

Центр психолого-педагогического
и социального сопровождения

Игрушки в жизни ребенка

Тула, 2019

Ранний возраст — это период быстрого формирования всех свойственных человеку психофизиологических процессов. Своевременно начатое и правильно осуществляемое воспитание детей раннего возраста является важным условием их полноценного развития.

Сенсомоторное развитие ребенка в раннем возрасте является основой для дальнейшего психического развития.

До года происходит интенсивное двигательное развитие. Каждому возрастному этапу соответствуют определенные двигательные навыки.



Возраст	Ребенок может
1 мес.	Удерживать в поле зрения предмет Фиксировать взгляд на неподвижном предмете Плавно следить за движущимся предметом Лежа на животе, пытаться поднять и удерживать голову
2 мес.	Длительно фиксировать взгляд на лице взрослого или неподвижном предмете Совершать ищущие повороты головы на звук Приподниматься и непродолжительно удерживать голову, лежа на животе
3 мес.	Несколько минут лежать на животе, опираясь на предплечья и высоко поднимая голову При поддержке за подмышки крепко упираться ногами с максимальной нагрузкой на тазобедренные суставы Удерживать голову в вертикальном положении (на руках у взрослого)
4 мес.	Захватывать висющую игрушку и длительно ее рассматривать Рассматривать свою руку Сводить руки по центральной линии, засовывать обе руки в рот Четко локализовать источник звука в пространстве поворотом головы
5 мес.	Быстро брать игрушку из рук взрослого и удерживать ее Подолгу лежать на животе, опираясь на ладони выпрямленных рук Переворачиваться со спины на живот Ровно и устойчиво стоять на ногах при поддержке за подмышки
6 мес.	Брать игрушку из разных положений и подолгу ею заниматься, переключая из одной руки в другую Может переворачиваться с живота на спину и передвигаться, переставляя руку и немного ползая При потягивании за руки сгибать голову вперед, садиться

7 мес.	Сидеть, опираясь на руки Ползать на животе Долго рассматривать, переключая, стучать, размахивать, бросать игрушку
8 мес.	Сидеть без опоры Ползать на четвереньках У опоры вставать на колени, переступать, ложиться
9 мес.	Переступать, ухватившись за опору или при поддержке за обе руки Брать мелкие предметы двумя пальцами
10 мес.	Стоять и ходить у опоры, держась одной рукой Совершать первые попытки подняться по лестнице Показывать части лица другого человека
11 мес.	Уверенно самостоятельно стоять, ходить, слегка придерживаясь за опору, делать несколько шагов без опоры
12 мес.	Сидеть без опоры Самостоятельно ходить без поддержки Выполнять простые поручения
1 год	Самостоятельно ходить, приседать, наклоняться, пятиться
3 мес.	Может самостоятельно есть ложкой густую пищу
1 год	Движения более координированные, может перешагивать через препятствия приставным шагом (через палку)
6 мес.	Ходить по невысокому бруску высотой и шириной в 15-20 см.
9 мес.	Частично одеваться с небольшой помощью взрослого
2 года	Перешагивать препятствия высотой 15-20 см чередующимся шагом Частично самостоятельно одеваться: шапку, колготки, ботинки без шнуровки
2 года	Перешагивать препятствия высотой 20-25 см чередующимся шагом
6 мес.	Полностью сам одеваться, кроме застегивания пуговиц и шнуровки
3 года	Перешагивать препятствия высотой до 30 см не приставным чередующимся шагом Самостоятельно одеваться, с небольшой помощью взрослого Бегать, лазать, пинать мяч, прыгать, ходить на цыпочках Ездить на трехколесном велосипеде

Как играть с ребенком в возрасте от 0 до 6 мес.

1. Ребенок не должен целыми днями лежать на спине или на боку. Различные позы помогают ребенку увидеть мир с разных точек зрения и побуждают использовать различные группы мышц.

2. Попробуйте следующие положения:

– кладите ребенка на животик на плоской поверхности;

– кладите ребенка на животик, подложив ему под грудь свернутое полотенце;

– протяните ребенку руки, чтобы он ухватился за ваши пальцы и подтянулся;

– кладите на бок - в этой позе можно играть с игрушками, используя обе руки.

3. Когда ребенок лежит на спине, обхватите его за плечи и потяните вверх, помогая ему сесть. При этом разговаривайте с ним и старайтесь установить зрительный контакт.

