

Дистанционная консультация для родителей «Игры и игрушки детей первого года жизни»

Подготовила: воспитатель Вакуленко Л.Б..

Ребенок на первом году жизни — это совершенно уникальное создание. В каком еще возрастном периоде за столь короткий срок происходят столь удивительные превращения: из совершенно беспомощного, крохотного существа он превращается в практически сознательного человечка, умеющего сидеть, вставать и ходить, лепетать и думать, повторять за взрослыми их действия.



Все это, безусловно, запрограммировано от природы. Ведь даже при отсутствии внимания со стороны взрослых, эти превращения произойдут, правда, значительно медленнее.

Процессы, которые протекают в мозге младенца, нам неведомы, но наблюдения показывают, что не только генетические возможности, но и внешние воздействия оказывают огромное влияние на сам процесс развития в целом, под которым мы понимаем как общую нейроэндокринную регуляцию, так и качественное формирование внутримозговой интеграции, приводящей к наилучшему умственному развитию.

Каким родителям не хочется, чтобы их малыш был здоровым! Однако что есть здоровье? Только ли это отсутствие болезни? Или все же под здоровьем ребенка следует понимать наиболее полное раскрытие его потенциала, его устойчивость к социальной среде, его полноценную интеграцию в общество?

Все это взаимосвязано. Часто болеющий или страдающий каким-то хроническим заболеванием ребенок, к сожалению, не может полностью реализоваться — соматическое неблагополучие ограничивает его психосоциальное развитие.

Здоровье ребенка, в широком смысле этого слова, закладывается в первый год жизни. Если внимание родителей и медиков в этот период сосредоточено лишь на его соматическом состоянии, достичь желаемого результата невозможно.

Весь период раннего детства ребенку важно не только полноценное питание, содержание в чистоте и создание оптимальных условий, но и наблюдение за его психосоциальным развитием. В то же время постоянное внимание к психосоциальным нуждам ребенка способствует наилучшему усвоению питательных веществ, хорошему физическому развитию, формированию иммунной системы, устойчивости к внешним воздействиям.

Опыт показывает, что дети, воспитываемые в детском доме, где вопросам развития и индивидуального «ухода в целях развития» (термин, пришедший к нам из западной литературы и означающий удовлетворение потребностей ребенка, необходимых для его развития) уделяется мало внимания, несмотря на хорошее питание и общий уход, обычно маловесные, худые, возбудимые, часто болеющие. Но стоит им попасть в семью, где они получают индивидуальный уход и находятся в атмосфере любви, картина тут же меняется к лучшему. Уже через несколько месяцев таких детей невозможно узнать — происходит огромный скачок в их общем развитии.

Несмотря на то что все вышесказанное достаточно широко известно, современная медицина, в частности педиатрия раннего возраста, уделяет этим вопросам очень мало внимания, и подчас родители вынуждены действовать сами, без контроля и помощи со стороны медиков. Часто это не дает желаемых результатов, так как все в конечном итоге сводится к покупке огромного количества игрушек, порой очень красивых с точки зрения родителей, но абсолютно ненужных и неинтересных детям.

Люди, имеющие маленьких детей, легко вспомнят случаи, когда покупка вроде бы отличной игрушки не вызвала интереса у ребенка и он продолжал играть какими-то другими вещами: тербил пакетик, рвал газету, гремел ложкой и т. д.

Выбор игрушек и формы игры с малышом, его ответ на предлагаемое действие должны соответствовать его возможностям и срокам развития.

Приведем некоторые основные моменты, основываясь на которых и медики и родители могут в большой степени способствовать развитию умений и возможностей ребенка.

В первые 6 мес жизни основу его возможностей составляет формирование зрительной функции и осязания. Сначала он учится смотреть, чувствовать и слышать, поэтому с первых дней каждый, кто берет ребенка на руки, должен разговаривать с ним тихим, воркующим голосом. Ребенок хорошо слышит и разбирает только тихую речь и при нем нежелательно громко разговаривать и включать громкую музыку — кстати, это залог того, что у него быстрее сформируется слуховая функция, и он быстрее заговорит в дальнейшем. При кормлении важно, чтобы он был прижат к телу матери, ощущал ее грудь, а потом он будет трогать ее лицо и тело, формируя важнейшую коммуникативную связь. Абсолютно недопустимо кормить младенца в кроватке (если он получает искусственное питание из бутылочки): ему очень нужно тактильное общение.

