

Тема № 6

ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ

ЗАКАЛИВАНИЕ

Воздушное закаливание обычно проводится перед каждым кормлением, во время пеленания, туалета и т. п. Например, для профилактики опрелостей можно оголить только нижнюю часть тела. Во время общего воздушного закаливания ребенка на некоторое время обнажают полностью: ослабленных детей — на несколько минут, зрелых и здоровых младенцев — до 20 минут при температуре 15–18° С, время закаливания может быть удлинено с учетом комфортности состояния младенца. Младенцам нежелательно как переохлаждение, так и перегревание, поэтому комфортной комнатной температурой воздуха для одетого младенца можно считать 18–19° С.

Кроме того, проводится водное закаливание прохладной водой после каждого купания. Здоровых и зрелых младенцев можно обливать кувшином воды из-под крана (12° С). Важно учитывать настроение младенца — закаливание должно доставлять удовольствие. Если ребенок плачет, закаливание не проводится. Хороший закаливающий эффект дают занятия в бассейне. Многие семейные группы проводят занятия с младенцами в бане под контролем опытных инструкторов.

Главный критерий правильности программы закаливания — это отличное настроение ребенка, его высокая двигательная активность и урежение простудных заболеваний.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Раздел «Экологической оздоровительной программы» по физическому воспитанию детей первого года жизни включает в себя:

- Телесные условия развития (см. в контурах развития детей до года).
- Материнский массаж с пестушками, потешками и вестибулярной гимнастикой с танцами (см. раздел «Пестование младенцев в традиционной народной культуре»).

Особенностью для этого возрастного периода является неразрывная связь физического и психического.

Специалисты Института развития мозга в Филадельфии (Глен Доман) предложили новое понятие — физический интеллект, т. е. развивая ребенка физически, мы укрепляем его мозг, развиваем психоэмоционально, душевно.

Авторы Б. Никитин и Л. Никитина — педагоги, которые превратили свою семью в научную педагогическую лабораторию, смогли самостоятельно прийти к тем же выводам, что известнейший в мире институт развития мозга из Филадельфии за тридцать лет своей работы в этом направлении.

Невропатологи, физиологи, психологи, педагоги этого института под руководством Глена Домана изучили опыт развития и раннего воспитания детей в различных уголках земного шара. В своей книге «Гармоничное развитие ребенка» Глен Доман помещает краткое руководство для родителей по развитию детей до 6 лет на каждой из выделенных им стадий развития ребенка.

Он считает, что в своем развитии от рождения и до шести лет ребенок проходит семь важных стадий, которые соответствуют семи стадиям созревания детского мозга.

В развитии ребенка не может быть лишних этапов. Так, если ребенок не ползал, а сразу стал ходить, он будет ходить с постоянным включением в этот процесс коры головного мозга, отвлекая мозг от более важных функций. Ребенок, который много ползал, ходит автоматически, что гораздо естественнее и функциональнее. Ползание является важным дополнением ортопедического лечения дисплазии тазобедренных суставов (по данным врачей-остеопатов, она встречается сегодня у 9 из 10 детей). Дисплазия тазобедренных суставов во многих случаях связана с нарушением внутриутробного формирования средней линии тела. Этот дефект наиболее часто встречается у «случайных» детей — при отсутствии мотивации на зачатие. По данным врачей-остеопатов, ползание — эффективный метод формирования средней линии тела. Ребенок должен быть осмотрен врачом-ортопедом как можно раньше, т. е. лечение дисплазии тазобедренных суставов наиболее эффективно до того, как ребенок встал на ноги. Это лишь один пример необходимости прохождения ребенком всех стадий развития.

Далее мы помещаем контуры развития ребенка для каждой из перечисленных стадии развития (см. табл. 21, 23, 25). Основу их составляют методические рекомендации Г. Домана.

КОНТУРЫ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Методика использования контрольного листа развития ребенка в семье

По каждому контуру развития для Вас составлен «Контрольный лист развития ребенка в семье», в который включены необходимые ежедневные развивающие занятия в соответствии с возрастом ребенка.

Контур развития — это теоретический план развития младенцев определенного возраста. «Контрольный лист развития ребенка в семье» — это практическая программа индивидуальных занятий с ребенком.

Внимательно ознакомьтесь с Контрольным листом (лучше это сделать еще во время беременности). Вы узнаете, что вам необходимо подготовить для занятий с вашим малышом: какие игрушки, тренажеры, книги и т. п.

Например, посмотрите на Контрольный лист первого периода развития ребенка от 0 до 2,5 месяцев (табл. 22). Многие уже вам знакомо (можно на полях отметить карандашом, какие пункты вы понимаете как выполнять и у вас есть все для этого). То, что еще не знакомо, пометьте вопросом. Выясните это у преподавателя или найдите в разделе «Консультирование родителей» в этой теме. Готовьте развивающую среду ребенка заранее, до родов, тогда вам легко будет заниматься с ребенком, все будет под рукой: и фонарик, и мобиль, и мешочки, и карточки, и т. п. (подробно см. раздел «Оформление развивающей среды для новорожденного»).

Контрольный лист первого периода развития ребенка от 0 до 2,5 мес. рекомендуется поместить на домашний стенд еще до рождения ребенка. После его появления на свет регулярно отмечайте в Контрольном листе ваши ежедневные занятия.

Незаметно пролетит время, и вы придете на занятия уже с младенцем. Для учета его индивидуальных особенностей потребуются подробные знания о его развитии. В этом нам помогут заполненные вами анкеты (см. приложение к табл. 22, 24).

Внимание! Просьба к родителям принести на 1-е занятие мамы и младенца ксерокопии заполненных таблиц № 22 (с двумя анкетами № 1 и 2), № 24 с анкетой № 3, № 26 с анкетой № 4.

Структура контура развития ребенка

Для воспитания ребенка и обеспечения его здоровья следует соблюдать определенные условия духовного, душевного и телесного его развития, которые составляют три части контура развития ребенка.

Первые две части контура составляют рекомендации по телесному и душевному (ум, воля, чувства) развитию младенца. Они одинаково подходят для воспитания ребенка любой национальности и любого вероисповедания.

Третья часть таблицы посвящена духовному воспитанию, без которого в современном мире, наполненном болезнями цивилизации (наркомания, алкоголизм и т. п.), ребенок не сможет устоять. Никогда еще за всю историю человечества ребенку не приходилось встречаться с таким количеством пороков и в таком раннем возрасте.

Духовное воспитание — это воспитание совести человека, его выбора между добром и злом. Категории добра и зла имеют существенные отличия в различных системах мировоззрения, поэтому духовное воспитание возможно только в рамках определенного вероисповедания. Так, например, аборт, блуд (половые контакты вне брака), самоубийство во всех официально признанных конституцией нашей страны конфессиях считаются абсолютным злом. В атеистическом мировоззрении оценка этих явлений зависит от обстоятельств и часто рассматривается как добро. Или, например, составление для ребенка астрологического прогноза, занятия астрологией считаются грехом в христианстве, иудаизме, мусульманстве,

но принято в буддизме. Применение эзотерических опытов и формулировок, колдовства недопустимо в практике основных конфессий (см. тему № 10).

Отсутствие духовного воспитания порождает полную незащищенность ребенка от опасных для его физического и психического здоровья сект, в которых даже страшные злодеяния признаются добром. Всем памятна эпидемия сатанизма в школах, охватившая многие города России; массовый уход детей из дома под влиянием Белого братства. Сегодня специалисты насчитывают более 300 опасных сект. Поэтому родители должны помнить, что вся ответственность за духовное воспитание ребенка лежит на них. Традиционное духовное воспитание — гарантия безопасности ребенка.

Древние мудрецы говорили: «Тело человека — это осел, на котором нужно доехать до небесного Иерусалима». Если родители все свои силы приложат к уходу за этим «ослом» (осла тоже воспитывают трудолюбивым, послушным, добрым), но не дадут ребенку четкого ориентира, где же находится цель его жизни, куда он должен «доехать», то в нашем полном опасностей мире он может погибнуть, не успев даже выехать из дома. И тогда к чему многолетние труды родителей?

Воспитание ребенка в течение всего периода существования человечества было воспитанием его ДУХА, ДУШИ и ТЕЛА.

Рекомендации, которые мы помещаем ниже, дают только направление для деятельности родителей. Их не следует возводить в абсолют и стремиться выполнять любой ценой. Главное, чтобы игровые занятия доставляли радость малышу и родителям. Всегда прекращайте занятия раньше, чем этого захочет сам ребенок. Не занимайтесь с сонным ребенком. Не выполняйте упражнения преодолевая его сопротивление. Главное — не давать ему информацию, а стимулировать его интерес к познанию мира и общению с людьми. Только тогда, когда он захочет учиться сам, можно быть уверенным, что методика ваших занятий с ребенком верна.

Если Ваш ребенок отстает в своем развитии по контуру развития более, чем указано в табл. 20, обратитесь к специалистам (педагогу-дефектологу, педиатру, врачу-остеопату). Предоставьте ребенку максимум возможностей для свободной игры, все занятия проводите в игровой форме.

Таблица 20

Возраст внимания или первой тревоги

(Указывается возраст ребенка, в котором следует обязательно обратиться к специалистам, если он не умеет...)*

№ п/п	Действия	Возраст (в месяцах)
1	Не следит глазами за отклонением луча фонарика вправо и влево	1
2	Не прислушивается к колокольчику, не следит за погремушкой	2
3	Не удерживает головку в вертикальном положении хотя бы 30 сек.	3
4	Не улыбается в ответ на разговор и улыбку	3
5	Не тянет руки к игрушке	4
6	Не поворачивается со спины на живот	5
7	Не просится на руки к матери	6

* Мазурин А. В., Воронцов И. М. Пропедевтика детских болезней. — СПб.: «Фолиант», 2000. Стр. 163–164.

№ п/п	Действия	Возраст (в месяцах)
8	Не стучит кубиком или игрушкой по столу	7
9	Не стоит кратковременно при поддержке за руки	8
10	Не ползет вперед	9
11	Не сбрасывает игрушки со стола	10
12	Не стоит и не передвигается, держась за опору	11
13	Не реагирует на свое имя	11
14	Не делает шаги, держась за руки взрослого	12
15	Не подает взрослому игрушки	12
16	Не стоит сам хотя бы 10 сек.	13
17	Не пользуется словами «мама» и «папа»	15
18	Не ходит свободно	16
19	Не повторяет слова за взрослыми	16
20	Не играет игрушками, мячиком, не строит башню из трех кубиков	18
21	Не знает 6 слов, не знает названий частей тела	20
22	Не может открыть кран, не моет сам руки	24
23	Не просит есть словами	29
24	Не может сам спуститься по лестнице	30
25	Не выкладывает кубики в одну линию	32
26	Не ест сам аккуратно суп ложкой	33
27	Не говорит о себе «Я», не просится на горшок	34
28	Не может стоять на одной ноге без поддержки	36
29	Не знает своего имени и фамилии	37

Помните! До 7 лет воспитание в ребенке нравственного должно опережать развитие способностей. Во-первых, следует научить ребенка откликаться на нужду ближнего, любить ближних, уважать и слушаться родителей, а также другим нравственным ценностям, соответствующим мировоззрению семьи, и во-вторых, обеспечить его интеллектуальное, музыкальное, спортивное... развитие личности.

Таблица 21

Контур развития ребенка в период запечатления. Стадия 1: 0–2,5 мес.

Моторные функции (тело)

Движительные навыки

В родильной комнате первое ползание на животе: по животу матери ребенок ползет к ее груди. Ползание в треке на животе в рубашке с короткими рукавами и ползунках с отрезанными носочками. Сначала ребенок шевелит голыми конечностями при неподвижном теле, затем — передвигаясь на несколько сантиметров. За 1-й день — 30 см, далее увеличивая дистанцию на 30 см в день. Можно облегчить ползание, чуть наклонив трек. Каждый успех в ползании отмечайте лаской и похвалой. Позже лучшим тренажером становится пол. Новая жизнь родителей — жизнь на полу с ребенком. Весь период бодрствования — минимум 4 часа — ребенок ползает на полу. Если ребенок не ползает, он нуждается в лечении у специалистов, ему противопоказано длительное неподвижное лежание на животе.

Итог: на данной стадии развития ваш новорожденный должен проползть по полу или треку от 60 см до 4,5 м не останавливаясь, поворачиваться на спину.

Мануальные навыки

Ребенок лежит на спине, мать вкладывает свои указательные пальцы в его ладони в течение 3 сек. Следующие 5 сек он их зажимает. Повторить 7 раз в течение 1 мин. Через 30 мин повторить это упражнение с деревянной палкой (длиной 45 см, диаметром 11,5–23 мм). В течение дня проводятся 3 занятия с пальцами и 7 занятий с палкой. Позже на мягком матрасе приподнимаем малыша за ручки на пальцах или на палке на несколько секунд до ослабления его хватки (приподнимаем несколько раз в течение 1 мин) все выше и выше с каждой неделей так, чтобы он удерживал 50% своего веса. Хвалите его, когда он удерживается. Не охайте с испугом, если он падает на матрас.

Итог: ваш ребенок, держась за ваши большие пальцы, должен провисеть в течение 10 сек, удерживая 50% своего веса.

Координация

Программа из 15 упражнений. По 1–2 упражнению на развитие вестибулярного аппарата по 15 сек и значительно позже — по 45 сек. Координация развивается и при ношении ребенка на руках или на перевязи. Пойте и говорите с ребенком.

Итог: ребенок любит эти упражнения. Плаванием обычно начинают заниматься с 3-х недель, но под руководством опытного инструктора можно и ранее.

Телесно обусловленные сенсорные функции (ум, чувства, воля)

Тактильные навыки

Это важнейшие навыки. Выполняйте прикосновения и произносите: гладкий, пушистый, шершавый и т. п. Гладьте ребенка разными материалами (шерсть, мех, перья, резина и др.). Ласкайте его, целуйте, «кусайте», шекотите. Проводите его ладошкой по обоям, дереву, кафелю и т. п. В ладошку вкладывайте и тащите ленту, веревку. Следует развивать знание и действия собственных рук (яркий носок на руку, ногу; воздушный шарик, дайте игрушку в обе руки, соедините его руки).

Языковые навыки

Плач. Оживленная реакция. В 1 месяц первые звуки. Если ребенок кричит — сразу подходите к нему, прижмите его к себе — чувство безопасности. Игры в «разговор»: 1) скажите «а», «б», ждите ответа ребенка (повторяйте); 2) повторяйте за ребенком его гуление.

Слуховые навыки

В норме ребенок рефлекторно вздрагивает от внезапного громкого звука. Полезно развивать слуховые навыки: пение родителями колыбельных, детских песенок (слыша песенку, ребенок чувствует, что мама рядом, даже если она в другой комнате, у него возникает чувство безопасности и он успокаивается), чтение шедевров русской литературы (Пушкин). До 1 года оптимально слушать звуки человеческого голоса и простые звуки, а не радио, музыку со сложным исполнением. Все действия сопровождайте словами, говорите медленно, внятно. В 1–2 мес ребенок только различает голоса членов семьи. Не забывайте, что периоды тишины необходимы для нормального развития ребенка.

Зрительные навыки

Световой рефлекс. 1 мес — удерживает взгляд на лице родителя, замечает предмет в поле зрения, следит за предметами, движущимися перед глазами. Занятия с карточками-«решетками». Игра в фонарик — двигаясь в темноте, включим фонарик с цветным фильтром на расстоянии 25 см от лица ребенка — вправо, влево, вверх, вниз. В 1,5 мес время от времени подвешивайте погремушку над кроватью (20 см от лица). Во время кормления прекращает сосать и смотрит на мать. В 2 мес следит за предметом, рассматривает. Мобиль-вешалка с игрушками (можно бумажное лицо над кроватью), менять каждые 2–3 дня по одному предмету. Игра в подражание мимике взрослых — всегда необходим контакт взглядов. Трясет погремушкой, если вложить в руку. Обучение по карточкам (образы, цифры, слова).

Чувства

Эмоциональный контакт со взрослыми. В 1 мес — улыбка. Царский период воспитания. Помните, что душа ребенка запечатлевает каждое движение вашей души, поэтому не подходите к ребенку в гневе, ненависти и т. п. (даже если вы при этом произносите ласковые слова). Чем вы ни были заняты, периодически смотрите на ребенка и улыбайтесь ему.

