

Бюджетное учреждение
«Городской центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
города Омска

Единая служба



поддержки семей, имеющих детей
города Омска

Альманах
«ТЕРРИТОРИЯ УСПЕШНОГО РОДИТЕЛЬСТВА»
(методические рекомендации)

ВЫПУСК 3

Развитие ребенка
0 – 6 месяцев жизни



Развитие тактильных ощущений.

Новорожденные реагируют на прикосновения и звуки. Каждый раз, когда вы берете малыша и разговариваете с ним, вы устанавливаете доверительную связь между ним и собой. Ребенок привыкает к вашему голосу и вашим сильным рукам. Будьте последовательны и постоянны в обращении с ребенком, в том, что вы ему говорите, в интонациях вашего голоса. Тогда вскоре ваш малыш начнет ворковать и улыбаться вам. Так он будет выражать свою любовь.

1. Когда вы кормите своего птенчика, держа его в объятиях, важно, чтобы он ощущал ваше тепло. Оставьте его ручки свободными, чтобы он мог свободно прикасаться к вам и "изучать" вас. Помогите ему, устроив небольшую "экскурсию". Аккуратно придерживая ручки малыша, положите их себе на лицо, проведите по носу, губам и волосам, сопровождая это ласковыми словами.
2. Время пеленания - подходящий момент для следующей игры. Пока кроха лежит на спинке, дотроньтесь до его грудки, животика, ножек, ручек.... Каждый раз приговаривайте: "Шлеп-шлеп", называйте части его тела. Скорее всего, малыш начнет улыбаться и с большим нетерпением ждать нового прикосновения.
3. Если вы хотите отдохнуть, возьмите кроху на руки и устройтесь на кровати или мягком ковре. Положите его себе на живот или грудь. Ваше ритмичное дыхание успокоит кроху.
4. Это чудесная игра, способствующая установлению доверительной связи с вашим ребенком и пробуждающая в нем ответное чувство любви к вам. Подберите ряд предметов, которыми можно было бы поглаживать ребенка. Хороши для этого шерстяное одеяльце, кусочек шелка, перышко или комочек ваты. Тихо напевайте, поглаживая своего малыша; пусть это будет убаюкивающая мелодия без слов. Напевая, растирайте малышу один за другим пальчики на руках и ногах. Он будет испытывать при этом огромное удовольствие. Повторяйте всю эту процедуру, используя по очереди каждый из отобранных предметов.
5. Повесьте рядом с малышом лоскутное одеяльце, шарфик, полотенце или пеленку. А можно приспособить для игры кусочки разных тканей, или сшитые специальные фактурные набивные подушечки, фактурный коврик, фольгу или что-то другое, но безопасное. А теперь возьмите ручку малыша и погладьте его ладошкой каждый лоскуток, говоря при этом, какая ткань - мягкая, жесткая, нежная...
6. Легонько погладьте своей рукой ручку ребенка, приговаривая при этом: "Ручки наши ручки, малышкины ручки". Затем дайте прикоснуться ему к игрушке, а потом опять погладьте ручку ребенка. Так малыш будет постигать разницу тактильных ощущений.
7. Нашейте на старую перчатку кусочки ткани разной фактуры, а у пальцев перчатки отрежьте концы. Малыш будет прикасаться к перчатке и вашей руке и тоже ощущать разницу между тканью и вашей рукой.
8. Играйте в эту игру всякий раз, когда вы одеваете ребенка, и особенно после купания. Массируйте и похлопывайте малыша. Говорите малышу, что вы

любите его. Называйте те части его тела, которые вы массируете. Декламируйте во время одевания ребенка что-нибудь в таком роде:

Как приятно маме малыша купать,
Мягким полотенцем тельце вытирать.
Пяточки, животик, пальчики и носик
Не устанет мама целовать!

