

# Развитие ребёнка раннего возраста и рекомендации родителям

Ребенок начинает познавать мир с первых минут своей жизни. Органы чувств новорожденного развиты достаточно хорошо, они готовы улавливать любую информацию не хуже технических радаров и локаторов. Все сведения, которые поступают в головной мозг, накапливаются, анализируются, сравниваются и запоминаются.

Заботливое, любящее окружение помогает малышу правильно и полноценно развиваться. Все родители с нетерпением ждут, когда их маленькое сокровище первый раз улыбнется в ответ на их ласковые слова, сделает первые шаги.

Мама и папа — первые и самые важные учителя для ребенка. Они должны знать, правильно ли он развивается, чему и как его учить. Все это вы узнаете, прочитав данную главу. Помните, что, хотя ваш новорожденный малыш пока только кричит, причем очень громко, он готов заговорить на любом из 140 языков мира, если вы ему в этом поможете.

## ПЕРВЫЙ ГОД ЖИЗНИ

Для развития ребенка первого года жизни имеет значение буквально каждый месяц, ибо приобретения в этот короткий период времени чрезвычайно велики. В связи с этим нормы развития мы будем указывать для первого года жизни именно по месяцам. Родителям легко будет следить за ходом превращения маленького, ничего не понимающего комочка в человека.

После года развитие ребенка идет не столь стремительно, таких «скачков», как «сегодня лежу, завтра уже сижу, а послезавтра стою» у малыша нет. В связи с этим нормы его развития на втором и третьем году жизни сведены в кварталы и полугодия.

Для развития ребенка первого года жизни имеет значение буквально каждый месяц, ибо приобретения в этот короткий период времени чрезвычайно велики. В связи с этим нормы развития мы будем указывать для первого года жизни именно по месяцам. Родителям легко будет следить за ходом превращения маленького, ничего не понимающего комочка в человека.

После года развитие ребенка идет не столь стремительно, таких «скачков», как «сегодня лежу, завтра уже сижу, а послезавтра стою» у малыша нет. В связи с этим нормы его развития на втором и третьем году жизни сведены в кварталы и полугодия.

## ДО 3 МЕСЯЦЕВ

1-й месяц.

- Вздрагивает и моргает при резком звуке.
- Удерживает в поле зрения неподвижный предмет (лицо человека).
- Начинает следить глазами за движущимся предметом.
- Прислушивается к звукам голоса.
- Издаёт звуки в ответ на разговор.
- Появляется первая улыбка в ответ на обращение к нему.
- Лежа на животе, пытается поднимать и удерживать голову.

2-й месяц.

- Длительно рассматривает лицо человека или игрушку, следит взглядом за движущимся предметом.

- Поворачивает голову в сторону звука.
  - Произносит отдельные звуки.
  - Быстро отвечает улыбкой на обращение к нему.
  - Лежа на животе, поднимает и удерживает голову в течение 1-2 мин.
- 3-й месяц.
- Находясь в любом положении, фиксирует взгляд на неподвижных предметах.
  - В ответ на разговор с ним отвечает улыбкой, оживленными движениями ножек, звуками (комплекс оживления).
  - Лежит на животе несколько минут, опираясь на предплечье, высоко подняв голову.
  - Удерживает голову на руках у взрослого.
  - Случайно наталкивается руками на игрушки, висящие над грудью.
  - При поддержке под мышки крепко упирается ножками, согнутыми в тазобедренных суставах.

### **Рекомендации родителям по развитию и воспитанию ребенка до 3 месяцев жизни.**

Сразу после рождения малыш знакомится с новым для него миром. С первых часов появления на свет он начинает постигать звуки, запахи, совершенно иные, нежели в мамином животе, ощущения. На него обрушивается просто колоссальная информация! Не случайно сама природа позаботилась о ребенке — в первое время он много спит, набираясь сил для познания окружающего мира, да и восприятие у маленького человечка в первые дни его жизни ограничено: у него не в полную силу работают зрение и слух.

Сегодня не подлежит сомнению тот факт, что малыш еще во внутриутробном периоде развития, приблизительно на 5-6-м месяце беременности, воспринимает голоса мамы и папы, любит слушать мамины колыбельные. Своих родителей он безошибочно узнает по голосу уже в первые часы после рождения.

