем. Но каждый раз, когда вы отбираете у малыша веник или стакан, вы говорите ему: “Я сама, твоя помощь не нужна”. Он запомнит эти установки и к 14 годам вы получите “неблагодарного ребенка, который вам не помогает”. Но вы же хотели просто обезопасить его и освободить себе время? Поэтому предлагаю вам инвестировать в будущее: купите малышу веник, дайте ему отнести бокал (если сока много, отлейте половину, чтобы крохе было проще), подарите собственную тряпку для пыли, и скоро у вас вырастет благодарный помощник. Да, кстати, все это также развивает моторику и эмоции.



**Принцип 9**
[Папа – полноценный участник воспитания и развития.](http://super-parents.ru/papa-i-malysh/) О всей важности роли папы в воспитании и развитии я уже писала в [этой статье](http://super-parents.ru/papa-i-malysh/). Влияние отца сложно переоценить – он проводник ребенка в окружающий мир, поэтому отец должен общаться с ребенком как можно чаще и быть доступен в любое время, хотя-бы по телефону. А время, пока малыш общается с папой – это то время которые вы посветите себе, поэтому не принебрегайте девятым принципом 



**Принцип 10**
Воспитывайте в ребенке независимость. Малышу очень сложно оторваться от мамы, но с года до трех просиходит [формирование его собственного “Я”](http://super-parents.ru/psihic1-3/). Многие родители приравнивают детскую независимость к непокорству и непослушанию. Дети стремятся к независимости по простой причине – как и все люди, они хотят сами контролировать, а не быть контролированными кем-то другим.



Поэтому в период 2-3 года уже необходимо дать крохе свободу. Поощрение независимости развивает саморегуляцию поведения. Но определенные ограничения помогают ребенку развить чувство самоконтроля. Чтобы быть успешным в жизни, ему понадобятся оба этих навыка: независимость и самоконтроль.

**Принцип 11**
Вырастите ребенка почемучкой – научите его думать. К трем годам голова пухнет от детского “почему”, но невероятно важно не только отвечать почемучке, но и стимулировать у него новые и новые вопросы.



Вопрос “Почему?” – признак активной мыслительной деятельности, он означает, что ваш малыш думает, строит причинно-сладственные связи и начинает делать логические выводы. Прекрасно, если ребенок остается почемучкой в 7,9.12,18 лет. Значит он не перестает совершенствоваться и, вместо того, чтобы зубрить, он вчувствуется и осознает!

**Принцип 12**
Даже если вы допустили ошибку в воспитании малышей, не считайте ее фатальной. Вы человек, а человек не идеальный. Все мы допускаем ошибки, но это не значит, что мы плохие. Поэтому, если вы ошиблись, то признайте свою ошибку, измените свое поведение и идите дальше.