9. В эту игру приятно играть, когда вы одеваете малыша или меняете ему пеленки. Скажите: "Я люблю твой носик, носик, носик". Поцелуйте малыша в носик. Скажите: "Я люблю твой животик, животик, животик". Поцелуйте малыша в животик. Называйте другие части тела малыша и целуйте их. Эта игра помогает ребенку получить представление о своем теле и о вашей любви к нему, которую вы выражаете таким образом.
10. Нет ничего более очаровательного, чем улыбающийся малыш. Эта игра неизменно будет вызывать у вашего ребенка улыбку. Держа ребенка на руках, мягко покачайте его, наклоняя вперед-назад. Нежно дотроньтесь указательным пальцем до его щеки вблизи рта. Когда ребенок вам улыбнется, похвалите его и дайте ему понять, как вам это приятно. Попробуйте поиграть в эту игру. Дотроньтесь до щеки малыша три раза и затем скажите: "Улыбнись". Касаясь его щеки, считайте до трех "Раз, два, три - улыбнись!"
11. Эта игра связана с множеством прикосновений к ребенку, она помогает ему скорее осознать части своего тела. Дотрагивайтесь до разных частей тела малыша, напевая:

Где у нас пальчики на руках?
Где у нас пальчики на ногах?
Где у нас животик? Ищем-ищем...
Где у нас ушки? Где у нас носик?
Где у нас ротик? Ищем-ищем...

Или пройдите пальцами по телу ребенка, приговаривая что-нибудь в рифму: "Огуречик, огуречик, не ходи на тот кончик..." Со временем ребенок узнает по интонации, какая игра сейчас будет, и заранее агукает от удовольствия.

12. Приобретите большой, легкий, красочный надувной мяч. Пусть ребенок касается его, бьет по нему ногами и толкает его.

Для развития телесных ощущений как можно чаще берите ребенка на руки, качайте, обнимайте и ласкайте. Если ребенок лежит в кроватке, старайтесь быть поблизости, чтобы и в этом случае он получал достаточно внимания. Можно носить ребенка на спине или груди в сумке - слинге, тогда ребенок будет участвовать во всех ваших домашних делах. Пойте малышу, когда вы его держите на руках или укачиваете. Тактильные ощущения скоро начнут ассоциироваться с приятными звуковыми ощущениями.

Развитие слухового восприятия.

Каждый раз, когда вы берете малыша и разговариваете с ним, вы устанавливаете доверительную связь между ним и собой. Ребенок привыкает к вашему голосу и вашим сильным рукам. Будьте последовательны и постоянны в обращении с ребенком, в том, что вы ему говорите, в интонациях вашего голоса. Тогда вскоре ваш малыш начнет ворковать и улыбаться вам. Чем больше вы будете разговаривать с ребенком, тем скорее он начнет агукать, лепетать и делать попытки говорить. Воркование и агуканье - это язык младенца. Таким образом он может реализовать себя в общении с вами. Увидев что-то интересное, малыш начинает по-своему говорить.

1. С самого рождения давайте ребенку слушать не очень громкие звуки, например, звон колокольчика, шуршание бумаги, негромкие погремушки.
2. Оставляйте в детской комнате, в моменты бодрствования ребенка, включенный магнитофон с детскими мелодиями - адаптированной детской классикой, колыбельными, звуками природы...
3. Говорите ребенку о том, что ему нравится. Рассказывайте ему о том, как вы заботитесь о нем, как вы его любите, описывайте свои действия, задавайте вопросы. Любую реакцию ребенка воспринимайте как его ответ вам.
4. Пойте и рассказывайте стихи, читайте детские книги. Даже самый крохотный слушатель будет радостно слушать и реагировать на знакомые ему песенки и стихи.
5. Повторяйте звуки, которые издает ваш кроха. Это заставит его произносить их снова и снова. Воспроизводите звуки, которые издает ваш малыш. Это установит восхитительную связь между вами. Попробуйте выполнить следующие советы: целуйте ребенка, щелкайте языком, мяукайте, мычите, гавкайте, фыркайте. Издавайте звук "чу-чу". Засуньте указательный палец в рот и резко выньте его оттуда. С шумом вдыхайте и выдыхайте воздух. Издавайте звук "бу-бу-бу", двигая с помощью указательного пальца губы вверх и вниз.
6. Прикрепите мягкие погремушки или колокольчик на предплечье вашего малыша и наблюдайте, как он будет реагировать на появление звуков при движении. Такие же игрушки можно прикрепить и к ножке. Пусть малыш сопоставляет источник звука и свои движения.
7. Разместите различные мягкие игрушки со звуками, в том числе зверушек, вокруг кровати. Некоторые из них должны быть достаточно маленькими, чтобы ребенок мог их ухватить. Держите игрушку перед ребенком и поворачивайте ее в разные стороны. Поворачивая игрушку, издайте звук и обратите внимание малыша: "Эй, малыш!", "Как поживаешь, малыш?" и т.п. Ребенок будет пытаться схватить игрушку, и, если ему это удастся, он испытает удовольствие. Используйте игрушки самых разных размеров, разной формы и сделанные из разных материалов. Изменяйте свой голос, говоря за ту или иную игрушку. Это позволит малышу слышать разнообразные звуки. Игра превосходно развивает также слуховые и мелкие двигательные навыки.
8. Потрясите погремушку сначала с одной стороны от головки малыша, а потом с другой. Старайтесь трясти погремушку сначала медленно, а за тем все быстрее и быстрее. Малыш начнет искать источник звука глазами. Когда вы увидите, что он реагирует на звук, похвалите его и обнимите.