Во время родов ребенок получает стресс. Поэтому на первом этапе жизни он хочет получить эмоциональную поддержку со стороны близких ему людей, которых он хорошо «знает». Это очень важно для него. Ребенок первых месяцев жизни имеет лишь один способ обратить на себя внимание — посредством плача. Мамы, папы и многочисленные тетушки воспринимают плач как явление однозначно отрицательное. Все начинают суетиться, стараясь помочь. Но все не так драматично. В действительности ни о каких бедах и серьезных проблемах речь не идет, родители должны научиться понимать своего ребенка, переводить с младенческого языка на взрослый. Человеческий детеныш выжить в одиночку не может. И быть одному, не чувствовать рядом взрослого (своего защитника) для малыша противоестественно. Поэтому природа и заложила в ребенка инстинкт — криком звать на помощь. У одних он развит больше, у других меньше. Не надо забывать, что часто крик у ребенка — это способ пообщаться с мамой, да и с самим собой. Но дайте малышу возможность «поговорить» с вами и без плача: во время бодрствования ласково разговаривайте с ним, пойте ему песенки, при первой возможности берите на руки, нежно поглаживайте его тельце, обращайтесь к нему по имени.

Ухаживая за ним, озвучивайте свои действия. Называйте предметы в его комнате. Не беспокойтесь, что ребенок пока еще очень мал, не знает никаких слов, не улавливает интонации. Человеческое подсознание значительно сильнее сознания. Все, что впитывает мозг ребенка, взаимодействуя с миром, будет храниться в кладовых его памяти. Из дня в день, разговаривая с крохой, вы создаете ему пассивный словарный запас.

С первых дней сделайте так, чтобы окружающее было интересным для ребенка. Для этого подвесьте над его кроваткой мобиль — «вешалку» для всего того, что может

привлечь его взгляд и внимание. Прикрепите на мобиль яркие фломастеры, звенящие металлические трубочки, цветные ленточки, разнообразные игрушки. Они должны быть простой формы, крупные, яркие, но не многоцветные (обилие цветов утомляет ребенка). Желательно все то, что висит на мобиле, обновлять раз в две недели. Периодически приводите его в движение. Малыш этому будет очень рад.

Если ребенок не обращает внимания на мобиль, попробуйте подвесить над кроваткой нарисованное и ярко раскрашенное лицо не меньше 10 см в диаметре. Ученые установили, что из всех геометрических фигур новорожденный останавливает свой взгляд на круге, а из всех фигур округлой формы — на человеческом лице.

Не забывайте о физическом развитии малыша. Положите его на живот, поддерживая головку так, чтобы он не стукнулся лбом. Разговаривайте с ним, поощряйте желание поднимать и удерживать головку. Затем возьмите его на руки, прислонив к плечу. Старайтесь, чтобы ребенок, находясь в таком положении, приподнимал голову и опускал ее на ваше плечо. Когда он научится ее удерживать, держите его на руках дольше, ласково разговаривая с ним или напевая песенки.

Знакомьте кроху с окружающим пространством — он должен освоиться в своей кроватке, на пеленальном столе, в ванночке для купания.

В 3 месяца ребенок потребует большего внимания к себе. Ему уже не нравится просто лежать в кроватке, а хочется, чтобы его носили на руках и показывали все то, что ему интересно. Это время первого внутреннего конфликта: есть желание перемещаться в пространстве, но пока нет возможности. Важно поддержать и не подавить в крохе познавательный интерес, ведь именно он является условием дальнейшего умственного развития. В 3 месяца для малыша главным источником информации становится звук: он может определить, откуда он, поворачивается на него, хорошо знает голос мамы и папы, может звуками выражать свои эмоции.

Пришло время научить ребенка следовать взглядом за движущимся предметом. Главный помощник в этом — погремушка. Лучше, если она будет желтого цвета: установлено, что именно он одним из первых воспринимается маленькими детьми. Держите погремушку на расстоянии 30-40 см от ребенка, затем медленно перемещайте ее из стороны в сторону, добиваясь, чтобы он следил за ней глазками. Погремите ею справа от него, подождите, пока кроха повернет головку и глазами найдет источник звука, затем повторите упражнение с другой стороны. Это простое занятие не только дарит малышу немало приятных минут, но и помогает развитию произвольного внимания.

На 3-м месяце не забывайте перед кормлением выкладывать ребенка на живот — это упражнение укрепляет мышцы спины и шеи.

### **ОТ 3 ДО 6 МЕСЯЦЕВ**

4-й месяц.

- Узнает мать, радуется, увидев ее.
- Громко смеется.
- Находит глазами источник звука.
- Захватывает ручками подвешенную игрушку, удерживает ее в руке.
- Самостоятельно переворачивается со спины на бок.
- Придерживает руками мамину грудь или бутылочку во время кормления.
- Гулит.

5-й месяц.