При переодевании ребенка, при разговоре с ним важно найти такое расстояние, на котором малыш ясно видит, может зафиксировать взгляд и начать прослеживание за родным лицом — это очень важный этап развития. Иногда создается впечатление, что ребенок безразличен, смотрит куда-то вдаль, не интересуется ничем. При осмотре выясняется, что никаких отклонений нет, просто ребенок лучше видит или на очень близком расстоянии — 20–30 см, или, наоборот, достаточно далеко — 70–80 см. Это связано с незрелостью аккомодации хрусталика. Если найти оптимальное расстояние и начать тренировку аккомодации, то в течение нескольких дней будет отмечаться значительное улучшение функции — у ребенка проснется интерес, он станет более контактным, и в дальнейшем будет меньше проблем со зрением.

К месяцу понадобится первая игрушка. Она должна быть простой, желательно одноцветной (лучше всего ребенок различает красный, синий и зеленый цвета, почти не видит блеклые цвета и полутона), звучащей (погремушка) и иметь тонкую ручку, чтобы можно было вложить ее в руку ребенка. Игрушка должна быть легкой, безопасной, так чтобы ребенок мог ее легко почувствовать (он это обязательно сделает через рецепторы языка). Звучащие и вращающиеся игрушки вполне допустимы, если они яркие, не многоцветные, издают тихий мелодичный звук и ребенок может их видеть. Если малыш видит на маленьком расстоянии, то вешать такую игрушку можно только после того, как будет проведена достаточная тренировка, и расстояние, необходимое для наилучшего видения, увеличится.

В возрасте 2–3 мес ребенок интересуется крупными яркими предметами. Он будет подолгу рассматривать ковер, занавески, реагировать на яркий свет, в его кроватку можно повесить полотенце яркой расцветки. С ним нужно много говорить, стараясь, чтобы он видел губы взрослого. Тогда малыш будет стараться имитировать эти движения, и у него появятся элементы слогового гуления. Если при гулении у ребенка отмечается много гласно-согласных комбинаций — значит он хорошо слышит: есть надежда, что он рано заговорит.

После 4 мес познание через ощущение станет самым важным элементом в развитии. В это время можно предлагать разнообразные на ощупь предметы: тряпочки, пакеты. Малыш будет мять и тянуть в рот свою одежду. Однако мягкие игрушки должны быть такими, чтобы можно было безопасно брать их в рот, ткань не должна расползаться от влажности и ворсинки не должны попадать в горло.

Учитывая тот факт, что в этом возрасте ребенок уже умеет перекладывать вещи из одной руки в другую, игрушки-погремушки должны быть легкими, чтобы их было удобно хватать. Сейчас в продаже имеется множество игрушек с толстыми ручками, которые очень красивы с нашей взрослой точки зрения, но неинтересны для ребенка.

Крупные «резиновые» игрушки станут для него занимательными только к 5–6 мес, а игрушки со сложной конфигурацией, множеством различных частей пока еще не привлекут внимания.

После 6 мес происходит существенный скачок в умениях ребенка: он переворачивается на живот, старается сидеть, объем его движений увеличивается с каждым днем, появляются сочетанные движения в руках, значительно увеличивается поле зрения — это приводит к изменению интересов. 6–12 мес — период интенсивного нарастания познавательной активности. Ребенок хочет сам создавать звуки — ему надо много стучать. Он начинает следить и осознавать перемещение предметов в пространстве — ему необходимо бросать (он смотрит за перемещением предметов и это формирует следовую память). Малыш начинает также осознавать размеры предметов — появляется потребность вкладывать маленький предмет в большой, снимать, разделять предметы. Все это определяет и виды игрушек, и формы занятий, которые постепенно становятся все более сложными.

Родители должны замечать, с каким интересом ребенок стучит ложкой, погремушкой о кроватку или об стол или стенку, как стремится все выбросить из кроватки — это положительные моменты в его развитии. Теперь можно приобретать и более сложные игрушки, в которых требуется нажимать на кнопки для получения звука, формочки, чтобы их разбирать, или пирамидки, чтобы снимать с кольца. Основное правило — все детали игрушек не должны быть слишком маленькими и должны быть удобными для захвата. Это особенно важно в отношении пирамидок. Иногда их внешняя красота совершенно не соответствует возможностям мелкой моторики малыша.

В этот период с ребенком следует начинать играть. Лучшей игрой является тренировка его памяти — игра в «ку-ку»: сначала нужно закрывать его лицо, чтобы он мог осознать, что как только он снимет то, что находится на его лице, — он всех увидит. Затем игра усложняется: малышу предлагают искать кого-то из взрослых (обязательно комментируя действия словами) — ребенок должен целенаправленно искать, ориентируясь по звуку. Наиболее сложный вариант этой игры, которая потребует тренировки, возможно длительной, это поиск спрятанного предмета. Например, показывают малышу знакомую игрушку, к которой он проявлял интерес, и накрывают ее пеленкой. Постепенно ребенок поймет, что предмет, который был в пространстве и которого он не видит, находится под этой пеленкой, — это и есть тренировка следовой памяти и ассоциативного мышления. При такой игре важно минимизировать отвлекающие моменты — наличие других людей или других игрушек.