9. Различение звуков, в том числе высоких и низких, составляет одну из наиболее развитых способностей новорожденных. Тесно прижмите к себе малютку и произнесите имя малыша высоким ласковым голосом. Теперь произнесите те же слова нежным, но низким голосом. Несколько раз меняйте тон своего голоса.
10. Когда ребенок лежит на спине, потрясите погремушкой сначала с одной стороны от его головы, потом с другой. Когда он начнет искать источник звука, что можно заметить по его глазам, поверните его головку в направлении звука. Вложите погремушку в руку ребенку. Передвигайте его руку вперед и назад и наблюдайте за реакцией его глаз на звук. Говорите малышу что-нибудь вдохновляющее, пока он ищет источник звука. Поощрение в интонациях вашего голоса поможет малышу продолжить усилия и добиться успеха. Например, вы можете говорить ему: "Очень, очень хорошо!", "Ты молодец!".
11. Когда наступит время сна, ваш нежный голос и слова любви, обращенные к малышу, помогают ему быстрее и легче заснуть. Говорите, например: "Спокойной ночи, мой сладенький" или "Положи головку и спи, спи..." Тесно прижимайте ребенка к себе и поглаживайте его лицо или головку, разговаривая с ним. Укладывая малыша в кроватку, продолжайте говорить приятные слова и ласкать его.

Развитие зрительного восприятия.

Постарайтесь как можно чаще удовлетворять потребность вашего ребенка в зрительном контакте: ловите его взгляды, сами смотрите ему в глаза, не отводите своего взгляда, пока он сам не перестанет смотреть на вас.

Детская комната должна быть хорошо освещена, чтобы ребенок смог смотреть вокруг себя все то время, пока он бодрствует. Каждый раз, когда вы меняете окружающую обстановку вокруг малыша - в кроватке, в комнате, вы предоставляете ребенку возможность увидеть нечто новое. Это развивает его любознательность и способствует постепенному осознанию окружающего.

Через неделю после рождения детишки начинают различать рисунки. При этом резко контрастные цвета и фигуры привлекают их особое внимание.

1. Возьмите малыша на руки и держите так, чтобы он мог видеть все вокруг. Прогуливайтесь с ним по комнате, останавливаясь перед предметами яркого цвета или необычной формы. Пусть малыш смотрит на них в течение какого-то времени. Спойте ему какую-нибудь песенку на любой мотив, и тогда ребенок поймет, что вы с ним занимаетесь приятным делом.
2. Нарежьте бумагу на куски размером примерно 22x28 см и толстым фломастером нарисуйте на них различные геометрические фигуры. Можно вырезать какие-нибудь подходящие картинки из журналов. Развесьте эти рисунки и картинки вокруг кроватки ребенка, чтобы он мог их постоянно созерцать.
3. Носите малыша в слинге и показывайте предметы.
4. Устройте ребенка в таком месте, где он мог бы наблюдать всех членов семьи, занятых своими обычными делами.
5. Нарисуйте смешную рожицу на вашем указательном пальце. Поиграйте с ребенком - пусть он следит глазами за движением вашего пальца.