Духовные (совесть, выбор между добром и злом)

Данный обязательный раздел воспитания ребенка (нравственное воспитание должно опережать развитие способностей ребенка, осуществляется в соответствии с мировоззрением семьи (см. тему № 10, *Приложения к таблицам*).

Таблица 22

КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В СЕМЬЕ ОТ 0 ДО 2,5 МЕСЯЦЕВ

ФИО ребенка _____

Дата рождения _____

Рост при рождении _____

Вес при рождении _____

Оценка по шкале Апгар _____

Занятия с ребенком	Недели									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Прием экологического защитного гомеопатического комплекса										
2. Полное грудное вскармливание										
3. Смешанное грудное вскармливание										
4. Массаж и гимнастика с потешками*										
5. Ползание не менее 60 см* в день										
6. Приподнимание младенца с вкладыванием своих пальцев в его ладошки*										
7. Пальчиковые игры*										
8. Гимнастика на координацию*										
9. Ношение ребенка в перевязи не менее 3-х часов в день*, можно спящего										
10. Пение и танцы с ребенком на руках*										
11. Прогулка на свежем воздухе не менее 2-х часов в день (можно на балконе)										
12. Плавание, игры в воде										
13. Пение колыбельных песен перед сном*										
14. Рассказывание сказок										
15. Чтение А. С. Пушкина										
16. Прослушивание классической музыки и звуков природы										
17. «Кукольный театр» со звукоподражанием										
18. Занятия с карточками										
19. Проговаривание названия частей и сторон тела во время переодевания и купания										
20. Игры с игрушками разными по: размеру, форме, наполнению, цвету, звучанию, сделанных из разных природн. материалов										
21. Мобиль над кроваткой, «решетки».										
22. Игры с фонариком										
23. Разговор-гуление с ребенком, глядя «глаза в глаза» на расстоянии 25–30 см (вариант — ребенок на ваших коленях)										

Занятия с ребенком	Недели									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
24. Экскурсия по дому (объясняя ребенку, что вы делаете и зачем)										
25. Духовное развитие по плану семьи										

Ответы: (+) почти каждый день; (±) реже 3-х раз в неделю; (–) не выполняли в течение недели.

Игрушки: 1) кольца (резиновые, пластмассовые).

2) Погремушки, отличающиеся по: звуку, цвету, форме, материалу.

3) Мешочки, отличающиеся по: цвету (ч/б полоски, желт., син., зел., красные), по материалу (шелк, бархат, мех, х/б, шерсть); по наполнителю (горох, мука, песок, вата).

4) Звучащие игрушки: резиновые с пищалкой, колокольчики, бутылки с крупой, горохом и т. д.

5) Игрушки для кукольного театра: звери, бабка, дедка, колобок и др.

6) Фонарик.

7) Перышко.

8) Безопасные «жизненные» игрушки: бигуди, бусы, деревянная ложка, зубная щетка и др.

9) Яркий носочек или повязка на ручку.

10) Карточки (со словами, с предметными картинками для изучения слов и счета, картинки-«решетки»).

11) Книги А. С. Пушкина. 12) Надувное бревно. 13) Большой мяч. 14) Надувная подушка.

* Смотри комплекс «Пестование младенцев».

Дата заполнения анкеты _____

Анкета № 1 Роды (нужное подчеркнуть)

1. ФИО, дом. телефон _____
2. Ребенок родился (дата) вес и рост _____
3. Оценка новорожденного по шкале Апгар _____
4. Роды в срок (раньше, позже) _____
5. При первом осмотре невропатолога ребенку поставлен диагноз: здоров
(перинатальная энцефалопатия и т. п.) _____
Дополнительное описание ваших родов: _____
6. В какое точно время дня первые регулярные схватки
начались _____
7. Когда (время) вы приехали в роддом _____
8. Роддом №, адрес _____
9. Врач сказал, что в роддоме шейка раскрылась на _____ см при поступлении. _____
10. Рожала одна, с помощниками (муж, _____)
11. Воды отошли дома (в роддоме) _____
12. Боль переносилась легко (нормально, тяжело, обезболивание — какое?) _____
13. Во время родов Вы ползали, ходили, лежали, занимали любые позы _____
14. Ребенок родился в воду или как обычно _____
15. Промежность не резали (резали, разрыв) _____
16. Назначали медикаментозное стимулирование родов или медикаментоз-
ный сон _____
17. В настоящее время ребенок получает полное грудное вскармливание _____
18. Ребенка приложили к груди через _____ (время). _____

19. Отношение персонала _____ (по 5-ти балльной системе). _____
20. Профессионализм персонала _____ (по 5-ти балльной системе). _____
21. Ваша подготовка _____ (по 5-ти балльной системе). _____
- Ваши рекомендации преподавателям для следующих курсов: _____

АНКЕТА № 2.
Итог развития ребенка к 2,5 месяцам
(отмечать «+» или «-»)

1. Двигательное развитие:

- удерживает голову в вертикальном положении на руках у мамы
- поднимает голову лежа на животе
- крутит головой и вытягивает шею вперед
- поворачивается с бока на спину
- выпрямляет обе ноги

2. Социальные навыки:

- во время кормления грудью на короткое время прекращает сосать и смотрит в глаза матери
- улыбается в ответ на улыбку
- узнает в лицо знакомых взрослых
- оживляется при обращении к нему, начинает двигать руками и ногами, смеется

3. Речевые навыки:

- узнает материнский голос
- произносит звуки, когда с ним говорят или ему поют
- улыбается, когда слышит свое имя или другое слово, произнесенное нежным голосом
- пользуется голосом для выражения эмоций

4. Навыки наблюдения и исследования:

- сразу же замечает помещенный перед ним предмет
- внимательно смотрит на лицо человека
- следит глазами за движущимся предметом
- смотрит на вложенную в руку погремушку и трясет ею
- рассматривает свои руки, двигая при этом пальцами

5. Навыки самообслуживания:

- проглатывает пищу не поперхнувшись
- открывает рот при приближении груди

Таблица 23

Контур развития ребенка в период запечатления. Стадия 2: от 2,5 до 7 мес.

Моторные функции (тело)*Двигательные навыки*

Способность сознательно выпускать предметы из рук.

Ребенок должен иметь возможность ползать от нескольких минут и более. Для начала достаточно 30–90 см (можно по наклонной плоскости). В течение дня — не менее 4 час. Ползание вместе с родителями (вслед за родителями, по ним). Игрушки ставим на расстоянии 30–90 см от малыша. Обязательно, чтобы он достал их и поиграл с ними. Каждый день малыш проползает на 30 см больше. Когда сможет непрерывно ползать 30 мин., измените рельеф пола: постелите короткошерстный ковер (малыш будет опираться на руки и ноги), ребенку надеть длинные штаны. Позднее — густошерстый ковер (подготовка к ползанию на четвереньках). В 4 мес. удерживает голову в вертикальном положении, переворачивается с живота на спину. В 6 мес. ползает, сидит, подпрыгивает при опоре на ноги в вертикальном положении.

Итог: ребенок ползает по всей квартире не менее 4,5 м в день. Начало ползания на четвереньках.

Мануальные навыки

Каждые 15 минут: подъем за пальцы или за палку в сидячее, а затем в стоячее положение. Когда ослабевает хватка ребенка, положите его. Длительность каждого занятия — сначала 2 сек, к 4 мес. — 30 сек. Когда ребенок сможет провисеть в воздухе 2,5 сек, родители начинают показывать ребенку пример, раскачиваясь на турнике. Затем ребенок начинает заниматься на турнике — палка вставляется в паз в дверях на высоте роста ребенка +5 см. Ребенок висит над землей (пазы на расстоянии 7,5 см друг от друга). Мягкий мат на полу. Ребенок висит самостоятельно несколько секунд, мама страхует его за бедра (за карманы, за ремень). Вереvoчная лестница закрепляется вверху и внизу.

Координация

Каждые 15 мин. занятия по 1 мин. С 4 мес. переходим на новую программу развития координации (№ 2). Обязательное наличие шейного ортопедического воротника. Плавание. Упражнения на координацию выполняются с песней и разговором.

Телесно обусловленные сенсорные функции (ум, чувства, воля)

Тактильные навыки

Восприятие жизненно важных ощущений. В 4 мес. берется за игрушку и раскачивает ее. Ощупывает лицо и одежду взрослых. Игрушки из разных материалов и разной формы. Играет с ногами (яркий носок), поднимает упавшую игрушку, стаскивает шапку с головы. С 4–6 мес. начинаем игры с пальчиками.

Языковые навыки

Крик при угрозе для жизни. Гуление. В 2,5–3,0 мес воспроизведение 1–2 сложных слов, в 3,0–5,5 — 4-х. Родители показывают и называют предметы, обязательно повторять слова. Развитие активного восприятия речи. В 6 мес. лепечет слоги, понимает слова: «Дай ручку», «садись», «хлопай в ладоши». Игры «Ладушки», «Полетели, на головку сели».

Слуховые навыки

Живая реакция на угрозу для жизни. Над кроватью на расстоянии руки ребенка помещают погремушку, цветные мешочки с разными материалами (мука, горох, песок, вата). Ребенок стучит погремушкой, чтобы услышать, как она гремит. В кровать рядом с ребенком помещают разные на ощупь и по весу игрушки (тряпочные овощи, зверей, бигуди, зубную щетку, деревянную ложку, крышку) и звучащие игрушки.

Зрительные навыки

Восприятие контура. Рассматривание лица, предметов мебели, портретов на кровати, картинок-«решеток», слежение за ними глазами. С 4 мес. картинки для умных и слова (с выделенными цветом слогами). В 3 мес. узнает лица знакомых взрослых, рассматривает свои ручки и игрушки в руке.

Чувства

Эмоциональное общение. В центре внимания взрослые. В 3 мес. комплекс оживления на маму, смех, недовольство, возмущение. Потребность в общении, эмоциональный контакт со взрослыми. Боязнь «чужих». В 6 мес. — ситуационно-деловое общение. В центре внимания предмет и действия с ним. В 4 мес. учим «Ладушки», «Догоню». В 3–4 мес. — «Коза рогатая», «Сорока-ворона». Прятки с 5 мес. Колыбельные, стишки, частушки. Отличает своих от чужих, узнает игрушки по названиям.

Духовные (совесть, выбор между добром и злом)

Продолжать рекомендации стадии (см. тему № 10, *Приложения к таблицам*).

Таблица 24

КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В СЕМЬЕ ОТ 2,5 ДО 7 МЕСЯЦЕВ

ФИО ребенка _____

Дата рождения _____

Рост при рождении _____

Вес при рождении _____

Оценка по шкале Апгар _____

Занятия с ребенком	Недели									
	11	12	13	14	15	16	17	18	...	30
1. Прием экологического защитного гомеопатического комплекса										
2. Полное грудное вскармливание										
3. Смешанное грудное вскармливание										
4. Массаж и гимнастика с потешками*										
5. Ползание не менее 4 ч* в день										
6. Подъем ребенка в положение сидя, затем в положение стоя, вкладывая в ладони ребенка свои пальцы, затем палки										
7. Вис на турнике										
8. Пальчиковые игры*										
9. Гимнастика на координацию*										
10. Ношение ребенка в перевязи не менее 3-х часов в день* (можно спящего)										
11. Пение и танцы с ребенком на руках*										
12. Прогулка на свежем воздухе не менее 2-х часов в день										
13. Плавание, игры в воде										
14. Пение колыбельных песен перед сном*										
15. Рассказывание сказок										
16. Чтение А. С. Пушкина										
17. Чтение книжек с толстыми страницами										
18. Прослушивание классической музыки и звуков природы										
19. «Кукольный театр» со звукоподражанием										
20. Занятия с карточками: с простыми словами (буквы крупные), со счетом: «домино», «десятисклад»; с «решетками»										
21. Проговаривание названий частей и сторон тела во время переодевания и купания										
22. Игры с игрушками разными по: размеру, форме, наполнению, цвету, звучанию, из разных природных материалов										
23. Мобиль над кроваткой										

Занятия с ребенком	Недели									
	11	12	13	14	15	16	17	18	...	30
24. Подвижные игры: прятки, «коза-бодатая», ладушки, «догоню», «полетели, на головку сели»										
25. «Фокусы»										
26. Разговор и гуление										
26а. Логопедические упражнения										
27. Проговаривание ваших действий										
28. «Экскурсия по дому»										
Дополнительные занятия:										

Ответы: (+) почти каждый день; (±) реже 3-х раз в неделю; (–) не выполняли в течение недели.

Дополнительные игрушки: 1) Тряпичные мячик и кубики. 2) Мягкая кукла с крупными чертами лица. 3) «Ванька-встанька», поющий волчок. 4) Игрушки для игры в ванне. 5) Зеркальце.

6) Пластиковые прозрачные бутылки, наполненные крупами; купленные в магазине, прозрачные пластиковые тубусы, заполненные разноцветными шариками. 7) Мячи разных размеров.

8) Деревянная палочка, турник. 9) Книжки с твердыми страницами. 10) Дополнительные карточки.

11) Кубики (мин. 6 шт.). 12) Крупные портреты или фотографии родственников. 13) Будильник.

* Смотри комплекс «Пестование младенцев».

АНКЕТА № 3.

Итог к 7 месяцам

(отмечать «+» или «–»)

1. Двигательное развитие:

- ползает не менее 4,5 м
- висит на турнике 10 секунд
- опирается на ноги, когда его держат в вертикальном положении.
- начинает подпрыгивать
- сидит некоторое время один, без поддержки
- поворачивается в обе стороны всем туловищем
- из положения лежа на спине активно переворачивается на живот
- переворачивается с живота на спину
- лежа на животе, опирается на одну руку, другая тянется к игрушке

2. Социальные навыки:

- начинает стесняться или бояться незнакомых людей
- обнимает маму и показывает свою любовь к ней
- «воркует» и активно ищет общения
- играет в прятки с платком («ку-ку»)
- плачет, когда отбирают игрушку
- смеется, когда взрослый строит смешные гримасы
- громко хохочет, когда с ним играют в «козу»
- поворачивается в сторону говорящего или поющего

3. Речевые навыки:

- лепечет слоги [ла], [ва], [ма], [ба], [на], [ня], [дя]
- поет
- старается привлечь к себе внимание определенными слогами и зовущими звуками
- сидя на руках у мамы, отслеживает глазами предметы или людей,

- которых мама назвала перед этим три раза (папа, баба...)
- «воркует», «пищит», издает радостный крик
- понимает, когда его ругают
- понимает действия: дай руку, садись, хлопай в ладоши

4. Навыки наблюдения и исследования:

- ощупывает лицо, волосы, бусы, одежду взрослого
- улыбается собственному отражению в зеркале
- исследует свои ноги и играет с ними
- пытается схватить движущийся предмет
- берет в каждую руку по кубику
- перекладывает игрушку из руки в руку
- поворачивает игрушку в руках
- ударяет игрушкой по столу
- смотрит на упавшую игрушку
- поднимает упавшую игрушку, если может ее достать
- уверенно локализует один звук, источник которого находится за пределами поля зрения; поворачивает туда голову

5. Навыки самообслуживания:

- ест новую пищу без капризов, когда ее предлагают
- играет с игрушками в ванной
- поднимает ноги, когда ему меняют подгузник
- пьет из чашки, которую держит взрослый
- стаскивает шапочку с головы
- держит, кусает, дует на пирожок или печенье
- может самостоятельно поднести бутылочку ко рту

Таблица 25

Контур развития ребенка в период запечатления.

Стадия 3: от 7 месяцев до 1 года

Моторные функции (тело)

Двигательные навыки

Ползание на четвереньках (длинные штаны, толстый ковер) от нескольких сантиметров до 350 м в день, затем ребенок встает на ноги, держась за мебель. Делает первые шаги. Если ребенок не был ранее обучен, то в 9 мес. он ползает на четвереньках и сидит без поддержки руками 10 мин., в 10 мес. он встает, ходит при поддержке за обе руки в 12 мес.

Итог: ребенок должен проползти на четвереньках не менее 350 м. Ребенок любопытен и активен. Главная его задача — сбор информации, исследование.

