

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА «ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ»

К моменту рождения ребенок готов к активному установлению связей с внешним миром в основном за счет системы рефлексов: пищевых, защитных и ориентировочных. Но без ухода взрослых он не в состоянии удовлетворить ни одной своей потребности. Только постоянный контакт с другими людьми является основой развития младенца. На первом году жизни мозг развивается наиболее интенсивно. Ребенок, вначале беспомощный, к концу года овладевает прямостоянием, ходьбой, активной предметной деятельностью, начальным пониманием обращенной к нему речи.

Умственное развитие ребенка первого года жизни определяется, в основном, такими сферами: 1) моторика; 2) восприятие; 3) эмоции; 4) речь; 5) тонкие ручные движения.

Рост здорового ребенка за первый год его жизни увеличивается примерно в 1,5 раза, а вес - почти в 2 раза. Но главное заключается в том, что ребенок начинает все более интенсивно двигаться и, значит, приобретает все большие возможности познания окружающего мира.

Педиатры советуют мамам и папам с рождения, максимум с месячного возраста одевать детишек в ползунки и рубашечки, чтобы только что появившийся на свет кроха всюду размахивал ручками и ножками, наслаждаясь радостью движений. Тугое пеленание - незаслуженное наказание для малыша с весьма неприятными последствиями: задержкой двигательного и психического развития.

Не советуют также и зашивать рукава. Нужно просто подстригать ногти. А иначе как же он будет рассматривать ручки, шевелить пальчиками, учиться захватывать игрушки?

В один месяц ребенок поднимает подбородок, в 2 месяца уже удерживает голову и поднимает грудь, в 4-5 он уже сидит с поддержкой, а в 6-7 без поддержки, в 8-9 месяцев - стоит с поддержкой и отлично ползает на животе, а в 11-12 месяцев - стоит без поддержки и ходит самостоятельно.

Первыми элементами поведения ребенка являются: фиксирование предмета глазами, поворот головы в сторону звука, что свидетельствует о развитии у него восприятия.

После второго-третьего месяца восприятие в виде зрительного и слухового сосредоточения становится достаточно длительным. Благодаря этому ребенок может проследить за движущимся предметом.

В 4 месяца ребенок не просто видит и слышит, но уже смотрит и слушает, то есть активно реагирует, ориентируясь во многих параметрах объектов. Младенцев привлекают яркие цвета, движущиеся предметы, новые игрушки. Поэтому так важно, чтобы удовлетворялась потребность ребенка в новых впечатлениях. Психологи давно доказали, что эмоциональное и познавательное развитие (в первую очередь развитие восприятия) младенцев, живущих в однообразной среде, оказывается замедленным по сравнению с развитием тех, кто живет в разнообразной обстановке и получает больше новых впечатлений.

Первыми эмоциями ребенка являются: крик, покраснение, некоординированные движения. Но уже в конце второго месяца жизни у ребенка появляются улыбка и комплексная реакция на ухаживающего за ним человека - он замирает, сосредотачиваясь на лице человека, наклонившегося над ним, вскидывает ручки, перебирает ножками. Эта реакция получила название - "комплекс оживления".

С конца второго месяца жизни потребность в общении со взрослыми нарастает. В первое полугодие ребенок овладевает способами выражения эмоций - от слабой улыбки до ярко выраженной с оживлением мимики и жестов. Во втором полугодии у ребенка появляется интерес к окружающему, то есть потребность в познании.

В ходе общения ребенок учится понимать речь, различать знакомые и незнакомые голоса, эмоциональные оттенки обращенной к нему речи. Когда трехмесячный малыш бодр и доволен, он издает гамму счастливых звуков, если его первые улыбки вызвали положительную реакцию у взрослых. Ребенок часто внимательно смотрит в лицо взрослого, получая удовольствие от первых попыток имитации звуков и движений рта. Младенцы,

открывшие удовольствие в звуках, часто вокализируют наедине или же выбирают игрушку, с которой "разговаривают". При ощущении поддержки ребенок начинает произносить более разнообразные и выразительные звуки. Примерно к девяти месяцам появляются признаки, свидетельствующие, что дети усвоили: их звуки могут вызывать действия со стороны окружающих. Он может нарочно приостановить лепет, чтобы убедиться, получил ли он внимание (предмет или ответ), которое хотел.

Уже около года дети могут узнавать несколько слов в контексте, или же могут выполнять очень простые просьбы взрослых, подкрепленные жестами.

Воспитание ребенка первого года жизни основывается на любви и нежности. Не бойтесь "испортить" малыша лавиной поцелуев, тисканий, улыбок, тут не может быть "слишком много".

К дисциплине ребенка до года приучайте, используя его прекрасные возможности к отвлечению и переключению. Все проблемы решаются очень просто, достаточно дать ребенку какую-то игрушку, взять его на руки, перенести в другое место, и он уже спокойно переключается с нежелательных занятий.

В этом возрасте ребенка нужно учить слову "нельзя". При этом проявляйте спокойствие, твердость и последовательность. Но запретов не должно быть слишком много, и вам следует определить самое главное, чего ребенок не должен делать. Наказывать малыша до года не имеет никакого смысла.

В познавательном развитии ребенка первого года жизни величайшее значение имеет степень развития тонкой моторики рук. Примерно на четвертом-пятом месяце жизни появляются движения рук, направленные к предмету (ощупывание предмета). В 5-6 месяцев ребенок уже может схватить предмет, что требует сложных зрительно-двигательных координации. Значение этого момента для дальнейшего интеллектуального развития велико: хватание - первое целенаправленное действие ребенка, которое является обязательным условием для развития предметного мышления.