- Отличает близких людей от чужих, по-разному на них реагирует.
- Различает ласковую и строгую интонацию.
- Берет игрушку из рук взрослого, удерживает ее в руке.

- Долго лежит на животе, опираясь на ладони выпрямленных рук.
- Переворачивается со спины на живот.
- Ровно и устойчиво стоит при поддержке под мышки.
- Подолгу певуче гулит.

6-й месяц.

- По-разному реагирует на свое и чужое имя.
- Подолгу играет игрушкой, перекладывает ее из одной ручки в другую.
- Самостоятельно переворачивается с живота на спину.
- Пытается ползть.
- Произносит отдельные слоги.
  - Ест с ложечки, снимая пищу губами.

### **Рекомендации родителям по развитию и воспитанию ребенка от 3 до 6 месяцев жизни.**

Ласково разговаривайте с ребенком, называйте его по имени, рассказывайте простые стихотворения, пойте песенки и колыбельные. Обращаясь к нему, произносите звуки, которые малыш прежде уже лепетал сам: «Агу, гу-гу, а-а-а, га-га» и др. Занимайтесь ежедневно и постарайтесь добиться того, чтобы он подражал вам, повторяя произнесенные звуки и слоги.

Наклонитесь к лежащему малышу, поймайте на себе его взгляд. Улыбнитесь и ласково заговорите с ним. Сожмите пальцы правой руки в кулак, выставив вперед только мизинец и указательный — получилась «коза» с рожками. Теперь приговаривайте, удаляя и приближая «козу».

Идет коза рогатая,  
Идет коза бодатая,  
Ножками топ-топ,  
глазками хлоп-хлоп:  
«Кто каши не ест,  
Кто молока не пьет,  
Того забодаю, забодаю».

«Пободайте» ребенка, потормошите его. Играйте так каждый день, и вы увидите, что малыш вначале будет только улыбаться, потом начнет останавливать на вашем лице взгляд, прислушиваться к голосу, издавать радостные звуки и весело двигать ручками и ножками. Это говорит о том, что у него появилось зрительное и слуховое сосредоточение, зарождаются положительные эмоции и ответная реакция на общение.

Нежно поглаживайте ребенка, поддерживайте его радостное настроение, вызывайте улыбку, смех, двигательное оживление. Часто и на длительное время выкладывайте его на живот. Поощряйте любую двигательную активность ребенка: повороты со спины на живот, потом с живота на спину. Когда кроха лежит на животике, положите перед ним игрушку, через минуту отодвиньте ее от него подальше. Ваше чадо захочет до нее дотянуться и попытается поползти.

Наклонитесь над лежащим ребенком и покажите яркую погремушку. Пусть он поймает ее взглядом, подвигайте ею и поднесите к нему. Если кроха не протягивает ручки, тогда сами вложите игрушку в его ладошку. Затем подвигайте руку ребенка вместе с погремушкой. Играя, таким образом, добивайтесь в последующих занятиях, чтобы малыш сам пытался ее захватить.

Подвесьте игрушки над грудью ребенка в кроватке так, чтобы он, размахивая руками, наталкивался на них, мог захватывать, рассматривать и ощупывать. Игрушки должны быть яркими, удобными для захватывания (погремушки, звоночки, кольца).

Для того чтобы малыш научился правильно видеть, не стоит в первые 3-4 месяца вешать перед ним игрушки на близком расстоянии (менее 40 см) — толком он ничего разглядеть не сможет, но появится риск развития косоглазия.

Организируйте место для бодрствования маленького человечка так, чтобы он мог видеть все, что происходит вокруг.

В полугодовом возрасте малыш начинает воспринимать себя как человека. До этого он идентифицировал себя с матерью — даже ее руки и ноги воспринимались им как продолжение собственного тела. Сейчас кроха начинает знакомиться сам с собой. Помогите ему в этом. Сравните свою руку и ручку малыша, приложив их друг к другу. Предложите ему потрогать ваш нос, а затем свой.

Развивайте у ребенка долговременную память. Для этого уберите на несколько дней привычные для него игрушки, заменив их новыми. Затем достаньте «старые» — увидев их, малыш искренне обрадуется. Учите кроху простейшим действиям с предметами: положить, взять, потянуть.

## ОТ 6 ДО 9 МЕСЯЦЕВ

7-й месяц.

- Стучит и размахивает игрушкой, бросает ее.
- Хорошо ползает.
- Встает на четвереньки.
- Подолгу лепечет.
- На вопрос «где?» находит взглядом предмет, находящийся постоянно в определенном месте.

8-й месяц.