Мануальные навыки

Некоторое время ребенок наблюдает, как раскачиваются мама и папа на турнике. Затем ребенка раскачивают на пальцах или турнике каждые 15 мин. Когда ребенок сможет сам раскачиваться 20 сек, мама и папа показывают пример использования «рукохода». Появляется противопоставление большого и указательного пальцев. Действует двумя руками. Рекомендуются игры с мелкими съедобными предметами, а также игры с пирамидкой, матрешкой, кубиками, шнурами или палочками, на которые нанизаны предметы (могут пригодиться большие пуговицы, катушки, банки с крышками, ящики — умение собирать мелкие предметы). Игра с песком, «роняние» предметов на пол, в ведро. Игра в «ладушки». Машет рукой — «пока». Умеет стучать: игрушечный молоток, дощечка, по которой можно стучать. Умеет нажимать на пищашую игрушку. Собирает игрушки после игры в ящик.

Итог: ребенок раскачивается на турнике 20 сек.

Координация

Каждые 15 мин. Продолжаем выполнять прежнюю программу на развитие координации. Одно занятие 15 сек, постепенно увеличивать до 1 мин. За весь день каждое упражнение повторяется дважды. Общая длительность занятия 20 мин. Плавание.

Телесно обусловленные сенсорные функции (ум, чувства, воля)

Тактильные навыки

Оценка познавательных ощущений. Надевание на голову бус, на руку браслета (себе, маме, игрушке). Игры в прятки.

Языковые навыки

Лепет, слоги. Первые слова (мама, папа, баба, би, ам; разговор зверей: ав-ав, му-му). Ребенок показывает, где мама, где папа. Рекомендуется петь колыбельные, частушки. Ребенок может жестами и звуками просить игрушку. Все действия сопровождается звуками. К концу года владеет 10–20 словами. Сообщает о своих желаниях, понимает, что говорят взрослые. Ребенок поет под музыку и танцует. Слова, которые следует активно использовать в разговоре: мама, папа, баба, бай-бай, няня, дай, дядя, деда, тетя, ляля, ки (кошка), гага.

Слуховые навыки

Понимает названия игрушек, частей лица, действия («кушай», «спи»). Выполняет поручения и действия: «найди», «принеси», «где носик?», «вытяти ножку». Понимает слово «нельзя», но не может исправиться. Рекомендуется указывать на предмет и его называть. Следует развивать знание связи между предметом и присущим ему действием, приводящим к эффекту (звучащие при воздействии на них предметы: колокольчик, погремушка, пищашие игрушки, пластиковые бутылочки с рисом или фасолью).

Зрительные навыки

Активный интерес к игрушкам, которые дают взрослые. Рекомендуется показывать картинки. Умеет оценить детали, входящие в состав сложной конфигурации. Общение без слов, звуками. Игры в кукольный театр со словом «нельзя». Игра «Сорока-белобока». Следует развивать знание собственного лица (зеркало на стене, у пола, переносное, металлическое).

Чувства

Ощущает чувство вины, когда поступает плохо. В 1 год — первые друзья-сверстники (полезно общение с ними). Еда с семьей. Относится к куклам, как к живым существам — членам семьи (мягкие звери, куклы, петрушки). Умеет играть с мячом, обращаться с книгой, молотком, пищашими игрушками.

Духовные (совесть, выбор между добром и злом)

Данный обязательный раздел воспитания ребенка (нравственное воспитание должно опережать развитие способностей ребенка) осуществляется в соответствии с мировоззрением семьи (см. тему № 10, *Приложения к таблицам*).

**КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ
РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В СЕМЬЕ ОТ 7 МЕСЯЦЕВ ДО 1 ГОДА**

ФИО ребенка _____

Дата рождения _____

Рост при рождении _____

Вес при рождении _____

Оценка по шкале Апгар _____

Занятия с ребенком	Недели									
	31	32	33	34	35	36	37	38	...	52
1. Прием экологического защитного гомеопатического комплекса										
2. Грудное вскармливание										
3. Массаж и гимнастика с потешками*										
4. Свободное ползание по всей квартире										
5. Раскачивание на пальцах или турнике не менее 20 сек										
6. Освоение рукохода										
7. Пальчиковые игры*										
8. Гимнастика на координацию*										
9. Ношение ребенка в перевязи*										
10. Пение и танцы с ребенком на руках*										
11. Прогулка на свежем воздухе не менее 2-х часов в день										
12. Плавание, игры в воде										
13. Пение колыбельных песен перед сном*										
14. Рассказывание сказок										
15. Чтение А. С. Пушкина										
16. Чтение книжек с толстыми страницами										
17. Прослушивание классической музыки и звуков природы										
18. «Кукольный театр» со звукоподражанием										
19. Занятия с карточками										
20. Проговаривание названий частей и сторон тела во время переодевания и купания										
21. Игра с развивающими игрушками										
22. Подвижные игры: прятки, «коза-бодатая», «догоно», «роняниями» предметов на пол и в ведро, игра с песком										
23. Совместная с ребенком уборка игрушек на место после игры										
24. Фокусы										
25. Разговор с ребенком, логопедические упражнения										
26. Экскурсия по дому с привлечением ребенка к домашнему труду										
27. Экскурсия по городу										
28. Духовное развитие младенца										

Ответы: «+» почти каждый день, «±» реже 3-х раз в неделю, «-» не выполняли в теч. недели.
* См. комплекс «Пестование младенцев».

Дополнительные игрушки:

- 1) машинки, 2) пирамидка, 3) матрешка,
- 4) банки или коробки с крышками, в которых проделаны отверстия различных форм и размеров; предметы разных форм и размеров, которые можно класть через эти отверстия,
- 5) стаканчики, вкладывающиеся друг в друга (игрушки-гнезда),
- 6) шнурок или палочка с нанизанными предметами,
- 7) развивающие игрушки со шнуровками, пуговицами, кнопками, липучками, молнией, пряжками,
- 8) мягкая мозаика,
- 9) детский конструктор,
- 10) тележка,
- 11) игрушки-каталки,
- 12) молоточек с пищалкой; игрушечный молоток и деревянные колышки, которые можно забивать,
- 13) набор строительных кубиков,
- 14) геометрические фигуры,
- 15) фигурки, отличающиеся по размеру, которые можно вынимать из отверстий на доске и вставлять на место,
- 16) музыкальные инструменты,
- 17) игровой музыкальный центр,
- 18) шкатулка с выскакивающим сюрпризом,
- 19) конь-качалка,
- 20) машинка, в которую можно сесть,
- 21) наклонный желоб с шариком,
- 22) заводные игрушки,
- 23) настольная лампа с кнопкой на панели,
- 24) рукоход.

Анкета № 4.

Итог к 1 году

(отмечать «+» или «-»)

1. Двигательное развитие

- ползает на четвереньках по всей квартире не менее 350 м в день
- сам встает, держась за мебель
- переступает с ноги на ногу
- ходит боком
- ходит при поддержке за обе руки
- ходит при поддержке за одну руку
- первые самостоятельные шаги
- сидит без поддержки с прямой спиной
- хорошо сидит на стуле
- раскачивается на турнике 20 мин
- появляется противопоставление большого и указательного пальца
- плавает
- наклоняется вбок, чтобы взять игрушки

2. Социальные навыки

- машет рукой «пока-пока»
- может отнять игрушку, когда ее у него попросят
- указывает на предмет, который хочет получить
- смотрит в том направлении, куда показывает взрослый
- подражает знакомым действиям мамы (причесывается, дует на горячее и т. д.)
- обнимает отца или другого родственника и показывает, что любит его
- целует маму

- смотрит в зеркало и восхищается своим отражением, улыбается, играет с отражением
- хнычет или плачет, когда его ругают
- прерывает действие, за которое его бранят
- понимает, когда его хвалят
- повторяет действия, за которое похвалили или над которыми смеялись

3. Речевые навыки

- лепечет слоги, первые слова (2—20), «говорит» на своем языке
- крутит головой — «нет»
- понимает название игрушек, частей тела
- понимает действия (кушай, спи и т. д.)
- хлопает в ладоши, когда попросят
- выполняет поручения: «найди», «принеси», «где носик?», «вытяни ножку» и т. д.
- понимает слово «нельзя»
- показывает, где мама, где папа
- реагирует на слова «иди ко мне», протягивая руки
- подражает покашливанию, мычанию, цоканью и другим звукам
- пытается подпевать под музыку
- прислушивается к тиканью часов, приставленных к уху
- реагирует на свое имя

4. Навыки наблюдения и исследования

- помнит, где в доме хранятся некоторые вещи
- любит складывать предметы в коробки
- катает мячик
- интересуется фотографиями
- заглядывает за угол, когда что-нибудь потерялось
- снимает пеленку, которой на его глазах закрывали игрушку
- вытаскивает игрушки из коробки
- преодолевает препятствия, чтобы достать нужную вещь
- пытается протолкнуть пуговицу в отверстие бутылки так, чтобы она проваливалась внутрь
- ставит один кубик на другой
- снимает кольца с пирамидки
- снимает крышку с коробки
- подтягивает к себе за веревочку игрушку на колесах
- одним кубиком в руке толкает по столу другой кубик и сбрасывает его на пол
- ударяет кубик о кубик
- вынимает из открытой коробки кубик и кладет его обратно, не выпуская из рук
- качает колечко, подвешенное на шнурке
- одной рукой хватает два кубика, двумя руками может взять три кубика
- подает игрушку взрослому и выпускает ее
- захватывает пуговицу согнутыми большим и указательным пальцами
- сидя за столом, касается указательным пальцем деталей игрушки
- кидает предметы
- может удержать в руке карандаш и рисует каракули
- звонит в звоночек
- включает и выключает лампу

5. Навыки самообслуживания

- поднимает чашку двумя руками
- берет ложку за ручку
- жует пищу
- помогает одеванию, просовывает руки в рукава, ноги в штаны
- стаскивает носки
- пытается взять пищу ложкой
- ест обычную твердую пищу
- пытается причешиваться

Плавание

Плавание, как пишет в своей книге «Гармоничное развитие ребенка» Глен Доман, это чрезвычайно важная человеческая функция, которая идет рука об руку с каждой стадией детского развития, обсуждавшейся в этой книге. Если ваш ребенок учится плавать, тем самым он развивает и все остальные способности, необходимые для выполнения всех изложенных программ.

Если ваш ребенок будет плавать, то быстрее научится ползать по полу. И наоборот, если он будет ползать, то быстрее научится плавать. Плавание способствует подвижности, подвижность способствует плаванию.

«Водные дети» — то есть дети, которые начали учиться плавать с самого момента рождения, имеют намного более развитую дыхательную систему, чем «сухопутные дети». Развитое дыхание усиливает выносливость и способствует бегу и ходьбе. Кроме того, оно полезно и для развития речевых навыков. «Водные дети» обожают плавать и нырять. Первый «нырок» ребенок делает с помощью родителей. Мама дует ему в лицо, он задерживает дыхание, и мама кратко погружает его в воду.

Да почему бы новорожденным и не быть прекрасными пловцами? Ведь они уже плавали целых девять месяцев в утробе матери. Действительно, первая проблема новорожденного — научиться дышать воздухом, из которого он теперь будет получать кислород, необходимый для развития мозга.

Поскольку плавание с самого момента рождения является очень важным дополнением к физическому развитию ребенка (хотя и не столь необходимо для физического совершенства), оно заслуживает того, чтобы посвятить ему отдельную книгу (рекомендуем книгу «Плавать раньше, чем ходить» и видеофильм «Первый год жизни»).

Вода — это еще одна среда обитания, которая способствует процветанию вашего ребенка, а плавание — дополнительный источник наслаждения на пути к физическому совершенству.

Трек для ползания

Обычно родители помогают ребенку ползать, подставляя свои руки под его подошвы. Кроме этого можно воспользоваться специальным приспособлением — треком для ползания. Трек строится из двухсантиметровой фанеры, которая оклеивается поролоном (губчатой резиной) толщиной в 2,5 см и покрывается гладким и ровным материалом. Ширина трека составляет примерно 40 см, высота сторон — бортиков — около 15 см, длиной в 2 м. Где бы ни находилась мама, она всегда может предоставить ребенку условия поползть в этом переносном метровом треке.

Наклейте поролон на фанеру, как показано на рис. 45, а затем наклейте сверху покрытие так, чтобы концы его подворачивались под низ трека. Это покрытие необходимо, чтобы создать ровную поверхность и облегчить ее мытье.

Фанерный желоб имеет ширину в 40,5 см без учета оклейки поролоном. Внутренний слой поролона толщиной в 2,5 см несколько сокращает ширину трека. Углы к наружным краям постели — 45°. В течение дня желоб-трек устанавливается под разным углом, ориентируясь на силы и настроение ребенка. Угол наклона

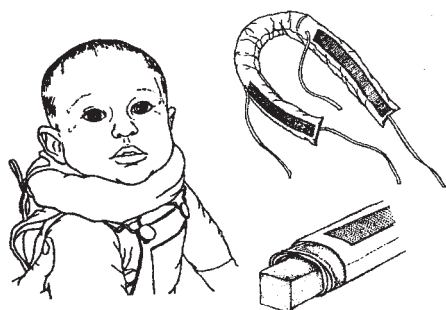


Рис. 46. Изготовление шейного воротника

должен быть таким, чтобы ребенку хотелось двигаться. Имейте в виду, что дети часто громко кричат во время ползания. Таким образом они обеспечивают себе глубокое дыхание при нагрузке. Для ползания можно использовать простой матрас, уменьшая угол его наклона. Постепенно ребенок начнет ползать по горизонтальной поверхности. В три месяца он уже может выползти из комнаты.

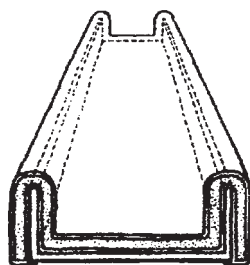
Авторы книги «Раннее развитие» Лена Данилова и Михаил Федоров рекомендуют обрезать носочки у ползунков (тогда малыш будет толкаться голыми стопами), на колени нашить липучки (цепляться к простыне они не будут, а тормозить соскальзывание по наклонному треку будут).

Шейный воротник для младенца

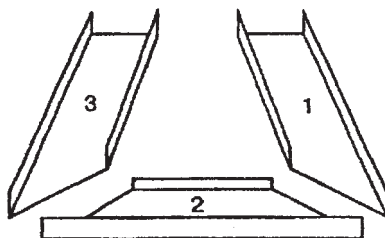
Мы рекомендуем надевать этот воротник на ребенка перед выполнением любых упражнений. Самое главное — это безопасность ребенка. Особой заботы требует нежная детская шея. Поэтому так важен шейный воротник, особенно при выполнении упражнений из пассивной программы равновесия, относящейся к стадии III.

Возьмите кусок поролона размером примерно в $6,5 \text{ см}^2$, обейте его в несколько слоев оболочкой из мягкой ткани. С внутренней стороны на одном конце воротника и с наружной на другом пришейте липучку-застежку (рис. 46).

Гимнастические комплексы



Вариант расположения вокруг кровати.



Вариант расположения в линию.

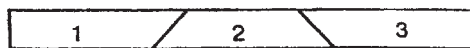


Рис. 45. Трек для ползания

Все предлагаемые гимнастические упражнения, разработанные специалистами Института развития мозга, входят в комплекс «Пестование младенцев». В нем эти упражнения объединены с этнографическим материалом — пестушками, потешками. Это одновременно развивает тело и речь — всю психоэмоциональную сферу ребенка. Кроме того, ритм, заданный лучшими произведениями народной культуры, оказывает дополнительное уникальное оздоравливающее действие на все биологические ритмы организма ребенка, в т. ч. на ритм головного мозга. В этой главе мы подробно рассмотрим методику выполнения этих гимнастических упражнений — вестибулярной гимнастики для младенцев.

Все виды вестибулярного воздействия, о которых мы расскажем ниже, должны проводиться осторожно и доставлять новорожденному удовольствие.

Очевидно, что если вы хотите соблюдать максимальную безопасность, вам надо убедиться в отсутствии всяких помех. Будьте внимательны к своему ребенку и постоянно за ним наблюдайте. Держите его бережно, начинайте медленно и спокойно, постепенно переходя к следующим стадиям (то есть постепенно увеличивайте продолжительность).