К 8 мес ребенку нужно давать книжки. Сначала, чтобы он учился их листать, его привлекут яркие картинки и сам факт их изменения при перелистывании. Постепенно это перерастет в интерес к конкретной картинке. Важно, чтобы она была понятна ребенку. Другими словами, на картинке должен быть всего один предмет, четкий, ясный, крупный и красочный. Выбор книг для пробуждения к ним интереса — это важное и сложное занятие. Здесь имеет значение именно соответствие потребностям ребенка, а не содержательная часть и пристрастия родителей. По этим книжкам можно учить предметы, и новую книжку следует предлагать только тогда, когда потерян интерес к первой.

К этому времени ребенок начинает осознавать свое тело и сопоставлять его с различными частями тела взрослого. Здесь особенно важно каждый раз четко произносить название той части тела, которую трогает ребенок. При этом надо учитывать, что ребенок не может запомнить все сразу. Пусть будет сначала что-то одно, потом следующее и т. д. Тогда к году ребенок сможет достаточно свободно различать и показывать части тела по просьбе взрослого и на себе и на нем.

Впервые приходит понимание того, что все предметы имеют разную величину и форму, поэтому у малыша обязательно должны быть игрушки, которые можно вложить друг в друга (чашки, формочки). Дети любят играть с предметами, которыми пользуются взрослые и которые они часто видят в обиходе. Иногда простые домашние вещи приятнее для него и привлекательнее, чем дорогие и непонятные игрушки. Например, вкладывание в яркую пластмассовую баночку разноцветных прищепок, несомненно, вызовет огромный восторг и будет стимулировать быстрое обучение.

Вторая половина первого года жизни — это период первых имитаций и главное — радости от правильно выполненного действия. Ребенка можно начинать учить делать что-то: играть в «ладушки», в «козу-бодатую», «сороку-ворону» и т. д. Совершенно не важно, что это будет за игра, важно, чтобы в нее играли вместе, получали от этого удовольствие и ребенок это чувствовал. Однако если врач хочет проконтролировать, что умеет делать ребенок, он должен попросить мать поиграть с ребенком именно в ту имитационную игру, в которую они обычно играют дома. Ребенок может не захотеть демонстрировать что-либо чужому человеку.

Пожалуй, самый сложный возраст для занятий — это с 1 года до 1,5 лет.

В этот период, когда малыш учится ходить, все его интересы связаны с возможностью самостоятельного расширения пространства. Сосредоточиться он может на очень короткое время, и поэтому развивающие занятия должны органично «вплетаться» в сферу его интересов. Малышу следует предлагать игрушки, которые можно вкладывать и вынимать, легко разбирать. Игры должны носить простой имитационный характер — кормить куклу, укладывать ее спать, укрывать, возить машинку, нагружать ее и т. д. В этот период ребенку уже надо читать книжки, рассказывать по картинкам, показывая на каждый предмет, предлагать находить предмет из множества, собирать простые картинки.

Конечно, какое-то время ребенок должен занимать себя сам. Но не стоит радоваться тому, что он может долго находиться один. В этом возрасте это, скорее, недостаток. Не нужно думать, что таким образом он приучается к самостоятельности. Напротив, если ребенок полутора лет долго способен обходиться без внимания взрослых, это, скорее, признак нарушения коммуникативности. К сожалению, такие «легкие» дети в дальнейшем имеют множество проблем, связанных с социализацией, и постепенно отстают от своих сверстников. Кроме того, такое неестественное для данного возраста желание быть одному может быть первым признаком психического нарушения. Все должно быть в меру. Обычно дети, которым с рождения уделялось «правильное» внимание (не чрезмерная опека, а направленные взаимоотношения), более спокойны и устойчивы, с удовольствием занимаются сами, но предпочитают общение и игру со взрослым. Родители должны использовать каждую минуту для установления таких взаимоотношений.

Есть огромная разница между тем, чтобы просто находиться вместе с ребенком дома или заниматься с ним. Несомненно, второе куда сложнее и от взрослого требуется при этом много терпения и внимания, однако только так можно воспитать здорового, сильного, спокойного, уравновешенного человека, что обеспечит на долгие годы спокойствие, тепло и взаимопонимание в семье.