- Долго занимается игрушками, подражает действиям взрослого (игрушкой размахивает, стучит, бросает).
- Самостоятельно садится из положения лежа.
- Самостоятельно ложится.
- Встает, держась за барьер.
- Переступает ножками, держась за опору.
- Сам держит в руке сухарик.
- Выполняет по просьбе взрослого различные действия, например «дай ручку», «сделай ладушки».
- На вопрос «где?» находит взглядом предмет, о котором говорит взрослый.

9-й месяц.

- Бросает предметы вниз, слушает звук от их падения.
- Катает шарики, мячи, передвигается, чтобы их взять.
- Переходит от предмета к предмету, придерживаясь руками.
- Сам встает на колени, на ноги, держась за опору.
- Осваивает сложные движения: дает руку, подает и кладет игрушки.
- Знает свое имя.
- Подражает взрослому, повторяя за ним слоги.
- Спокойно сидит на горшке.

### Рекомендации родителям по развитию и воспитанию ребенка от 6 до 9 месяцев жизни.

Учите ребенка выполнять по просьбе взрослого несложные действия (дать ручку, помахать на прощание, сделать «ладушки» и др.).

С 5,5-6 месяцев побуждайте его к ползанию. Обратите внимание, что сидеть и, забегая вперед, ходить ребенок должен захотеть сам. Не надо его сознательно тренировать и учить. Сидение и ходьба по принуждению создают серьезную нагрузку на позвоночник, которая в дальнейшем может привести к самым разнообразным проблемам. Ничего страшного, если малыш лишней месяц полежит и поползает.

Много разговаривайте с ребенком, показывайте ему разнообразные предметы и называйте их.

Особенностью интеллектуального развития малыша в этот период является осмысленность его действий — он может специально стучать предметом, чтобы извлечь из него звуки, у него появляются любимые игрушки. Возраст 7-8 месяцев принято называть стадией предговорения. Ребенок пытается повторять слова, которые вы говорите. Он может отчетливо произносить разные слоги: «ма», «па», «ба». Всячески поощряйте желание крохи говорить. Незаменимым помощником в этом важном деле станут народные потешки и прибаутки с часто повторяющимися слогами: «Гуси, гуси! Га-га-га! Есть хотите? Да-да-да». Чаще используйте звукоподражательные слова: котик говорит «мяу», собачка лает «ав-ав». Эти упражнения не только стимулируют речевую активность малыша, но и совершенствуют его память.

## ОТ 9 ДО 12 МЕСЯЦЕВ

10-й месяц.

- Самостоятельно и по просьбе взрослого выполняет различные действия: открывает, закрывает, достает, выкладывает и др.
- По просьбе «дай» находит и дает знакомые предметы.
- Подражая взрослому, повторяет за ним новые слоги.
- Стоит при поддержке за одну руку.
- Свободно меняет позы, легко самостоятельно ложится, садится, встает на ножки, много и с удовольствием двигается.

11-й месяц.

- Учится новым действиям и начинает их выполнять по просьбе взрослого, складывает кубики, снимает и надевает кольца с большими отверстиями.
- Стоит самостоятельно без опоры.
- Делает первые самостоятельные шаги, широко расставляя колени и поднимая руки.
- По просьбе взрослого находит любой предмет — куклу, машину и т. д.
- Произносит первые простые слова («дай», «на») и обозначения — «ав», «ма», «ба».

12-й месяц.

- Узнает на фотографии знакомого взрослого.
- Самостоятельно играет с игрушками (катает машину, кормит куклу ит. д.).
- Радует за заводным игрушкам, веселым играм с взрослыми.
- Понимает без показа названия предметов.
- Знает имена знакомых взрослых и детей.
- Произносит до 10 облегченных слов.
- Легко подражает новым слогам.
- Понимает слово «нельзя».
- Умеет четко улавливать интонацию речи.
- Выполняет поручения («принеси», «отнеси», «положи на место»).
- Плачет, настораживается при появлении незнакомых лиц.
- Радует приходу близкого человека.

- Привязан к родителям, эмоционально зависим от мамы. Плачет и грустит, когда она уходит, радуется ее появлению.
- Ходит самостоятельно без опоры.
- Приседает, выпрямляется, наклоняется.
- Карабкается на диван, кресла, спускается на пол.

### **Рекомендации родителям по развитию и воспитанию ребенка от 9 до 12 месяцев жизни.**

Иницилируйте ребенка произносить слоги и простые слова («мама», «папа», «дай»). Для развития речи показывайте и называйте игрушки, животных, с 10 месяцев — картинки. Рассматривайте с ребенком книжки, просите его при этом показать собачку, котика, мячик.