Прежде, чем вы начнете что-либо делать, расскажите новорожденному о своих намерениях. В процессе самого действия объясняйте ему, что вы делаете. Всегда останавливайтесь прежде, чем он сам этого захочет. Только в этом случае он сам захочет следующего занятия!

Одевайте ребенка в зависимости от обстановки и при этом учитывайте, насколько удобно вам будет его держать.

Лучшая часть программы равновесия — это та, которая доставит радость как вам, так и вашему ребенку. Специалисты института развития мозга наблюдали родителей (особенно отцов), по всему миру развивающих вестибулярный аппарат своего ребенка. Это было и в мировых столицах, и в первобытных джунглях. Но повсюду родители и дети получали от этого удовольствие. Отцы подбрасывали своих детей вверх, а затем ловили. Матери подбрасывали детей, посадив их к себе на колени. И то и другое стимулирует вестибулярный аппарат. Рекомендуем 15 видов подобной стимуляции, исходя из трехмерности пространства. Все они включены в комплекс пестования младенцев, в котором они выполняются в ритме традиционных народных потешек.

Например:

1. *Ношение ребенка по кругу — хороводы.*
2. *Покачивание ребенка над собой, лежа на спине, под потешку «Летели кокушки...»*
3. *Покатывание на мяче в различных направлениях.*
4. *Покачивание ребенка на руках перед собой под потешку «Поехали, поехали...»*
5. *Ускорение на мате — вперед и назад.* На этот мат ничком положите ребенка. Он должен находиться перпендикулярно к вам (то есть головой к одной вашей руке, ногами — к другой). А теперь потяните мат правой рукой вправо — он двинется вперед; потом левой рукой потяните влево — он двинется назад.
6. *Ускорение на мате вправо и влево.*

7. *Горизонтальное кружение в позиции ничком («Растатуриха»).* Встаньте, положите новорожденного себе на плечо так, чтобы он прижился к нему животом. Начните кружиться и делайте это достаточно осторожно, чтобы самому не почувствовать головокружение и не утратить равновесия.

Изменяйте направление кружения — по часовой, против часовой стрелки.

8. *Горизонтальное кружение на плече на правом боку, затем на левом* («Уж я Танюшке пирог испеку...»).

9. *Перекатывание* («Чук, чук, чук, чук...»).

10. *«Скачки» с ребенком*. («Баба сеяла горох...»).

Выполнение вместе с новорожденным основной программы равновесия

Частота: хорошо бы выполнять каждый день все пятнадцать упражнений (танцы, игры с ребенком) хотя бы по одному разу.

Интенсивность: выполняйте упражнения медленно и осторожно. Если по какой-либо причине вашему новорожденному что-то не нравится (или если вы сами устали), то скорее всего вы действуете слишком быстро. Замедлите темп.

Длительность: Начните с пятнадцати секунд на каждое упражнение. Постепенно и осторожно доведите это время до сорока пяти секунд. Всегда останавливайтесь прежде, чем этого захочет ваш ребенок.

Вся ежедневная программа займет всего десять минут. Данная программа, а также пассивная программа равновесия полностью вошли в комплекс «Пестование младенцев» (см. ранее).

Вашему новорожденному понравятся эти упражнения.

Пассивная программа равновесия от 4 мес. до 1,5 лет

Эта программа выполняется с воротником безопасности. В качестве воротника может послужить полотенце, свободно повязанное вокруг шеи. Это может быть и толстый воротник от вязаного свитера. Способы изготовления воротника даны выше. Используйте этот воротник при выполнении всех упражнений программы.

Чтобы детям нравилось носить эти воротники, некоторые матери в течение нескольких дней носят их сами. Естественно, любому ребенку захочется попробовать то, что так нравится его матери!

Убедитесь, что одежда ребенка не будет мешать выполнению упражнений. И, когда будете поддерживать, не держите его за ботинки или носки (они могут слететь), держите за обнаженные лодыжки.

Все предложенные упражнения вводятся после 4-месячного возраста в основной комплекс «Пестование младенцев».

Покачивание

Покачивания, которые вы совершали ранее, подготовили ребенка к более сложному варианту:

1. *Покачивание в положении «навзничь»*. Возьмите лежащего навзничь ребенка за запястья, а ваш супруг пусть возьмет его за лодыжки. Поднимите его с пола и начните покачивать, словно бы он находился в колыбели. Это упражнение — одно из самых стимулирующих, поэтому его надо делать быстрее, чем если бы ребенок действительно находился в колыбели (древнее, но весьма мудрое изобретение).

Помните, когда вы сами были ребенком, ваши родители раскачивали вас зад-вперед, прежде чем бросить на постель? Вспомните, как это вас веселило.

Горизонтальное вращение

При выполнении программы равновесия для новорожденных горизонтальное вращение вы проводили на матах. Это упражнение понравится вашему ребенку еще больше, когда будет выполняться в воздухе.

2. *Горизонтальное вращение.* Левой рукой возьмите ребенка за левое запястье, а правой — за левую лодыжку. Ребенок при этом должен лежать ничком. Поднимите его и осторожно покрутите против часовой стрелки.

Потом смените положение — возьмите его правой рукой за правое запястье, а левой рукой — за правую лодыжку и покрутите по часовой стрелке. Чем больше скорость вращения, тем горизонтальнее будет летать ваш ребенок. В обоих случаях вы можете сменить направление вращения так, что ваш ребенок будет летать «ногами вперед».

3. *Положение «навзничь».* В начальном положении ребенок должен находиться лицом в противоположную сторону от вас. Правой рукой вы беретесь за его левое запястье, левой — за левую лодыжку, после чего начинаете осторожно вращать его по часовой стрелке. Если он не испугается быстрого вращения, то вскоре «всплывет» в положение «навзничь». Затем вы меняете направление вращения, и он начинает летать ногами вперед. После этого вы беретесь левой рукой за его правое запястье, а правой — за его правую лодыжку и начинаете вращать против часовой стрелки. Потом меняете направление — и ребенок летает ногами вперед.

4. *Положение ничком.* Повернув ребенка лицом к себе, возьмите за запястья и начните вращать на прямых руках.

Вращать можно как по, так и против часовой стрелки.

Горизонтальное подбрасывание

5. *Горизонтальное бросание.* Поверните ребенка лицом к себе и возьмите подмышками. А теперь начните подбрасывать его в воздух и ловить. Но будьте осторожны. Это упражнение, которым, как правило, занимаются отцы, очень полезно. Благодаря ему ребенок очень живо ощущает на себе силу гравитации, особенно в момент, когда падает к вам в руки.

Чтобы не уронить своего ребенка, вам следует при этом проявить особую сноровку. Исходите из интересов самого ребенка: если он пуглив, делайте все как можно медленнее и осторожнее.

СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА У ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ

Никогда не рано начинать ухаживать за зубами. Здоровый молочный прикус ребенка — наилучшее условие для сохранения такого же постоянного прикуса. Поэтому регулярный уход за зубами необходимо начинать в самом раннем возрасте.

Прорезывание зубов начинается между 6-м и 8-м месяцами. У большинства детей вначале появляется один из нижних средних резцов. Затем через 1–2 месяца появляются верхние средние резцы, затем — боковые резцы, далее — первый коренной зуб, клыки и в заключение последний коренной зуб к третьему году жизни. Важно вовремя отучить ребенка от сосания пустышки (причем пустышка должна быть подобрана специальной анатомической) или большого пальца во избежание деформации прикуса.

Первый зубик следует чистить осторожно — куском ваты или влажной ткани. К концу первого года жизни малыша следует чистить зубы детской зубной щеткой,

имеющей особо мягкую щетину (как, например, зубная щетка «Новый Жемчуг для детей»). К трем годам он должен научиться это делать сам.

Прорезывание зубов у младенца часто сопровождается капризами, беспокойством, нарушением сна, поднятием температуры. Неприятные симптомы, связанные с прорезыванием зубов, облегчаются при кусании малышом эластичных предметов (резиновых колец). Особенно хорошо помогает кусание охлажденных предметов. Имеются специальные кольца для кусания, заполненные жидкостью; их предварительно охлаждают в холодильнике. Холод — естественное обезболивающее средство, которое успокаивает десны.

Стоматологическая профилактика исключительно важна кормящей матери. Рекомендуются периодические курсы (2 недели прием, 2 недели перерыв) глицерофосфата кальция по 0,5 г 2 раза в день в период кормления грудью; употребление продуктов, богатых кальцием. Остальные мероприятия по сохранению зубов здоровыми подробнее см. в разделе «Стоматологическая профилактика для беременных женщин».

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Для ребенка первого года жизни этот раздел включает в себя:

— Обеспечение гигиенической безопасности среды обитания (подробно см. соответствующий раздел для беременных женщин, в том числе гипоаллергический быт).

— Повышение защитных сил организма: прием адаптогенов: принимаются матерью так же, как и во время беременности, и с молоком передаются ребенку. При проживании семьи в экологически неблагоприятных условиях гомеопатические препараты экологически защитного комплекса («Экоберин», «Реприз», «Витамин НV») дают ребенку в жидкой форме: а) растворить 1 крупинку в 1 чайной ложке грудного молока и давать младенцу до или после кормления; б) другой вариант приготовления жидкой формы — в 1 столовую ложку фильтрованной кипяченой воды добавить 4 крупинки гомеопатического препарата. Для каждого препарата следует использовать отдельный флакон, на котором заранее подписывается название препарата, и отдельную пипетку. Энергично встряхивать до полного растворения крупинок. Хранить в прохладном месте до 3 суток вдали от электроприборов. Давать ребенку по 1 капле или крупинке до кормления по схеме: утром «Экоберин» + «Реприз» + «Кальгид» ежедневно, вечером «Витамин НV» в течение двух недель, затем две недели перерыв.

Фитоадаптогены (лимонник, элеутерококк) даются ребенку из расчета 1 капля препарата на 1 год жизни в день. Для этого готовится разбавленный раствор: в 1 чайную ложку кипяченой воды добавляется 1 капля фитоадаптогена, затем ребенку дается чай в соответствии с возрастом: например, в три месяца 1/4 чайной ложки разбавленного раствора; в шесть месяцев 1/2 чайной ложки, в год 1 чайная ложка. Давать ребенку 1 раз в день утром натощак, в течение 30 дней в октябре и январе.

ПОВЫШЕНИЕ СОПРОТИВЛЯЕМОСТИ ОРГАНИЗМА РЕБЕНКА

Сопrotивляемость организма ребенка обеспечивается комплексом следующих мероприятий. Прежде всего грудным вскармливанием, правильным режимом дня, правильным гигиеническим уходом, общением со здоровой матерью.

Очень важны сон на воздухе (лицом к голубому небу), пребывание на солнце в неопасные часы, коррекция грудного вскармливания с помощью микроэлементов, витаминов (проводится только по назначению врача-педиатра). Очень полезно для оздоровления малыша и мамы применять методы ароматерапии.

Ароматерапия

Ароматерапия проводится с целью укрепления здоровья малыша и матери, дезинфекции, устранения нежелательных запахов, если нет аллергических реакций на конкретное масло. Для этой цели используются следующие эфирные масла: лимонное, эвкалиптовое, лавандовое. Они уничтожают вирусы, бактерии, грибки, нейтрализуют запахи тела.

Ромашковое, сандаловое — оказывают обезболивающее, противовоспалительное действие.

Нероли (апельсиновое), жасминовое — ослабляют депрессию, снимают стресс, психическую усталость.

Розмариновое, гераневое — имеют освежающее общеукрепляющее действие после перенесенных инфекций.

Розовое — расслабляет, успокаивает.

Аптечная ромашка, нероли — снимают колики и крик младенца. Можно это масло втирать в его стопы из расчета 2 столовые ложки растительного масла + 5 капель масла ромашки.

Способ применения масел:

1) для создания благоухающей атмосферы нанести 1–2 капли эфирного масла на кусочек бумаги, положить на фумигатор или другое подогревающее устройство (миска с водой, горелка);

2) в ведро для замачивания грязных пеленок добавить 6 капель масла чайного дерева;

3) в стиральную машину добавить 4 капли или в таз при ручном полоскании пеленок — 2 капли лавандового масла;

4) освежение воздуха в шкафу — нанести на ватные шарики 2–3 капли лавандового масла.

Вакцинация

Выполнение прививок ребенку осуществляется в соответствии со следующим графиком:

График профилактических прививок

4–7 дней. Прививка против туберкулеза и БЦЖ.

3 мес. Первая вакцинация АКДС (против коклюша, дифтерии, столбняка) + п/полиомиелита.

4 мес. Вторая вакцинация АКДС + п/полиомиелита.

5 мес. Третья вакцинация АКДС + п/полиомиелита.

1 год Вакцинация п/кори + п/паротита (свинки).

Если у ребенка имеются аллергические реакции, проконсультируйтесь с врачом о возможных профилактических мероприятиях (здоровое состояние во время прививки; прием индивидуально подобранных гомеопатических средств). Имеют

значение и семейные традиции. Например, из опыта работы «Школ для родителей» замечено, что если ребенок перед прививкой причащался православными родителями в храме, то аллергические реакции на прививку не развивались.

НОРМАЛИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО МИКРОКЛИМАТА

Рекомендуется концентрировать усилия на создании дружелюбной, спокойной атмосферы в семье. Помните об уникальной способности ребенка запечатлевать все происходящее вокруг него (подробно см. разделы «Пестование младенцев», «Душевное и духовное оздоровление» в контурах развития младенца, «Нравственная психология и педагогика»).

КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ (медицинское и педагогическое)

Родителям следует иметь необходимые знания и навыки в области медицины, доврачебной помощи, профилактики заболеваний, психологии и педагогики. Интересное, соответствующее возрасту, неперегруженное обучение ребенка способствует сохранению его здоровья. Настоящая книга обеспечивает родителей информацией по вопросам, относящимся к телесному, душевному и духовному здоровью ребенка.

Познакомьтесь с важной информацией для родителей, имеющих ребенка первого года жизни:

- безопасное окружение ребенка;
- экстренная доврачебная помощь;
- рекомендации по лечению ОРЗ, информация по детским болезням;
- советы специалистов по воспитанию детей.

Безопасное окружение ребенка

Около четверти всех несчастных случаев, которые происходят с детьми дома, приходится на возраст до 4-х лет, как считает Элизабет Фенвик (автор книги «Мать и дитя», изд-во «Дорлинг Киндерсли»).

Главное правило — не спускать с малыша глаз и обеспечить безопасное окружение.

Кухня. Храните пластиковые мешки и пленки где-нибудь повыше; на кухне должен быть пенный или порошковый огнетушитель, ставьте горячие напитки подальше от края стола; поставьте защитную решетку на плиту, поворачивайте ручку сковородки к стене; старайтесь по возможности пользоваться не ближними, а дальними конфорками. Установите дополнительные замки на холодильнике и морозильной камере; купите спиральные провода для электроприборов или укоротите имеющиеся; убирайте все моющие средства и мусорное ведро в шкафчик с надежной защелкой, постелите на пол нескользящее покрытие, сразу же вытирайте все пролитое, убирайте все режущие кухонные принадлежности в ящик с надежной защелкой.

Детская комната. Не кладите в кроватку подушку и большие игрушки. Не застилайте матрас незакрепленной полиэтиленовой пленкой. Не привязывайте игрушки к кроватке тесемками. Не вешайте погремушки поперек кроватки, если

малыш уже встает. Опустите дно кровати до самого нижнего уровня; в постели не должно быть легковоспламеняющихся тканей. Кладите в кровать небольшие игрушки. Выбирайте игрушки без острых углов и мелких деталей, которые легко проглотить; купите устойчивую мебель без острых углов, переодевайте ребенка на полу; храните игрушки в тумбочке или же на нижних полках, чтобы ребенок сам мог их достать. Завешивайте радиаторы полотенцами.

Ванная комната. На дно ванны кладите коврик с присосками; вода из крана не должна быть горячее 55° С, причем вначале нужно наливать холодную воду. Прежде чем посадить ребенка, измерьте температуру; держите лекарства в закрытом на защелку шкафчике; убирайте бритвы и косметику, чтобы малыш не мог их достать. Электронагреватель должен быть смонтирован на стене и снабжен скрытым выключателем. Держите чистящие средства и щетки в шкафчике с пружинной защелкой. Душевая кабина должна быть небьющаяся (можно заменить стекло шторой).