6. Приспособьте перед крохой зеркало, чтобы он мог увидеть себя. Рассказывайте ему все, что он может увидеть.
7. Если вы кормите ребенка из соски, подносите соску то с одной стороны, то с другой. Если вы кормите ребенка грудью, меняйте положение - это будет стимулировать развитие обеих глаз.
8. Детишки любят яркие, красочные картинки необычного вида и формы. Найдите цветную картинку, изображающую какое-нибудь животное, и наклейте ее на картонку. Сделайте в картонке отверстие и проденьте через него яркую ленточку. Привяжите этой ленточкой картонку с картинкой на боковой стороне кровати так, чтобы ребенок мог ее видеть. Передвигайте картинку каждые несколько дней на новые места, что будет снова и снова возбуждать интерес ребенка. Развесьте такие картинки и в различных местах квартиры.
9. Подвесьте яркие цветные игрушки над кроваткой малыша. Это может быть детский мобиль, с разборными и взаимозаменяемыми игрушками. Сделать такой мобиль можно и самому, используя легкие материалы, фольгу - тогда такие игрушки будут легко двигаться и привлекать внимание ребенка.
10. Наденьте яркий цветной носочек на ручку или ножку ребенка. Расположите его ручку или ножку так, чтобы он мог видеть носок. Увидев пеструю расцветку, ребенок сильно возбудится. Вначале малыш будет останавливать взгляд на цветном чисто случайно, но вскоре научится сосредотачиваться на нем более продолжительное время. Наблюдайте, как малыш начинает приближать руку к глазам и фиксировать взгляд на том, что он видит.
11. Лягте на спину и положите малыша себе на живот. Назовите ребенка по имени и слегка приподнимите, таким образом поощряя его поднять головку, чтобы увидеть вас. Снова и снова повторяйте игру, каждый раз высказывая одобрение ребенку, когда он поднимет голову чуть выше. Прodelайте то же самое, уложив малыша на пол на его собственный животик и расположив перед ним какой-нибудь ярко раскрашенный предмет, что также заставит его приподнять головку. Каждый раз, когда он немножко приподнимет головку, похвалите его.
12. Надевайте бусы, когда вы кормите или нянчите своего малыша. Отдыхая, ребенок сможет смотреть тогда на нечто цветное. Вы еще больше его заинтересуете, если будете покачивать ожерелье. Рассматривая бусы и вслушиваясь в ваш успокаивающий, ласковый голос, ваше дитя будет испытывать огромное удовлетворение и счастье.
13. Сядьте на удобный стул, держа малыша на руках. Поднимите палец и изобразите жужжание пчелы. Жужжите и передвигайте палец в воздухе, подражая полету пчелы. Глаза ребенка будут следовать за "пчелкой". Посадите "пчелку" на малыша, слегка пощекотав его. Повторите это много раз. Теперь поднимите палец ребенка, двигайте его так же, как и свой палец, и дотроньтесь им до собственной щеки. Детишкам все это очень нравится.
14. Эта игра способствует развитию согласованного слухового и зрительного восприятия. Когда ребенок лежит в кроватке, отойдите в другую часть комнаты и назовите малыша по имени. Теперь подойдите к кроватке и снова назовите малыша по имени, одновременно поглаживая его по головке. Отойдите в другую часть комнаты и назовите малыша по имени. Снова возвратитесь к кроватке и, поглаживая малыша по головке, назовите его имя.

Когда вы будете произносить имя ребенка в разных частях комнаты, он начнет двигать глазами в поисках звука. А поскольку вы каждый раз возвращаетесь к кроватке, произнося то же самое, в сознании ребенка откладывается, что как вдали, так и вблизи он слышит один и тот же звук.

15. Выйдя с малышом на свежий воздух, устройте его вблизи дерева так, чтобы он мог наблюдать за движением и шелестом листьев. Если погода позволяет, покажите малышу травку, цветы, веточки.