Игрушки лучше выкладывать в кроватку или манеж. Они должны быть разнообразными, многокрасочными, издающими звуки. Для развития действий с предметами покажите ребенку, как складываются пирамидки из 2-3 колец, учите его играть с кубиками, формочками. Привяжите к его ручке воздушный шарик, наполненный гелием. Малыш будет долго наблюдать за тем, как он движется, а совсем скоро начнет улавливать связь между своими движениями и полетом шарика.

Конечно же, в это время невозможно обойтись без таких игр, как «Ладушки». «Сорока-ворона», «Поехали-поехали». Они очень веселят малышей и одновременно развивают речевые способности.

Не удивляйтесь, если ребенок, едва научившись топать, продолжает ползать. Новички в этом деле иногда возвращаются к более надежному способу перемещения, но это будет длиться недолго. Ходячего карапуза подстерегает много опасных ситуаций. Но не стоит особо ограничивать пространство для передвижения и сужать рамки только что открытого нового мира. Просто не оставляйте ребенка одного.

Возраст одного года психологи считают возрастом обезьяны — малыш во всем копирует близких ему взрослых. Он хорошо понимает, что ему говорят, выполняет простые просьбы: «возьми», «положи», «дай». Ребенок многое помнит: где оставил свою игрушку, какие картинки нарисованы в книжке.

Годовалый малыш легко обучаем: быстро запоминает названия предметов, имена близких, разученные действия. В этом возрасте манипуляции с попавшими в руки предметами становятся разнообразными. Ребенок начинает понимать назначение большинства окружающих вещей и пытается использовать их по назначению.

Тысячи разных вещей искренне интересуют малыша, он желает все узнать о мире, который его окружает. А потому его любимое занятие — выбрасывание вещей из шкафа и запихивание их назад, он пробует на вкус песок в песочнице, детские качели, складывает кубики и тут же их разбрасывает, тянет скатерть со стола, тыкает пальцем в розетку. Не нужно думать, что ваш ребенок — разрушитель по натуре. Таким образом, он проводит исследование незнакомых для него предметов, узнает об их свойствах и качествах. При этом малыш еще не понимает, что опасно, а что можно, — он просто таким способом познает мир. И желание все узнать настолько велико, что даже боль от первых «уроков» не вызывает у него страха. Не сердитесь на неутомимого исследователя и не лишайте его радости открытий. Лучше следите за действиями непоседы, предоставляя ему возможность под вашим присмотром трогать, слушать, смотреть.

Обязательное условие для дальнейшего развития крохи — общение и игры со взрослыми. Малыш охотно играет в веселые игры-забавы с близкими. Однако со

сверстниками играть еще не умеет — получается игра не вместе, а рядом. Обогащайте ребенка новыми впечатлениями, знакомьте его с другими детьми.

Говоря о малыше годовалого возраста, нельзя обойти вниманием одно немаловажное событие этого периода. Специалисты называют его кризисом первого года жизни. Это не значит, что вы столкнетесь с его проявлениями прямо в день рождения малыша, перемены могут «нагрянуть» и в 10 месяцев, и после года. Но в том, что они произойдут, нет никакого сомнения. Ваш милый и во всем послушный ребенок вдруг станет неуправляемым и капризным. На любые запреты и отказы мгновенно последуют плач и крики. Он настойчиво будет требовать внимания, когда вы заняты, но тут же оттолкнет вас, едва вы согласитесь ему помочь. Одевания и раздевания превратятся в пытку. Вариантов может быть великое множество. Чтобы вас успокоить, скажем, что кризис — это неотъемлемый и важный период, необходимый для становления личности. Все развитие ребенка — это череда кризисных и спокойных периодов. Кризис наступает, когда появляется противоречие между желаниями и реальными возможностями маленького человека. Малыш начинает самостоятельно ходить, говорить, хочет и пытается что-то делать, но в то же время ему многое неподвластно, он во многом зависит от мамы и папы. И на фоне этих несовпадений желаний с возможностями возникают те самые вспышки безудержного гнева и нескончаемого непослушания.

Пути смягчения трудной ситуации просты. Установите рамки дозволенного, не запрещайте слишком многое, будьте последовательными и придерживайтесь одной линии. Используйте альтернативу, что-то отвергая или игнорируя. Предоставьте ребенку самостоятельность, однако давайте ему свободу действий в разумных пределах.

#### Литература:

1. Ильина М.Н. Развитие ребенка от первого дня жизни до шести лет. — СПб.: Дельта, 2001
2. Мухина В.С. Возрастная психология. — М.: 1997