Гостинная. Покрытие мебели не должно при горении выделять токсические газы. Откажитесь от электрокамина. Сделайте недоступной для младенца заднюю панель телевизора. Не оставляйте на доступном месте сигареты, спички, зажигалки, спиртные напитки, иголки, монеты. Комнатные цветы ставьте повыше. Ядовитые растения должны быть убраны вовсе. Стекланные двери оклейте защитной пленкой.

Прихожая и лестница. Поставьте воротца у входа на внутреннюю лестницу пока малыш не научится лазать. Следите за хорошим освещением. На перилах не должно быть широких проемов. Замок на входной двери поставьте повыше. Установите противопожарный датчик, своевременно заменяйте отпадающие кафельные плитки, дырявые коврики. На скользком полу не давайте малышу ходить без обуви. При ходьбе босиком следите, чтобы он не занозил ногу.

Сад. Закрывайте коляску сеткой от комаров. Никогда не оставляйте ребенка одного сидеть в лягушатнике, на садовых дорожках не должно быть выбоин и порожков; не разрешайте малышу играть там, где недавно применялись пестициды, гербициды и удобрения; закрывайте на замок садово-огородный инвентарь, пестициды, гербициды и удобрения. Ставьте качели или горку на траве или песке, а не на твердой земле. Поставьте надежные запоры на калитках. Проверьте, нет ли у вас ядовитых садовых кустарников и грибов.

Автомобиль. Малыш должен сидеть на специальном кресле. Не позволяйте ребенку высовывать из окна руки и голову, не оставляйте его одного в машине. Прежде чем захлопнуть двери или дать задний ход, проверьте, где ребенок.

Электричество. Выключайте электроприборы, когда вы ими не пользуетесь. Не оставляйте под током удлинители. Ставьте заглушки на неиспользованные розетки или заклеенные провода; не давайте детям в возрасте от 4-х лет игрушки, которые работают от электросети.

Предупреждение опасной ситуации. С первых месяцев, если вам нужно на минуту уйти, кладите ребенка на пол или в кровать. В 2 мес. он уже умеет хватать предметы, а в 3 — уже тащит их к себе. Поэтому в доступных для ребенка местах не должно быть ничего опасного. Не оставляйте там предметы, которые он может проглотить, порезаться. Держа малыша на руках не ешьте и не пейте ничего горячего, не курите. Не оставляйте его одного с бутылкой — он может захлебнуться. Затягивайте ремни на коляске, на стульчике, не оставляйте малыша с другим ребенком — он может его уронить и дать для игры что-нибудь опасное.

Экстренная доврачебная помощь ребенку до 1 года

Рекомендации по лечению острых респираторных заболеваний, информацию по детским болезням — см. в соответствующем разделе для ребенка старше 1 года.

СОВЕТЫ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Мы предлагаем познакомиться с опытом известных отечественных и зарубежных педагогов-новаторов. Эта информация поможет Вам реально осуществить полноценную программу воспитания здорового ребенка в соответствии с контрольным листом развития младенца в семье на каждом возрастном этапе.

Система Никитиных

Опыт родителей-педагогов-новаторов был тщательно изучен профессором И. А. Аршавским. Он считает, что система Никитиных имеет особое значение для ослабленных детей. Основная заслуга Никитиных в том, что они нашли приемы, которые можно использовать с самого рождения.

1. Повышение двигательной активности.

Младенцу нужна работа всех мышц с первых дней жизни. Это подтвердил эксперимент: 4–5-дневные щенки в достаточном количестве получали от матери молоко. Некоторым из них вводили вещества, блокирующие двигательную активность. И если вес остальных щенков превысил через месяц килограмм, то у этих остался прежним, на уровне 4–5 дней! Результаты таких опытов с трудом укладываются в голове, они переворачивают существующие представления. Но беспристрастный язык фактов свидетельствует: пища не сама по себе определяет рост и развитие, а только в сочетании с мышечной активностью.

Новорожденный согревается, почти непрерывно двигая ручками и ножками. Это ему явно на пользу: он быстро прибавляет в весе, растет и крепнет.

Нормальная двигательная активность — это и профилактика кариеса.

После недельного возраста ребенок довольно быстро приобретает новые для себя возможности. Поэтому удовлетворить его потребности в движении можно двояко: либо предоставив его самому себе, либо дав дополнительную нагрузку — специальные упражнения, спортивный снаряд в кроватке, плавание.

Хорошо почаще класть малыша на животик. Тогда он старается поднимать голову. И это удается ему раньше, чем обычно, так как укрепляются мышцы шеи.

У Никитиных много упражнений для рук. Они учили своих малышей крепко хвататься за протянутые к ним пальцы, подтягиваться...

Специалисты убедились в пользе раннего плавания, наблюдая за Олей Скрипалевой, которая начала плавать с двух месяцев. Ваня Бурляев приобщился к этому с девяти дней.

Как указывалось выше, природа «предусмотрела» периодический дефицит кислорода у спящего младенца, чтобы стимулировать его двигательную активность. Какая здесь связь с плаванием? Прямая. Нырять, ребенок задерживает дыхание не на секунду, как во сне, а на 3–40 сек. и более. Известный уже нам «пусковой механизм» заводится сильнее. А возможности для двигательной активности в воде лучше: здесь почти невесомость. В конечном итоге «ребенок-амфибия»

крепче, чем обычный. Не говоря уже о том, что, естественно, легко приобретается навык плавания, очень важный в жизни.

2. Закаливание.

Часто родители стремятся обеспечить ребенку максимальный комфорт — держат его в жаркой комнате, излишне тепло одевают. И действие механизма, созданного природой, нарушается тем больше, чем сильнее «забота». Примерно при 32–34° С мускулатура полностью расслабляется.

Хорошо кратковременно держать новорожденного обнаженным при температуре не выше 18° С в сумме 2,5–3 часа в сутки. Для физиологически зрелых детей сеансы могут быть продолжительностью 10–15 минут, для незрелых — меньше. Во всех случаях сигналом к прекращению процедуры служит снижение двигательной активности. Не теряет своего значения холод. Воздушные ванны следует делать перед кормлением. Хорошо, если будет 18–16° С.

Спать ребенку следует не в жаркой комнате. Даже зимой можно оставлять его на закрытой веранде или балконе. Если, конечно, нет сильного мороза. В этом случае полезно держать открытой форточку или же периодически проветривать помещение.

С помощью таких процедур Никитиным удалось ликвидировать у своих детей диатез.

3. Грудное вскармливание.

Раннее вскармливание необходимо и ребенку, и матери. Оно должно начаться в первые 20–30 минут после рождения, в крайнем случае, не позже чем через час.

Первая неделя жизни — критический срок.

В этот период определяется, избавится ли ребенок от физиологической незрелости или же, наоборот, она у него из-за неправильных мер усугубится.

Кормить ребенка следует так часто, как он этого попросит. Проголодавшись, он просыпается примерно через каждые три часа. Получается, что кормить приходится не менее семи раз в сутки, да и ночью тоже (ночное кормление стимулирует прилив молока в течение дня). Ребенок не должен страдать оттого, что это неудобно для взрослых.

4. Стимуляция познавательной активности малыша.

Нужно всемерно развивать познавательный рефлекс. Существует такое понятие — комплекс оживления. Малыш оживляется, видя лицо матери, игрушку, ванночку... Так он устанавливает контакт с внешним миром. При этом возникает двигательная активность и улыбка — проявление положительных эмоций. Если вы будете просто улыбаться ему — уже хорошо. Контакт расширяется. Дети, недополучающие улыбку или вовсе ее лишённые, сильно отстают в развитии. Но можно пойти еще дальше: отвечать не только на улыбку, но и на гуление. Контакт резко увеличивает и облегчает овладение в дальнейшем настоящей речью.

Можно развесить по стенам карты, азбуку, числа, нарисовать буквы и цифры на игрушках, включать музыку. Только нужно учитывать два требования. Вы должны быть убеждены, что то, чем вы «пичкаете» своего ребенка, потом ему действительно будет полезно. И следует сделать максимальный упор на его самостоятельные действия. Например, недостаточно, если ребенок только слышит музыку. Гораздо больше пользы, если он сам попробует извлекать звуки.

Когда ребенок делает сам, в нем воспитывается творец. В противном случае он всего лишь исполнитель. Здесь имеет значение все. Малыш много ползает — значит, самостоятельно познает мир. Взял погремушку — тоже познание. Засунул ее

в рот — еще лучше: в познание включаются все чувства, ему доступные. Очень важны зачатки игр, которые возникают в это время. Причем, если ребенок активен, самостоятелен, не надо бояться, что он устанет. Он сам переключится на что-нибудь другое и избежит усталости.

Игры с младенцем от 0 до 3 месяцев

Рекомендации для родителей по методике игр с младенцами от 0 до 3,5 месяцев подробно изложены в книге Чистович Л., Кожевникова Е. «Разум, чувство и способности младенца», 1996 г.

1. Во время кормления, купания, при смене пеленок нужно помнить, что ребенок от рождения одарен способностью «понимать» выражение лица и тон голоса взрослого, причем взрослый его очень интересует. Забудьте обо всех своих трудностях и неприятностях. Смотрите ребенку в глаза и улыбайтесь ему. Рассказывайте ему, как вы его любите, чем он вас радует. Интонация должна быть ласковой и выразительной.

2. В первые полтора-два месяца ребенок зажимает глаза, когда сосет грудь. В более старшем возрасте ребенок не только сосет, но и время от времени прерывает сосание для «разговора» с мамой. Он смотрит ей в глаза, улыбается, может издавать звуки. Обязательно используйте это время для общения. Если вы кормите ребенка из бутылочки, все равно во время кормления держите его на руках. Тепло от тела взрослого и удобная поза способствуют ощущению комфорта у ребенка и увеличивают удовольствие от еды.

3. У ребенка есть врожденное стремление и способность подражать мимике взрослого. Наклонитесь к нему и сделайте смешную гримасу, например, высуньте язык. Затем, улыбаясь, смотрите на ребенка, побуждая его сделать то же самое. Даже если ребенок не будет подражать вам, он с огромным интересом станет за вами наблюдать. Затем неожиданно отодвиньтесь в сторону, чтобы ваше лицо ушло из поля зрения ребенка. Если ребенок начнет вас искать, продолжайте игру. Повторяйте эту игру много раз.

4. Поднесите ручки ребенка к своим губам, подуйте на них, поцелуйте, подвигайте его пальчиками, приговаривая нежные звуки и слова. Потом отвернитесь от ребенка и поглядывайте на него, чтобы он это замечал. Если ребенок начнет удивленно двигать ручками и ножками, издавать звуки и иными способами привлекать ваше внимание, повернитесь к нему и снова начните играть с ним.

5. Хорошо, если у вас есть яркая игрушка, которая издает звуки при сдавливании (например, резиновая собачка или лошадка, матерчатая кукла с пищалкой внутри и т. д.). Возьмите эту игрушку в руку и проведите ею по животу и груди ребенка по направлению к его личику; пусть игрушка при этом пищит и щекочет ребенка. Потом резко уберите игрушку и спрячьте ее себе за спину. Если ребенок проявит заинтересованность, возобновите игру.

6. Подвесьте мобиль над кроваткой ребенка и укрепите на нем разные предметы, привлекающие его внимание.

Мобиль можно сделать самим, но если вам не хочется этим заниматься, используйте обычную вешалку для одежды. Очень привлекательными могут быть, например, елочные игрушки (понятно, не стеклянные, которые могут разбиться), склеенные из цветной бумаги кубики или другие фигурки, наконец, просто цветные ленты. Важно, чтобы эти предметы не надоедали ребенку. Хорошо каждые два-три дня менять хотя бы один предмет.

7. Если ваш ребенок не обращает внимания на висящие над ним игрушки, попробуйте нарисовать и повесить изображение человеческого лица. Сделайте это лицо достаточно большим, около 10 см в диаметре, раскрасьте глаза, губы, щеки и волосы. В случае успеха, вы сможете потом нарисовать несколько лиц с разными выражениями и менять рисунки.

8. Внимание ребенка легче всего привлечь движущимися предметами. Простейший способ приводить в движение мобиль с игрушками состоит в том, чтобы соединить его ниткой или шнурком с ручкой (или ножкой) младенца. Бодрствующий ребенок очень редко лежит неподвижно. Он обычно двигает руками и ногами и, очевидно, сначала не заметит существования какой-то связи между своими движениями и движением мобиля (вешалки) с игрушками. Однако не исключено, что все-таки он обратит внимание на него, и это может оказаться началом формирования произвольных движений.

9. Когда ребенок лежит на спине, осторожно подведите свои пальцы под плечи ребенка и подвиньте обе его руки вперед так, чтобы они соприкоснулись. Покачайте ребенка.

10. Завяжите на пальцах ребенка яркие ленточки, наденьте на пальчики смешную рожицу, поднесите ручки к глазам ребенка, чтобы он обратил на них внимание.

Оформление развивающей среды для младенца. Мобиль

Развивающая среда оформляется всегда в соответствии с возрастом ребенка. Все предметы, которые необходимы для его развития в данном возрасте, перечислены в Контрольном листе развития ребенка в семье (см. ранее). Гармоничное окружение ребенка способствует формированию здорового гармоничного человека. Специалисты по вальдофской педагогике, работая с детьми различного возраста, пришли к выводу, что во младенчестве ребенка должны окружать только истинные предметы, не обманывающие его органы чувств. Например, бетонная стена, оклеенная бумагой под дерево, обманывает чувство ребенка, она не деревянная. Истинная картина мира — основа психического здоровья ребенка. Поэтому игрушки, картинки и т. п. рекомендуется подбирать ребенку из различных природных материалов, высокохудожественной простой формы (например, игрушки народных промыслов), естественной природной окраски (акварельные картинки — обучение с помощью картинок см. в разделе «Развиваем интеллект»), природным звучанием (погремушки с фасолью, колокольчики и т. п.).

Первым приспособлением для крепления игрушек в поле зрения младенца является мобиль. Это может быть просто вешалка для одежды, большое легкое кольцо, две деревянные планки, сложенные крестом и скрепленные в середине большой скрепкой. К последнему варианту мобиля можно, к примеру, в центре прикрепить на тесемке деревянную «птицу счастья», а на концах планок четыре игрушки. Игрушки могут быть выбраны вами в специализированных магазинах или изготовленные самостоятельно из бумаги, сшитые или вырезанные из дерева. Главное, чтобы они соответствовали принципам, приведенным в «Контрольном листе развития ребенка в семье» для данного возраста. Мобиль можно закрепить в кроватке, на спортивном уголке над матом. Все что родители делают для младенца своими руками является частью проявления их любви к младенцу.

Наиболее простая самодельная игрушка — это бумажная. Она должна быть двухсторонней, чтобы изображение ребенок мог видеть с любой стороны. Напри-

мер, нарисуйте два контура сороки, раскрасьте, склейте их, подвесьте игрушку с помощью нитки к мобиле.

Желательно подобрать или изготовить игрушки, иллюстрирующие те песни и потешки, которые вы поете ребенку. Например, присказка про *Сороку-ворону*, колыбельная про *Попугая*, хоровод *Мак-маковистый* и т. п. Эти игрушки можно поместить не только на мобиль, но и на дверь, стену и т. п. Тогда во время «экскурсии» по дому с младенцем вы сможете напевать потешку и показывать игрушку к этой потешке.

Окружая ребенка гармоничными, приятными нам предметами, *мы формируем его вкусы, симпатии, мировоззрение в соответствии со своим*, растим родного для нас человека.

До 3-летнего возраста ребенок запечатлевает мужской и женский способ общения, поэтому ему очень важны общение и телесный контакт не только с нежной всепрощающей мамой, но и с сильным, строгим отцом. Любые действия мужчины уже по своей природе отличаются от женских. У мужчины другой голос, запах, структура кожи и мускул. Новорожденные и ведут себя по-разному в зависимости от того, кто рядом — папа или мама.