Во втором полугодии движения рук развиваются все более интенсивно. Ребенок размахивает схваченными игрушками, бросает и подбирает их, кусает, переключивает из одной руки в другую и т. д. После 7-8 месяцев ребенок вкладывает маленькие предметы в большие, открывает и закрывает крышки баночек. В 9-10 месяцев он начинает правильно использовать предметы по их назначению: из чашки будет пить, машинку будет катать, а куклу укачивать. Все эти действия ребенок выполняет по подражанию взрослому. У него все чаще появляется желание узнать, "что можно делать с этим предметом". Это и есть начало развития наглядно-практического мышления.

Тренировку тонких движений пальцев рук можно начинать с трех-четырёхмесячного возраста ребенка. Вначале это только массаж кистей рук и пассивные сгибания и разгибания пальцев младенца (различные игры, потешки). С 7-8 месяцев возможна и активная тренировка: ребенка обучают перебирать сначала крупные, затем все более мелкие яркие предметы (пуговицы, бусы и т. п.). В конце первого года ребенку становятся доступны многие игры: со вкладышами, нанизывание колец пирамид, "театр пальчиков" и т. п. Такие игры дают возможность тренировать тонкие движения пальцев рук очень успешно и на благоприятном эмоциональном фоне.

Первый год жизни ребенка является решающим периодом познавательного развития: в это время он может многое приобрести, но и многое потерять. Более того, потери этого периода с возрастом восполняются труднее, а приобретения остаются надолго. А главное, что ребенок первого года жизни больше всего нуждается в любви, заботе и ласке окружающих его взрослых, особенно матери.

#### **«Игры для детей до года»**

Многих родителей интересует довольно занятный вопрос, с какого времени нужно начинать заниматься с ребенком, развивать его? Вопрос отнюдь не риторический, и на него есть вполне определенный ответ. Заниматься с ребенком нужно начинать как можно раньше, практически с самого рождения. Только занятия эти будут состоять в общении с ребенком. И в этом есть определенный смысл, ведь если родители начнут уделять достаточно времени для

общения с малышом, тем более развитым и смышленным он вырастет. Это доказывают многолетние наблюдения за детьми, с которыми родители занимались в младенческом возрасте. Эти детишки, вырастая, показывали гораздо лучшие результаты, чем те, с кем родители в младенчестве не играли в развивающие игры для детей до года. Интеллектуальная сфера таких детишек развивается гораздо быстрее, да и память у них более цепкая.

Развитие малышей должно, конечно же, включать игры для детей до года. Именно с помощью игр лучше всего учить ребенка и передавать ему свои знания. Конечно же, не стоит учить младенцев считать и читать, задача родителей увлекать малыша, развлекать его, стимулируя развитие его интеллекта с помощью развития ловкости, внимания, памяти. Нужно не забывать, что игры с малышом, которому не исполнился еще и годик, в первую очередь, должны быть направлены на развитие у него двигательной активности и мелкой моторики пальцев. Именно развитие пальчиков ребенка главным образом и влияет на мозговую активность, а значит, и на интеллектуальное развитие ребенка, на его тягу к познанию. Рассмотрим некоторые из игр, способствующих развитию ребенка до года.

Игры на развитие мелкой моторики одни из самых нужных. Они помогают ребенку начать говорить раньше и с наименьшими дефектами. Отличная стихотворная игра «Сорока — белобока», которая не только веселит ребенка, но также учит его сжимать ручку в кулачок и стимулирует точки на его ладони, производя определенный массаж. Родители могут проводить с младенцем пальчиковую гимнастику, показывая малышу с помощью пальцев различные предметы и животных, например очки, собачку, лодку, домик, птицу. Когда ребенок научится повторять за взрослым фигурки из пальцев, можно добавлять к ним движение, показывая, как лает собачка, как плывет лодочка или рыбка. Сложив в мешочек различные пуговицы, камешки, зерна фасоли, ракушки и другие предметы можно предложить малышу запустить свою ручку в мешочек, и нащупать тот или иной предмет. Это позволит знакомить малыша с различными формами предметов. Очень хорошо для развития мелкой моторики и тактильных ощущений знакомить малыша с тканями различной фактуры.

Игры для детей до года на развитие памяти и внимания предполагают привлекать внимание малыша звуком, который взрослый может извлекать из различных предметов. Малыш будет прислушиваться, запоминать различные звуки. Начинать такие игры лучше всего с месячного возраста. Через некоторое время, когда младенец научится самостоятельно удерживать предметы, он сам может извлекать различные звуки. Именно для этого и приспособлены различные шарики с содержимым или погремушки. Данная игра поможет ребенку развивать слух и внимание. Показав игрушку, которая понравится младенцу, положите ее между двух игрушек, чтобы малышу пришлось искать ее. Если этот урок удастся, спрячьте игрушку среди груды игрушек, чтобы малышу пришлось напрягать внимание для ее поиска. Это поможет уже в раннем детстве развивать память ребенка.

Но, больше других, ребенку в этом возрасте необходимы подвижные игры. Взяв любимую игрушку малыша, положите ее перед ребенком, так, чтобы дотянуться до нее он не мог, и прикладывайте усилия, двигаясь для того, чтобы схватить игрушку. Родители должны помогать, поддерживать малыша, помогая ему дотянуться и иногда подталкивать игрушку к ребенку, а затем вместе радоваться его первым успехам в ползании или ходьбе. Отличной игрой также являются прятки, когда взрослый прячется, а малыш ползает или делает первые робкие шаги, пытаясь его отыскать. Такие игры будут стимулировать двигательную активность ребенка, будут развивать его координацию движений и вестибулярный аппарат.