

Как помочь ребёнку развиваться.

Развивающие игры для детей до года

Почти все родители задаются вопросом, как помочь ребёнку развиваться: что нужно делать и в какие игры играть с малышом, например, в 3 месяца, что изменить в 5 и так далее. С одной стороны родители могут интуитивно выбирать ту или иную развивающую игру для малыша, но при этом важно не переусердствовать.

Как говорится, хороша ложка к обеду, а значит, делать всё нужно своевременно и по возрасту ребёнка.

Советы родителям по развитию ребёнка

Обращаясь к родителям, хочется подчеркнуть, что важно не вмешиваться в естественный рост, развитие малыша. Но при этом нужно аккуратно помогать, чтобы заложенное природой стремление к познанию мира не зачахло в ребёнке. Для этого родителям нужно помнить о трёх китах:

*Быть осведомлёнными касаясь того, что должен уметь делать малыш в том или ином возрасте.

*Внимательно наблюдать за ребёнком, чему он научился, какие навыки освоил, например, в 4 месяца, в 6 месяцев и т.д.

*Создавать развивающую среду для совершенствования умений и навыков ребёнка

Новорожденный ребёнок основные свои усилия направляет на то, чтобы кушать и спать. Выполнять какие-либо действия ему сложно. Можно начинать поглаживать малыша, делать ему массаж, ведь прикосновения нежных тёплых рук так приятны и полезны.

1-2 месяца ребёнку - Подъём головы ребёнка

А вот первым достижением ребёнка будет подъём головы, что в последствии перерастёт в умение держать голову. Так как сил держать голову у ребёнка ещё нет, старайтесь помочь ему укреплять трапециевидную мышцу. Поэтому в состоянии бодрствования выкладываем ребёнка на животик и привлекаем его внимание игрушкой (яркой, большого размера), которую мы будем плавно поднимать перед глазами ребёнка. Не переусердствуйте, на первых парах достаточно нескольких повторений (подняли-опустили). Дальше – больше. Если помогать малышу таким образом, то в два месяца ребёнок уже должен хорошо держать голову.

1-2 месяца ребёнку - фиксация взгляда

В первый и второй месяцы также не забудьте уделить внимание фиксации взгляда. Возьмите большую яркую игрушку (детки пока плохо видят) и плавно водите её влево-вправо, чтобы ребёнок мог следить за ней, а потом и поворачивать голову вслед за игрушкой. Чтобы улучшить видимость для малыша, нужно чаще брать его на руки.

3 месяца ребёнку – тренировка рефлексов

Три месяца – тот период, когда родителям нужно помочь малышу тренировать рефлексы. Так выполняйте упражнение «обнимашки» - сводите и разводите руки малыша, а также скрещивайте их на животе. Также в этот период тренируйте

рефлексы самосохранения ребёнка, чтобы малыш сам выводил руки перед собой, когда вы пытаетесь приблизить его к своему лицу (при этом сперва вы держите его на вытянутых руках).

Рекомендуется проводить упражнения на сгибание и разгибание ножек, упражнения с переворотами. При этом в три месяца малыш уже хорошо держит голову, ножками выполняет упражнение «велосипед».

4 месяца ребенку – тянем ручки развивающие игры для грудничков

В 3–4 месяца ребенок берёт игрушки, развивая не только тактильные ощущения, но и вкусовые. Малыш активно играет руками, он очень любопытен. Регулярное выполнение упражнения с переворотами позволит малышу в 4 месяца самому пытаться переворачиваться.

В возрасте 2-4 месяцев малыша полезно выкладывать на животик. Желательно без подгузника, а просто на клеёнке, накрытой пелёночкой. Разложите вокруг разные предметы (не только игрушки), предварительно хорошо их вымыв. Пусть ребёнок тянется к ним, пытается рассмотреть.

5 месяцев ребенку – стойка на руках и активное «говорение»

В этом возрасте малыш любит в положении лёжа активно подниматься на выпрямленные ручки, отрывая верхнюю часть туловища. По-прежнему заинтересовывайте его игрушкой, когда он на животике. Также продолжайте упражнение с переворотами.

Ну и конечно, много разговаривайте с малышом. Делать, впрочем, это нужно всегда, не только в 5 месяцев. Но именно сейчас важно помогать сказать ему первое слово. Поэтому смотрите в глаза малышу и общайтесь! Он ваш самый внимательный слушатель.

6 месяцев ребенку – поднимаем ножки, начинаем садиться

В 6 месяцев у ребёнка весьма большой интерес к своим ножкам. Ножки поднимаются высоко, а какие же они вкусные! Чтобы и дальше укреплять ножки малыша, повесьте игрушки над кроваткой так, чтобы до них можно было достать ножками. Малыши в этом возрасте только начинают садиться. Хотя у многих деток самостоятельно сесть получается даже позже – в 6,5-7 месяцев. Чтобы укрепить мышцы спины, нужно делать упражнение «столбик»: взяв ребёнка на руки, обхватываем его за ноги, как будто обнимаем.

При этом малышу придется самому за счет мышц спины держать равновесие своего тела. Будьте на чеку и приготовьтесь подставить руку под животик ребёнка, когда он сложится. Делайте это упражнение почаще, тогда мышцы спины ребёнка окрепнут и сесть ему самому не составит труда. Также садиться малыш может, используя ручку мамы в качестве опоры. Не сразу, а по чуть-чуть освобождайте ребёнка от своих рук, чтобы он мог принять вертикальное положение. Кстати, с 6 месяцев можно вводить прикорм.

Не забывайте о том, что очень полезно говорить с ребёнком читать ему детские стихи, потешки.

7-8-9 месяцев – садимся, ползаем, стоим

7 месяцев принесут новое достижение, так ребёнок научится поднимать голову в положении лежа на спине, сможет садиться, ещё может становиться на колени и приподнимать таз. Значит он готовится к ползанию. Продолжайте выполнять все те упражнения, что делали раньше.

В 8 месяцев ребёнок ползает, быстро переворачивается, самостоятельно сидит и может кратковременно стоять, держась за опору.

В 9 месяцев малыш хорошо стоит, держась за опору, и активно ползает. Обычно с 9 месяцев (у всех по-разному) ребёнок начинает ходить. Увлечайте малыша игрушкой, чтобы он попытался пойти к ней. И побольше хвалите малыша. Давайте малышу отдохнуть, если он устал.

С 8-9-10 месяцев исследовательский талант малыша расцветает. Ему хочется всё увидеть, пощупать, открыть. Не пугайтесь, если ребёнок разбрасывает всё вокруг. Он не хочет разозлить вас, просто разрушение, дробление ему необходимо. Чтобы обойтись минимальными затратами, можно дать малышу газету, чтобы тот её разорвал. Просто удовлетворите эту потребность, тем самым вы поможете её перерасти.