Малыш впитывает в себя все, что происходит вокруг (практически «фотографируя» все до 5-летнего возраста). Этот запечатленный образ вашей жизни станет моделью его поведения для всех этапов его жизни. Традиционная семья всегда жила на виду у подрастающих детей. Ребенок запечатлевал уклад жизни, труд и поведение отца, матери, детей, бабушки, дедушки, больных, здоровых. И сегодня младенец видит неизменный уже сотни лет женский труд по уходу за близкими, женский способ общения, но редко видит мужской труд, мужской способ общения. Деятельность отца остается за порогом, часто ребенок лишен общения с отцом, а наблюдает пассивный отдых отца у телевизора и придуманную жизнь на экране. Для маленького ребенка, в отличие от взрослого, нет придуманного мира, весь мир — настоящий.

Ценные советы родителям по оформлению развивающей среды ребенка до 6 месяцев помещены в книге О. С. Жуковой «Школа раннего развития. Первые уроки для новорожденных от 0 до 6 месяцев».

Стимулируя развитие зрения ребенка, придерживайтесь следующих правил и рекомендаций:

1) зрение малыша первого месяца жизни несовершенно, поэтому оптимальное расстояние, на котором игрушка должна находиться от его лица 20–30 см;

2) слишком большое количество игрушек лишь отвлекает внимание ребенка. Достаточно, чтобы на его «младенческом тренажере» (мобиле) висело 2–3 предмета (размер не менее ладони мамы). Для того, чтобы выбрать игрушки, посмотрите на контрольный лист первого периода развития ребенка в семье от 0 до 2,5 месяцев. Действия, выполняемые с ребенком, которые вам ясны и у вас все есть для его выполнения, отметьте карандашом. Готовьте развивающую среду ребенка заранее, до родов, тогда вам легко будет заниматься с ребенком после его рождения, все будет под рукой — и фонарик, и мобиль, и мешочки, и т. п.;

3) периодически (через 3–4 дня) меняйте игрушки;

4) попробуйте понаблюдать, что вызывает интерес ребенка, что ему нравится рассматривать. Предметами, вызвавшими его интерес, могут быть ваши бусы, тогда их можно повесить на мобиль. Также может вызвать интерес мяч, подвешенный на веревке над кроватью.

Уже в первый месяц своей жизни малыш с интересом смотрит на объекты, находящиеся рядом. Причем наибольший интерес у него вызывает человеческое лицо, он внимательно смотрит в глаза маме (рис. 47). Она может играть с ребенком, приближая его лицо к своему и «строя» ему разные рожицы — улыбаться, хмурить брови, открывать рот. Через некоторое время вы обнаружите, что малыш повторяет их за вами.

Будет хорошо, если вы повесите нарисованные изображения человеческого лица (размер с тетрадный лист) около кровати ребенка, меняя портреты время от времени.

Первые недели малыш видит лишь яркие, контрастные объекты (губы, глаза на лице мамы, резко контрастные, черно-белые изображения, имеющие простые геометрические формы). В качестве таких объектов вы можете использовать объемные геометрические фигуры с черно-белыми полосками (размер со среднее яблоко).

Через месяц жизни ребенка укрепите рядом с кроваткой пары контрастных цветных полос (например, красную и зеленую, синюю и желтую). Эти цвета могут быть представлены на мобиле в виде игрушек.

Для того чтобы зрение ребенка развивалось нормально, в первые шесть месяцев жизни ему необходим различный зрительный опыт. В этот период особое внимание следует обратить родителям, имеющим проблемы со зрением, а также тем, у которых дети подверглись воздействию неблагоприятных факторов (родовая травма, гипоксия и т. п.). Специалисты рекомендуют родителям предоставить возможность ребенку рассматривать контрастные узоры-«решетки». До трех месяцев черно-белые, далее — цветные размером 10 на 15 см на расстоянии 25–30 см с удалением до 60 см. Картинка подставляется под взгляд ребенка и перемещается в различных направлениях. Можно просто повесить картинки на кроватке.

При подборе картинок соблюдайте основной принцип выбора любых воздействий на младенца — приближение к «золотой пропорции». Не забывайте, что к пяти годам заканчивается формирование эмоционального ядра личности человека. В этот период решается — будет ли ребенок жизнерадостным, волевым, социально и психологически здоровым. Или, не получив заряда гармонии и здоровых эмоций, он будет страдать депрессией. Такие дети в дальнейшем склонны к наркомании, асоциальному поведению, самоубийству.

Одним из лучших образцов гармонии является древнее искусство — мезенская (черно-белое изображение), северо-двинская, городецкая, хохломская росписи. Большую радость получит малыш, когда он узнает знакомые ему элементы этих росписей в ваших подарках: росписной лошадке, ложках, самоваре, чашечке, корбочке, в иллюстрациях к сказкам и т. п.

В три с половиной месяца можно поиграть вместе с ребенком с экраном. В верхней средней части картонного листа (экрана) вырезано отверстие (получается перевернутая буква «П»). Бумажный жираф заходит за экран с одного края и выходит с другого. На середине пути его голова появляется в прорези экрана. Ребенок следит глазами, ожидая жирафа со стороны, противоположной той, за которой скрылся. Можно показать ему фокус: входит жираф, и ребенок ожидает его увидеть, а вы меняете игрушку за экраном, например на кролика, и выходит кролик — ребенок удивляется.

Дети 4 месяцев начинают исследовать предметы, хватая, ощупывая, потряхивая, ударяя по ним. В этом случае игрушки на мобиле должны быть в зоне досягаемости, чтобы он мог их достать. Мобиль должен быть прочным. Внимательно

следите за безопасностью игрушек: проверьте крепление игрушек, их прочность и т. д. Мы не рекомендуем использовать воздушные шары, только потому, что они могут внезапно лопнуть, напугав ребенка. Можно установить в зоне досягаемости малыша трехуровневую полочку с игрушками. Когда он скинет игрушки вниз, спустите его на пол, пусть он их ощупает, а затем верните игрушки на полку.

Всегда помните, что младенец познает мир путем «запечатления» его в своем сознании. Поэтому уделяйте окружению ребенка, оформлению развивающей среды — самое серьезное внимание.

«Игрушка для ребенка — это средство познания мира, — пишет исследователь А. Кононов, автор книги «Равнодействие игрушки». — Попробуем осознать значение наиболее известных народных игрушек.

Погремушка — беря ее в руки ребенок проживает взаимодействие с миром. Как бы говоря: «Я есть. Я меняю мир вокруг себя».

Пирамидка — показывает ребенку иерархичность, гармоничную организацию мира.

Ванька-Встанька — жизнеутверждающая модель поведения человека: «Сколько раз упал, столько и поднимайся».

Кубики — ребенок, создающий деревянную башню, словно отделяется от земли в акте свободы для независимой от нее жизни.

Кубики с картинками — ребенок учится создавать целостный образ мира.

Волчок — ребенок, вращающий маленькую символическую копию солнечной системы, — будущий двигатель космического мира.

Мячик — помогает на чувственном опыте познать структуру материального мира, им ребенок воздействует на окружающую среду и учится постигать ее границы и свойства (твердая поверхность, песок, вода...).

Матрешка — напоминает малышу: «ты есть часть природы, вокруг тебя нарождаются народы».

Глиняная игрушка — человек берет горсть земли и лепит из нее «второй мир», творит отражение окружающего мира. Цвета «дымковской игрушки устремлены к небу. Ребенок восхищается игрушкой, радуется. Чего стоит одна разноцветная дымковская карусель. «Дымка» учит творить праздник из всякой мелочи.

Такие игрушки — потенциальные миры, к которым приобщается ребенок. Они не могут быть свалены в какой-нибудь коробке. Им место в расписном ларе или добротном сколоченном ящике. Пространство, в котором живет и играет ребенок, — это особое место, где он проявляет себя в мире и познает его».

Развитие интеллекта

Внимание! Прежде чем приступить к занятиям с ребенком по развитию его интеллекта, вспомните о необходимости гармоничного развития ребенка: дух — тело. Не превращайте занятия в интеллектуальную дрессировку. Старайтесь помнить, что прежде всего Вы растите себе человека, друга, помощника. Больше уделяйте внимания развитию человеческих качеств у ребенка. И пусть каждый урок запечатлится в душе ребенка как радость общения и познания мира.



Рис. 47. Учимся общаться

Вы можете помочь ребенку развить его интеллект. Для этого можно использовать многочисленные пособия. Предлагаем Вам познакомиться с основными правилами развития интеллекта у младенцев, изложенными петербургским ученым Г. В. Терешонок в пособиях: «Учим ребенка говорить и читать», «Учим ребенка математике» (см. учебный фильм «Развитие интеллекта младенца»).

Большинство родителей даже не задумываются о том, что учить ребенка читать, а тем более говорить нужно, начиная с пеленок, а не перед школой. И это не займет много времени: всего лишь несколько минут в день. Заниматься по картинкам можно с 4–5 недель. У ребенка координируется зрение, развивается познавательный интерес, он быстрее начнет говорить! Самое интенсивное развитие ребенка — период от 0 до 24 месяцев (сенсомоторный интеллект, доречевой период). Тогда закладывается фундамент будущего человека. Это самый благоприятный период для обучения, ребенок схватывает все «на лету». На третьем году обучение дается труднее, и так с каждым годом.

Работа с карточками-картинками

Заранее подготовьте 30 карточек. Карточки-картинки должны быть размером с тетрадный лист. На картинке изображается 1 предмет (например, яблоко), без дополнительных окружающих предметов (без лукошка, дерева и т. п.). Изображение должно быть приближено к природному и достаточно красочное.

Ребенку показывают предметную картинку и говорят: «Это яблоко». За одно занятие показывают 3–5 картинок и соответственно называют предметы. Занятие заканчивается прежде, чем ребенку надоест. Дети обучаются с поразительной скоростью. Через каждые 3 дня меняйте в наборе половину картинок и т. п. В конце занятия обязательно похвалите малыша, погладьте, поцелуйте, скажите ему: «Какой ты молодец!». Утомление от занятий, пресыщение — верный способ отвлечь ребенка от занятий, вызвать у него, может быть, всегда нежелание заниматься. Девиз ваших занятий: «Дело мера красит». Не начинайте занятие, если малыш устал, плохо себя чувствует. Не занимайтесь, если Вы устали или раздражены. Когда Вы познакомите малыша с названием предметов, выложите перед ним 3 картинки и попросите показать мяч. Если ребенок не показывает, не огорчайте его упреками, а ласково, указывая на мяч, скажите: «Вот мяч». Помните, что дети очень не любят, когда их экзаменуют.

Работа с карточками-словами

Подготовьте заранее 20 карточек — существительные и прилагательные. Слово пишется крупными, четкими, печатными буквами. Слоги выделите разным цветом. Ребенку показывается карточка со словом и слово произносится. Например, мама, папа, имя ребенка. Через три дня смените половину слов на новые. За одно занятие вводится 3–5 слов. Начинать нужно со слов, хорошо знакомых ребенку. Известные педагоги-новаторы Лена Данилова и Михаил Федоров предлагают родителям представлять каждое слово ребенку как спектакль. Например, карточка со словом «свет» — включаем свет, на лампочке висит карточка, можно ее потрогать — она теплая. Спойте песенку про свет, задействуйте все органы чувств ребенка. Вы можете спросить: «Почему обучать ребенка раннему чтению надо целым словом, а не по слогам или буквам?». Восприятие маленького ребенка целостно, он не дифференцирует звуков и букв, но легко запоминает целое слово, его образ. Хорошо читающий человек тоже «узнает» целое слово, только новые слова прочитывает по слогам. Чтение — это соединение звуков (букв) в целое слово, а письмо — их выделение, и обучать чтению лучше, чем письму.

Учим ребенка математике

Невозможно сделать из каждого ребенка гения, но родители обязаны помочь ему реализовать свои возможности. Только постепенное овладение числом, исследование окружающего пространственного мира, работа с величинами могут развить математические способности.

Математические, т. е. пространственно-временные и числовые представления, формируют у малыша с момента рождения, помните, что Вы с малышом в постоянном общении: «Какая красивая игрушка. Давай ее достанем. Не достать. *Высоко*, нужно спустить *пониже*. Этот мяч *большой*, а этот *маленький*. Давай возьмем игрушку, которая лежит *сверху рядом*. Не бери уютю, он *тяжелый*. Сейчас мы пойдем гулять в садик, в котором были *вчера*. Какой *высокий* дом! А этот *ниже*. Давай выберем дорожку, которая *короче*». Это первые уроки по пространственно-временным представлениям. Затем вы знакомите ребенка с правыми и левыми руками, ногами, сторонами улицы и т. д.

Понятия, введенные в жизнь ребенка естественным путем, осваиваются им рано, без особых усилий и нагрузок. Счет отдельных предметов тоже осваивается ребенком в естественных условиях: «Дали *одно* яблоко, *два* яблока. Убери *один* кубик. Принеси *две* ложки. Мама будет пить чай. *Сколько* ложечек сахара положить? *Сколько* шагов до стены? Мы вымыли *одну* ручку, теперь вымоем *другую* руку. Возьмем на прогулку *обе* машинки». Ставьте ребенка в ситуацию, где необходимо что-либо измерить, сосчитать, определить. Считайте предметы в доме и на улице, считайте действие: хлопки, ритмичные удары, бой часов, топанье ножкой и т. п. Постарайтесь, чтобы ребенок почувствовал потребность в изучении математики. Иногда счет применить невозможно, тогда появляются слова: высота, ширина, длина, больше, меньше, уже, короче и т. п. Они вводятся в практическую жизнь ребенка. Так словарь малыша пополняется математическими понятиями, а ум обогащается логическими операциями: счетом, группировкой, сложением, вычитанием, сравнением. Общаясь с ребенком, Вы научите его универсальному способу познания — осваивать все в сходстве и различии, разовьете в нем наблюдательность.

«Решение математических задач является одним из наилучших и простых способов развития умственных способностей, когда-либо найденных» (Э. Торндайк).

Работа с картинками по математике

Проводить занятия с малышом можно, когда он в хорошем настроении, продолжительностью 1–2 минуты. Вы показываете ему картинки и называете предмет и число. У малыша лучше будет развиваться и фокусироваться зрение, развиваться интеллектуальные и умственные качества: память, внимание, воля и т. п. На одном занятии проходите 3 числа, используя при этом разные карточки и предметы. До 2,5 месяцев используются только предметные картинки. Для этого нужно изготовить 10 карточек размером с тетрадный лист с разными предметами (от 1 предмета на карточке до 10). Например, на картинке изображено 6 слив (в 2 ряда). Мы говорим и показываем: «Шесть слив. Три и три будет шесть. Два, два и два — всего шесть».

Если Вы используете пособие Г. В. Терешонок, то на 1 листе у вас помещена предметная картинка (например, 4 вагона и паровоз) и отдельно изображены предметы (4 вагона). Отрежьте отдельные предметы и показывайте их отдельно от предметной картинки.

С 2,5 месяцев к предметным картинкам добавляется «Домино» и «Десяти-склад». Необходимо изготовить 10 карточек размером с тетрадный лист, на котором черные кружки расположены по принципу домино (от 1 до 10). Дополнительно можно сделать 10 карточек, на которых красные кружки будут расположены хаотически. Это поможет вашему ребенку узнавать количество предметов в независимости от их расположения. Для этого в большом количестве кружков (например, 7) ребенок должен научиться выделять группы (3 и 4; 3, 2 и 2). Тогда он сможет не пересчитывать все предметы, а сложить несколько чисел. Это разовьет у него пространственное мышление. И ему легко будет изучать геометрию в школе.

«Десятисклад» необходим для помощи в освоении состава числа. Для его изготовления вырезают десять красных и десять синих кружков, склеивают их между собой таким образом, что получается десять кружков красных с одной стороны и синих — с другой. Затем вырезается из желтого картона треугольник, на который с обратной стороны наклеивается желтый треугольник из цветной бумаги. Получается желтый с двух сторон треугольник. Затем на него накладываются в четыре ряда кружки таким образом, что на вершине треугольника оказывается 1 кружок, а в основании — 4. Над верхним краем каждого кружка в треугольнике прокалывается дырочка, через которую с обратной стороны треугольника вводится иголка с двойной ниткой, прокалывает кружок в верхней части и возвращается в то же отверстие треугольника. С обратной стороны концы нитки завязываются на пуговице. Если же Вы сделаете пуговицы разного цвета, то у Вас получится дополнительное интересное пособие для малыша.

Как пользоваться «Десятискладом»? К примеру перевернем 4 кружка синей стороной, а 6 — красной. При этом мы показываем и говорим ребенку: «Четыре синих и шесть красных, всего десять. Сколько синих — четыре». В пособии Г. В. Терешонок приведены разнообразные комбинации.

Пример работы с карточками

Покажите ребенку карточку с одним кружком. Это самое главное первое число. *Число 1.* Дай мне одну машинку, один грибок. Это цифра один. У тебя один нос, один рот. Один-одинешенек, один-единственный. А у нас в комнате есть единственные предметы? На десятискладе: смотри — это один красный кружок.

Число 4.

Это кружки, их четыре. На картинке четыре вагончика. Рассмотрите их. Сколько лапок у собачки? Зима, весна, лето, осень — времена года, их тоже четыре.

Важно, чтобы малыш зрительно тренировался определять с первого взгляда количество предметов, кружков, линий. Лучше обучать зрительному восприятию числа по форме Лая Борна: так расположены кружки на домино.

После 2,5 лет можно приступить к обучению отдельным цифрам без картинок, продолжая одновременно изучение цифр с картинками. Если малышу будет трудно запомнить цифру, написанную на карточках, то помогите ему, вырежьте из картона ее, слепите из пластилина или же воспользуйтесь любыми другими «осязаемыми» методами.

Играйте с детьми! Не может быть здорового развития ребенка без деятельной интересной жизни. Красивые гармонично развитые люди вырастают только в семьях, где любят детей и занимаются с ними.

Логопедические упражнения с детьми первого года жизни

По данным логопеда клиники неврологии СПбГМУ имени И. П. Павлова З. Ф. Бураковой, большинство детей идут в школу с логопедическими проблемами. Хорошая речь — важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Общение и овладение родным языком необходимо ребенку с раннего периода. Чем раньше вы начнете логопедические занятия со своим малышом, тем лучше у него будет речь. Первый год жизни ребенка, когда общение со взрослым происходит при помощи экспрессивно-мимических и предметно-действенных средств, называется довербальным. Второй этап формирования речи — ранневербальный, наступает тогда, когда ребенок начинает понимать простейшие высказывания взрослых и произносит свои первые слова.

Родителям следует четко представлять основные закономерности довербального и раннего вербального периодов.

Выделяют пять стадий развития речи ребенка от рождения до 18 месяцев. Длительность каждой стадии может колебаться в зависимости от индивидуального развития ребенка. Пределы более позднего нормального развития навыков указаны в таблице «Возраст тревоги». Запоздывание развития навыков более указанных сроков требует консультации ребенка у специалиста.

1-я стадия — от 0 до 2 месяцев — характеризуется рефлексорным криком. В крике преобладают гласоподобные звуки. Крик в норме — громкий чистый с коротким вздохом и удлинненным выдохом. Окружающим следует говорить с ребенком негромко, напевно.

2-я стадия — от 2 до 5 месяцев — характеризуется качественным изменением крика, появлением гуления, смеха, улыбки. С трех месяцев начинается развитие интонационной характеристики крика. К 16 неделям смех малыша становится продолжительным.

Для формирования направленной ориентировочной зрительной реакции и развития ручной умелости на этой стадии рекомендуются занятия со следующими игрушками:

- 1) яркие, блестящие (формирование направленной зрительной реакции);
- 2) погремушки на рукоятке образные и геометрические (дополнительно развивают ручную умелость);
- 3) погремушки на кольце (тренировка мелких мышц пальцев, развитие осязательных ощущений и ручной умелости);
- 4) подвесные погремушки (привлечение зрительного внимания ребенка, побуждающего к звукопроизношению);
- 5) подвесные гирлянды игрушек (формирование способности рассматривать предметы, переводить взгляд с игрушки на игрушку).

Речь ребенка формируется в общении с окружающими. Поэтому необходимо, чтобы речь близких была образцом для подражания. Она должна быть четкой, неторопливой, грамматически и фонетически правильной, интонационно выразительной. Следует избегать слишком утрированной жестикуляции и громкого голоса. Не искажайте слова, не «сюсюкайте». Обучение речи происходит путем подражания взрослым в процессе рассказывания потешек и стихов. Поэтому на первых двух стадиях наилучшими логопедическими занятиями будет выполнение комплекса пестования младенцев.

3-я стадия — 5–7,5 месяцев — стадия появления лепета, которая имеет большое значение для развития речи. Ребенок начинает произносить «ба, «ма, «та». В этой стадии рекомендуется к комплексу «Пестование младенцев» добавить вы-

полнение логопедических упражнений на гласные звуки (см. табл. 27). Ведущие логопеды Санкт-Петербурга очень высоко оценили комплекс «Пестование младенцев» для формирования правильной речи малыша, коррекции и профилактики логопедических нарушений. Результат при логопедических нарушениях может быть достигнут только длительными и упорными занятиями с детьми. Комплекс «Пестование младенцев» позволяет это делать ненароком, радостно и профессионально.

Дополнительно артикуляционные упражнения рекомендуется выполнять 1–1,5 минуты до 10–15 раз в день, используя подходящий момент. Например, играем в кубики, строим дом, протягиваем кубик ребенку, произнося «ой, ой, ой — приходи скорей домой». Во время занятий важно использовать приемы, вызывающие у малыша положительные эмоции, показывая одобрение, похвалу, поощряя его.

На этой стадии хорошо использовать следующие игрушки:

- 1) яркие, большие, образные (побуждают к развитию речи, ребенок их рассматривает, узнает при участии взрослого);
- 2) бубенчики (формирование ориентировочной реакции на звук);
- 3) цветные флажки, ленточки в руках у взрослых (привлекают внимание ребенка, формируется способность выделять цвет из общего фона).

4-я стадия — 7,5–12,5 месяцев — расцвет лепета. Ребенок повторяет два одинаковых слога (ба-ба, та-та, ма-ма, па-па). При помощи лепета ребенок общается со взрослыми, выражая свои желания и нужды, заставляя взрослого обратить на него внимание. На этой стадии рекомендуются логопедические упражнения на звуки: М, П, Б, К, Г, Д, Т (см. табл. 27).

На четвертой стадии изучаются различные свойства игрушек: 1) шарики разных размеров, разного веса (учимся чувствовать руками, играем в мяч); 2) матрешки (комбинация движений рук — практическое мышление).

Таблица 27

**Логопедические упражнения
в соответствии со стадиями становления речи детей 1 года жизни**

Стадия	Рифма	
3	асс асс асс — мы купили квассе ачч ачч ачч — это врач ачч ачч ачч — пожалуйста не плачь арр арр арр — летит комар ой ой ой — приходи домой ошка ошка ошка — вот моя большая ложка ор ор ор — ядовитый мухомор	усс усс усс — ваш арбуз уч уч уч — это ключ ушка ушка ушка — вот моя подушка ол ол ол — я люблю футбол ыш ыш ыш — мой малыш есс есс есс — мы идем в лес яло яло яло — теплое одеяло
4	ба ба ба — звонкая труба бу бу бу — купите мне трубу ва ва ва — высокая трава га га га — хочешь, Галя, пирога гу гу гу — гуси на лугу да да да — там холодная вода ды ды ды — выходи-ка из воды	ко ко ко — у коровы молоко ки ки ки — вот идут быки ма ма ма — высокие дома па па па — мелкая крупа пу пу пу — купим мы крупу та та та — тонкая черта ты ты ты — красивые цветы

5	сса сса сса — вот оса ссу ссу ссу — мы увидели осу жа жа жа — мы увидели ужа же же же — вырос я уже за за за — здесь привязана коза зу зу зу — я пасу козу ла ла ла — острая игла ля ля ля — счастливая семья лу лу лу — подойти к столу лю лю лю — маму с папой я люблю ра ра ра — нам домой пора ро ро ро — полное ведро	ре ре ре — горячее пюре ри ри ри — все погасли фонари со со со — у машины колесо фа фа фа — далеко от нас Уфа ца ца ца — лужа у крыльца це це це — улыбка на лице ча ча ча — побывал я у врача че че че — мы мечтали о мяче чи чи чи — где мои ключи ши ши ши — на болоте камыши ща ща ща — поймали мы леща шу шу шу — сладким чаем угошу
---	---	--

Внимание! В каждой стадии добавляются новые логопедические упражнения, но обязательно остаются предыдущие. Таким образом, ребенку к возрасту от 1 года до 1,5 лет могут быть предложены все указанные логопедические упражнения.

5-я стадия — охватывает период от 1 года до 1,5 лет. На этой стадии лепетные звуки очень разнообразны. В эти месяцы происходит интенсивное развитие понимания обращенной речи. Вводятся дополнительные логопедические упражнения на свистящие (С, З, Ц), шипящие (Ш, Ж, Ч, Щ), соноры (Л-Л, Р-Р) (табл. 27).

На этой стадии малыш активно играет яркими игрушками, ему понадобятся более сложные из них: транспорт, мячи, куклы, набор для куклы: нижнее белье, платья, передник, пальто (можно различные тряпочки, для самостоятельного изготовления одежды для куклы). Учимся одевать эти вещи, проговаривая действия, с помощью взрослых и самостоятельно. Головные уборы (шапки, панамки, чепчики), столовая (салфетки, посуда разных цветов и материалов), пуговицы, крючки, молнии (пуговицы с одной стороны — застежки с другой и т. д.), набор игрушек для строительных игр (развитие мышления, целенаправленная деятельность).

При подготовке к логопедическим занятиям удобно на домашнем стенде разместить перечень логопедических упражнений в соответствии со стадией становления речи. Можно написать на соответствующих картинках для показа ребенку текст упражнения. Например, на картинке с ключом с обратной стороны для родителей подписать: «*Чи-чи-чи — где мои ключи*».

Тогда маме, папе и всем близким будет легко пользоваться набором звуков для артикуляционной гимнастики, и она станет неотъемлемым компонентом развивающих игр с малышом.

Успеха Вам в интересном, трудном и полезном деле.

ОРГАНИЗАЦИЯ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ РОДИТЕЛЕЙ С МЛАДЕНЦАМИ

Посещая курсы по подготовке к родам, вы приобретаете самую редкую в наше время возможность — заранее сформировать круг друзей для своего малыша. Не только Вы сами с удовольствием общаетесь с такими же, как и Вы, будущими родителями, но и Ваши будущие младенцы проникаются друг к другу симпатией. Через 6 месяцев вы соберетесь все вместе: мамы, папы, дети — и убедитесь сами в удивительных свойствах малышей, имевших опыт дородового общения между собой. Малыши ползут друг к другу как давние знакомые. Особенно это становится

заметным в возрасте 1—1,5 лет. Эти дети особенно деликатны по отношению друг к другу, они ощущают присутствие своих товарищей и проявляют недюжие дипломатические способности. В отличие от них, дети, не имевшие подобного опыта общения, огорчают своих мам «некультурным» поведением — они агрессивны, не могут мирно решать возникающие у них проблемы. Только постепенно стараниями маленьких «дипломатов» и мам не умеющих общаться детей группа становится дружной. Конечно, замечательно, если эти занятия ведет профессиональный специалист по раннему развитию детей, но не следует опускать руки, если такого специалиста нет. Вы можете проводить подобные занятия сами, принимая гостей поочередно. Хозяйка выполняет роль главного педагога и организатора встречи. Даже если Вас всего три семьи, то совершенно не обременительно устраивать подобную встречу один раз в месяц. Каждый примет гостей всего раз в сезон. За это время вы сможете блестяще подготовить встречу-занятие, используя рекомендации, помещенные в данном руководстве.

Прежде всего воспользуйтесь контуром развития и контрольным листом развития ребенка в семье. Это поможет вам не опустить важнейших разделов воспитания ребенка и подобрать элементы занятия в соответствии с возрастом малышей.

Вначале вы подбираете литературу для родителей, в которой описаны конкретные методики телесного развития ребенка: мануальных навыков, координации, психомоторных навыков, зрения, слуха, внимания, памяти, самообслуживания и социальных навыков. Например, серия книг «Рождаясь расту развиваюсь». Паритет. СПб., 2003. В ней каждая книга посвящена развитию определенных способностей через развивающие игры. Большую помощь Вам окажут книги авторов, известных вам по данному руководству.

Далее перед вами, выбор из множества игр, развивающих одинаковые способности детей. Вы его решаете с учетом второго обязательного раздела воспитания — душевного развития ребенка, формирования его личности. Отдавайте свое предпочтение тем играм, которые имеют нравственное содержание. Не забывайте, что до 7 лет воспитание должно быть, во-первых, нравственным, во-вторых, развивающим его способности. Например, малыш с помощью мамы может сделать вкусную развивающую игрушку — бутерброд. А может сделать то же, но для папы, и угостить его. Также правильно выбрав пальчиковые игры, мы можем способствовать развитию у малыша гостеприимства, щедрости, почитания родителей, чувства иерархического устройства семьи и мира.

Душевное развитие ребенка включает в себя умение создать вокруг себя и внутри себя чувство радости. Это важнейшее средство защиты ребенка и профилактики наркомании, асоциального поведения, депрессии. Учитесь вместе радоваться без внешних «костылей» — магнитофона, телевизора. Использовать их конечно можно, но так, чтобы не заглушить ростков радости из внутреннего мира ребенка и родителей. В противном случае, когда ребенок останется один на один с собой, ему будет ужасно скучно и не на что опереться в трудной ситуации. Аутентичный фольклор содержит в себе неиссякаемый источник внутренней радости: можно запеть веселую песенку, можно вспомнить народные шутки, можно начать двигаться, создавая своим телом, голосом атмосферу комфорта и радости. Вы уже имеете опыт использования аутентичного фольклора в комплексе пестования младенцев и сможете легко освоить народные игры, игру на музыкальных инструментах (ложки, колокольчик и т. п.).

Важной частью встреч является простое человеческое эмоциональное общение: разговоры, слушание сказок, забота друг о друге за традиционным чаем, уборка за собой и друзьями. (Японские малыши к трем годам имеют уже домашние обязанности, способны к самообслуживанию и взаимопомощи). Не пропустите время оптимального развития различных сторон личности ребенка (см. табл. 33).

Санкт-петербургские ученые — педагоги М. Н. Попова и Н. А. Гительсон показали, что введение в семейные занятия с малышами позитивного душевного, эмоционального компонента дает уникальные результаты в развитии детей и их здоровье. М. Н. Попова в технологии «Навстречу друг другу» особое внимание уделяет методам телесно-эмоционального контакта мамы с ребенком: объятия, ласка, прикосновение, поцелуй (см. учебный фильм «Вместе с мамой на физкультуре») Н. А. Гительсон в технологии «Ступеньки роста» особое внимание уделяет заботе детей о родителях, праздничной атмосфере занятий-встреч, традиционных семейных праздников (см. учебный фильм «На пути к первому шагу»). Оба автора рекомендуют выработать традиции семейных встреч, ритуалы занятий. Интересно, что документальные фильмы об этих встречах, о народных праздниках в детских садах малыши очень любят смотреть бесконечное число раз. Некоторые начинают ходить после того, как неоднократно посмотрят на детские танцы в фильме. Фильмы, где ребенок видит себя на празднике, где ему было действительно радостно вместе с мамой, успокаивают и утешают его в трудную минуту. Н. А. Гительсон разработала специальные технологии формирования атмосферы доброты в группе совместных занятий родителей и младенцев до двух лет. Радостный ритуал встречи педагога с мамой и ребенком («Здравствуйте», «Как вы подросли», «Какое красивое платье», «Кто у тебя нарисован?»). Занятие начинается с совместной песенки приветствия, в которой называют всех по именам. Ритуал расставания, с песенкой прощания с группой, где снова называют себя по именам, благодарят друг друга за совместный труд, за совместную радость встречи. Педагог каждому произносит поощрительные слова. Пожелания друг другу новой встречи. Культивирование доброго отношения друг к другу и формирование отношений: прощения, участия, сочувствия, дарения, благодарения. К возникшим негативным проявлениям ребенка отношение успокаивающее и переводящее внимание ребенка к совместным действиям с детьми. Разговор с ребенком. «Быть на стороне ребенка» (Франсуаза Дальто). Верить в силы, способности, возможности ребенка, с энтузиазмом во всем участвовать. В деле образования и воспитания мать и ребенок — союзники. Мать для ребенка — образец, пример для подражания. Отношение ко всем детям равное, доброжелательное, заинтересованное в успехах и стараниях всех детей на занятиях со стороны родителей и педагога. Отношение доверия друг другу. Мамы помогают своим детям и детям других мам, отмечают успехи у своих детей и у других. «Радость успеха друг друга» (Глен Доман). Создание позитивной мотивации: «Ты можешь», «У тебя хорошо получается», «Сегодня лучше, чем вчера», «Какая радость с тобой заниматься», «Учиться — это интересно». Богатая эмоциональная окрашенность событий (восхищение, удивление, восторг, радость и т. д.). Работа с вниманием. Гармонично перемежать концентрацию внимания и отдых, серьезное отношение к делу и шутку, смех. Уважительное отношение между мальчиками и девочками с установками на традиционные отношения. Работа с «ласковым», «поощрительным» словом. Мотивация поступков на доброту. Перед началом занятия-встречи составьте план встречи. Заранее поручите своим гостям подготовить для себя пособия по вашему списку. Не забудьте,

что не только малыши учатся, но и родители ожидают от вас ценных советов. Подготовьте для них подробный план встречи с описанием игр, словами песенок и цели их использования. По вашему плану, используя рекомендованные вами пособия и материалы, родители смогут дома повторять с ребенком полезную для него программу развития. Приведем здесь пример такого плана встречи-занятия, составленного мамой троих детей (Жанна Пиляева), достигших в своем развитии замечательных успехов.

**Примерный план
первого самостоятельного совместного занятия
(возраст 6–7 месяцев)**

До того, как встреча состоится, организатору необходимо:

1. Составить план-конспект встречи, возможна праздничная тематика. Обзвонить участников, объяснить, что и как будет происходить, что следует подготовить к встрече. Например, для данной встречи необходимо подготовить и принести:

а) потешку — выучить и оформить карточку со словами для подарка другому ребенку, заранее договориться какое имя вписать в потешку (кому ее дарить);

б) дощечку с наклеенной на половинку наждачной бумагой, спрятать ее в коробочку. Взять платочек для того, чтобы прятать коробочку;

в) игрушку — петушок. Ребенок должен увидеть приготовленные предметы только на занятии;

г) принести пустой фотоальбом;

д) фотографию (по количеству участников плюс одна) ребенка в какой-нибудь интересной ситуации с подписью на обороте, например «Миша ест кашу». Это подарок каждому участнику и одна для стенгазеты;

е) повторить хоровод «Огурчик», «Груша».

2. Подготовить необходимый дидактический (раздаточный) материал.

3. Придумать, что детям и мамам будет в подарок на память об этой встрече (напр. фото друзей с подписью, петушок, коробочка, дощечка).

4. Приготовить фотоаппарат, видеокамеру, чтобы запечатлеть праздник.

5. Подготовьте помещение, в котором будет проходить встреча, так, чтобы дети могли сосредоточиться на занятии, не отвлекаясь (убрать игрушки, шкатулки с швейными принадлежностями, таблетки и т. д.). Учтите, что среди детей будут исследователи, которые захотят подергать, потрогать и изучить все вокруг. Подумайте о безопасности детей.

Как составить план-конспект:

1. Обратит внимание на стиль общения и речь ведущего. Старайтесь говорить медленно, громко, внятно с хорошей артикуляцией, эмоционально, улыбкой и жестами привлекая внимание детей.

2. Будьте спокойны и доброжелательны, вполне возможно, что детки будут не слишком организованы, внимательны и сосредоточены — важна ваша встреча, настроение, общий эмоциональный фон, а также с какими чувствами вы расстанетесь. Предупредите об этом ваших гостей, пусть они помогут вам своим участием. Если ребенок не слишком включается в процесс, не дергайте его, пусть он ведет себя естественно, привыкает и сам включается в игру.

3. Во время занятия проявляйте изобретательность и находчивость. Не беспокойтесь, если что-то пошло не так, всегда по ходу можно что-нибудь переиграть и подкорректировать.

4. Продумайте музыкальное сопровождение (мелодичная классическая, народная музыка).

5. Наденьте русский народный костюм, если он у вас есть. Маленького ребенка привлекает народная одежда, включается генетическая память.

6. Занятие лучше проводить сидя на полу (ковре), в кругу. Круг — это благоприятное пространство, где все на равных и хорошо видно друг друга. Мамам полезно сидеть по-турецки, на пятках. Дети находятся на руках или рядом.

7. В занятие включаются игры на сенсорное, моторное развитие, звукоподражание, координацию движений и навыки общения.

8. Приготовить игрушку — петушка (резинового на пальчик, плюшевого или др.).

9. Дошечку или толстый картон 20 × 10 см разделить пополам, на одну половину наклеить крупную наждачную бумагу — эта часть будет шершавая, а другая половина остается гладкой.

Возможный план занятия:

1. Пока все собираются, дети и родители осваиваются — играют, привыкают друг к другу и окружающей обстановке.

2. Ведущий звонит в колокольчик (привлекает внимание). Участники становятся в круг.

Хозяйка: З д р а в с т в у й т е (поклон) дорогие мамочки и малыши! Сегодня у нас радостное событие — наша первая встреча! Давайте поприветствуем друг друга потешками и поклонами (каждый заранее готовит потешку для другого ребенка).

3. Каждая мама пропеваает или нараспев рассказывает потешку, затем говорит: «Потешка Тане (имена детей) от Миши (имя ребенка)» и кланяется (нравственное воспитание) и дарит карточку, приготовленную дома. И так по кругу. Важно, что все на этой встрече — участники, а не зрители. После выступления ведущий хвалит собравшихся и все дружно хлопают.

Примеры потешек:

Ай дыбок, дыбок, дыбок, скоро Танечке годок,
Пойдет по дорожке, топнет Таня ножкой.
Ваша доченька в дому, что оладушек в меду.
Что оладушек в меду, сладко яблочко в саду.

4. Хозяйка: «А теперь вспомним, какие хороводы водили на занятиях для беременных?» (Например, «Огурчик» или «Груша» и т. п. из компл. «Пестование»).

Шире, шире хоровод, Собирайся народ.
Будем весело плясать, наших деток потешать.

5. «Молодцы, как мы замечательно пели и плясали. А теперь пора сесть и посидеть в кружочке».

Садимся в круг. Ведущий приготовил накрытую красивым платочком корзинку, а в ней петушок (резиновый, плюшевый или другой). Обыгрываем появление

игрушки: «Ах, какой красивый у меня платочек, а что же у меня там такое?». Медленно снимаю платочек: «Давайте посмотрим», удерживаю внимание детей. «Кто же это у нас здесь? Давайте посмотрим. Кто там? А? Это — петушок, золотой гребешок, масляна головушка... (читаем стих) Кукареку — так он кричит». Спрятали за спину петушка. Спрашиваем: «Где петушок? Машенька, где же петушок? А вот он» (показали). Спрятать и показать можно несколько раз, обращаясь к разным детям. Кукарекаем громко, четко, с хорошей артикуляцией, улыбаясь.

6. Хвалим детей, что они хорошо умеют искать петушка, но и петушок сейчас найдет подарки для детей. Петушок подходит к каждой маме и клюет платочек, под которым спрятана коробочка и подходит к коробочке ведущей, которая так же, как и все мамы, открывает коробочку для своего ребенка.

7. Что же там лежит? Находит в коробочке дощечку. Достает: «Вот какая у меня есть дощечка. Она называется ГЛАДКО-ШЕРШАВО. Мы поиграем, потрогаем ее ручкой». Мамы открывают свою коробочку и достают дощечки для своих детей.

Проводим по гладкой стороне и говорим г л а д к о (нараспев), проводим по шершавой стороне и говорим ш е р ш а в о (нараспев). Сначала ведущая сама пробует «гладко-шершаво», мамы повторяют игру со своим ребенком и слова гладко-шершаво и передают дощечку (на всякий случай приготовить несколько дощечек). Это упражнение направлено на развитие тактильных ощущений, координации движений, моторики. Когда все сделали упражнение, говорим какие мы молодцы и хлопаем.

8. Вот как петушок порадовал нас: нашел коробочку, дощечку. Наверно и дети хотят нам что-то показать — порадовать нас. Мамы достают фотоальбомы и одну фотографию. Ведущий радуется и хвалит гостей, что они принесли ее. Просит детей провести ладошкой по фотографии и громко с мамами сказать: «гладкая фотография». А сейчас мы приклеим эти гладкие фотографии на газету, которая называется «Мои друзья».

Мамы подходят с детьми и приклеивают фото на места заранее подписанные ведущей, в соответствии с надписью на обороте. Затем ведущая читает, указывает на каждую фотографию и говорит: «Это Миша. Миша ест кашу» и т. д. Все участники смотрят, обсуждают: кто, где с кем изображены. «Вот какая у нас получилась замечательная газета. Вся наша семья будет смотреть и вспоминать нашу сегодняшнюю встречу. Какой у нас чудесный праздник получился, давайте вместе сфотографируемся».

9. Мы все друзья. Будем вместе танцевать и петь. Танцуем и играем в хоровод «Груша» и «Огурчик».

10. Пускаем детей на ковер поползать (под шум прибоя или спокойную тихую музыку на несколько минут).

11. Ведущая приглашает за стол. Предлагает испечь пышки.

«А теперь нам пора подкрепиться. Давайте-ка испечем друг другу пышки и калачики» (моторика, координация, чувство ритма, тактильное общение с мамой). Мамы берут руки ребенка в свои и начинают в ритме крутить калачики и хлопать пышки.

КА-ла-чи-ки, КА-ла-чи-ки.

ПЫш-ки, ПЫш-ки.

Когда все сделали, говорим какие мы молодцы, сколько вкусных пышек и калачей напекли, и хлопаем. Ведущая ставит печенье, пышки и компот на стол. Все угощаются.

12. Большое спасибо всем, мы вместе с детьми весело играли, пели и плясали. А теперь, будем прощаться.

Все вместе, стоя в кругу, держась за руки, поют частушку:

До свиданья, до свиданья, до свиданья три раза,
А еще раз до свиданья ваши добрые глаза.

13. Затем участники дарят подарки друг другу с поклоном (нравственное воспитание): свою фотографию, которую каждая мама вставляет в свой альбом, который называется «Мои друзья». Дома мамы подпишут каждую фотографию и будут читать этот альбом как книжку-самоделку. Ведущая дарит каждому ребенку петушка, заранее принесенного мамами и подписанного, кому из детей какой петушок.

14. Расставаясь, не забудьте раздать план-конспект сегодняшнего занятия, это будет педагогическое сопровождение — толчок родителю повторить эти игры (танцы, потешки, читать книжку с фотографиями), и найти другие.

Особенностью семейных встреч мам и младенцев является проведение их с учетом мировоззрения всех участников встречи. Если это семьи одного вероисповедания, возможно полноценное духовное воспитание в группе, например, начало занятия с общей молитвы, посещение храма и т. п. При встречах семей различного вероисповедания, следует научить детей с уважением относиться к различным традициям, поздравлять друг друга с религиозными праздниками, объяснять детям различия в традициях, а не делать вид будто этих различий не существует. Возможен культурный обмен песнями, танцами, кулинарными национальными угощениями. Очень важно как можно раньше научить детей умению жить в многонациональном и многоконфессиональном обществе, это поможет избежать целого ряда социальных проблем в подростковом и юношеском возрасте.

ПРОГРАММИРОВАННЫЙ КОНТРОЛЬ ПО ТЕМЕ № 6

(по программе «К здоровой семье через детский сад» цикл обучения «Школа родителей», занятие № 13)

1. *Главные критерии правильности программы закаливания ребенка:*
 - а) хорошо набирает вес;
 - б) имеет отличное настроение;
 - в) высокая двигательная активность;
 - г) урежение простудных заболеваний.
2. *Влияние ползания ребенка на его физическое развитие:*
 - а) ходит автоматически, не вовлекая в этот процесс кору головного мозга;
 - б) восстанавливает функцию тазобедренных суставов (в дополнение к ортопедическому лечению дисплазии тазобедренных суставов);
 - в) увеличивает рост ребенка;
 - г) формирует среднюю линию тела.
3. *«Контрольный лист развития ребенка в семье» — это:*
 - а) теоретический план развития младенцев определенного возраста;

- б) практическая программа индивидуальных занятий с ребенком.
4. *С какого возраста необходима двигательная активность младенцу:*
- с 1-го дня;
 - через месяц;
 - через 3 месяца.
5. *Какие условия следует обеспечивать на всех этапах жизни ребенка для его здоровья:*
- условия для телесного развития;
 - условия для душевного развития;
 - условия для духовного развития.
6. *Душевное воспитание ребенка включает в себя:*
- воспитание физических навыков;
 - воспитание ума, чувств и воли;
 - воспитание умения выбирать между добром и злом (категория совести).
7. *Сколько минут в среднем может висеть младенец в возрасте 2,5 мес. на пальцах родителя, удерживая 50% своего веса:*
- 10 сек; б) 1 мин; в) 10 мин.
8. *Возраст внимания, для теста: знание 6 слов и частей тела:*
- 20 мес; б) 2 года; в) 2,5 года г) 1 год; д) 5–7 лет;
 - 7–10 лет; ж) 10–12 лет.
9. *До какого возраста нравственное воспитание должно опережать телесное и умственное:*
- до 7 лет; б) до 3 лет; в) до 10 лет.
10. *Гимнастические комплексы Института развития мозга (Филадельфия):*
- являются составной частью комплекса «Пестование младенцев» (входят в него);
 - их необходимо выполнять дополнительно к комплексу «Пестование младенцев».
11. *Когда начинается прорезывание зубов у ребенка:*
- в 2 месяца;
 - в 6–8 месяцев;
 - в 12 месяцев.
12. *К какому возрасту ребенку следует уметь самостоятельно чистить зубы:*
- 1 год; б) 2 года; в) 3 года.
13. *Обеспечение экологической безопасности для ребенка до 1 года включает в себя:*
- обеспечение гигиенической безопасности;
 - выведение токсических веществ;
 - повышение защитных сил организма (прием адаптогенов).
14. *Какие эфирные масла уничтожают вирусы, бактерии, грибки, нейтрализуют запахи тела:*
- розовое; б) лимонное;
 - эвкалиптовое; г) лавандовое.
15. *В каком возрасте ребенку делается первая прививка против туберкулеза (БЦЖ):*
- в 1-й день; б) 4–7 дней; в) 1 месяц.
16. *Средства для обработки пупочного кольца ребенка:*
- растительное масло; б) детский крем;

- в) фукарцин; г) перекись водорода.
17. *Главное средство профилактики опрелостей:*
а) частые воздушные ванны;
б) специально подобранные одноразовые подгузники.
18. *Сколько раз в день обычно бывает мочеиспускание у новорожденного в первую неделю после родов:*
а) 20 раз в день; б) 5–6 раз в день.
19. *Сколько часов спят новорожденные:*
а) 6 часов; б) 8 часов; в) 14–20 часов.
20. *Как следует ставить сковородку на плите с учетом безопасности для малыша:*
а) ручкой к вам; б) ручкой к стене.
21. *Игрушки, окружающие младенца, должны быть предпочтительно:*
а) синтетическими;
б) из природных материалов;
в) естественной природной окраски.
22. *Какие игрушки больше подходят младенцу от 0 до 2,5 мес.:*
а) мобиль с предметами;
б) бумажное лицо над кроватью;
в) дудка;
г) предметы из различных материалов (мех, резина...)
23. *Через сколько дней рекомендуется смена игрушек на мобиле:*
а) через 3–4 дня; б) через 1 день;
в) через 1 месяц.
24. *Когда закладывается сенсомоторный интеллект ребенка:*
а) до 1 года; б) до 2 лет в) до 3 лет; г) до 7 лет.
25. *Способ развития пространственного мышления у ребенка:*
а) занятия с «десятискладом», с «домином»;
б) слушание сказок.
26. *Сколько стадий развития речи выделяют у ребенка:*
а) 2; б) 5; в) 10.
27. *Если ребенок отстает в психическом развитии (по контуру развития), то следует обратиться к:*
а) специалистам по раннему развитию (дефектологу, психологу);
б) врачу-остеопату;
в) педиатру;
г) профессиональному гувернеру.