4. Важно также проделывать обратное упражнение - помогать сидящему ребенку лечь.

5. Кладите ребенка на живот, подложив под грудь свернутое полотенце, чтобы ему приходилось опираться на локти. Поощряйте его тянуться за игрушками сначала одной, потом другой рукой, так, чтобы он поочередно переносил на них вес.

6. Положите ребенка на спину и поднесите к его лицу игрушку. Другую руку положите ему на бедро и слегка подталкивайте в направлении поворота, одновременно двигая игрушку, чтобы побудить ребенка перевернуться на живот, сначала в одну, потом в другую сторону. Можно положить ребенка на подушку и мягко покатайте его с боку на бок.

7. Чтобы научить ребенка сидеть, необходимо развивать силу мышц его головы, шеи и верхней части спины.

Если ребенок уже научился сидеть с вашей поддержкой, сажайте его к себе на колени и поддерживайте руками. Постепенно он будет все меньше нуждаться в поддержке.

Ребенок, научившись сидеть, нуждается в развитии способности сохранять равновесие и укреплении мышц торса: осторожно покачивайте его из стороны в сторону и вперед-назад, когда ребенок сидит; посадите его к себе на колени лицом к себе и покатайте на колени.

Качайте ребенка на качелях, лошадках-качелях - все это хорошо развивает мышцы туловища.



Как играть с ребенком в возрасте от 6 мес. до 1 года



1. Для ребенка чрезвычайно важно научиться ползать, поскольку умение выдерживать нагрузку на плечи и кисти рук необходимо для овладения впоследствии навыками мелкой моторики. Родители часто стремятся как можно раньше научить ребенка ходить; однако, для его развития полезнее овладеть всеми навыками постепенно и в естественном порядке.

Важно, чтобы во время ползания ребенок научился не «прыгать», подтягивая вперед обе ноги, но передвигаться на четвереньках, одновременно выставляя вперед ногу и противоположную руку (реципрокное ползание).

Можно покачать малыша на надувном валике вперед-назад, так, чтобы руки и ноги касались пола, и пришлось переносить вес тела то на руки, то на ноги (то же можно сделать и без валика).

Когда ребенок стоит на четвереньках, побудите его ползти вперед, положив впереди любимую игрушку.

Если он уже начал ползать, дайте возможность попрактиковаться в этом умении. Поиграйте с ним в догонялки!

2. Прежде, чем пытаться встать, ребенок должен научиться сохранять равновесие, стоя на коленях.

3. Поставьте ребенка на колени перед низким столиком или диваном, на котором расположены игрушки. Осторожно подталкивайте его, то с одной, то с другой стороны так, чтобы ему приходилось восстанавливать равновесие.

4. Когда ребенок стоит на коленях, выставите ему одну ногу вперед и потяните вверх, побуждая переносить вес тела на ступню. Затем побуждайте ребенка вставать, держась за опору (используя игрушки)

5. После того, как ребенок научился стоять, учите его передвигаться, держась за мебель, используя любимые игрушки и другие подходящие «приманки». Расставьте предметы мебели в комнатах на небольшом расстоянии друг от друга, чтобы ребенку было легче передвигаться.

6. Когда ребенок учится ходить, важно поддерживать его спереди и на уровне кистей его рук. Поддержка сзади под мышки приводит к неправильной осанке.

7. Поставьте ребенка спиной к стене. Протяните ему какой-либо предмет. Когда он схватится за предмет, потяните за него, побуждая двигаться вперед. Для этой цели идеально подходит обруч



Как играть с ребенком в возрасте от 1 до 2 лет

После того, как ребенок научился ходить, дальнейшее физическое развитие тесно связано с развитием чувства равновесия:

- посадите ребенка в большую картонную коробку и возите по комнате в разных направлениях, чтобы ему приходилось сохранять равновесие при движении;

- учите перешагивать через невысокие препятствия: стену из кубиков, доску, дверной порог, веревку, палку и т.п.;

- позволяйте ходить по узкой доске, скамейке, парапету на улице;

- учите ребенка играть в мяч: бросать его и ловить, забрасывать в коробку или корзину, пинать ногой;

- научите прыгать на батуте, подойдет маленький батут с поручнем, за который ребенок будет держаться во время прыжков;

- дайте ребенку возможность и повод учиться бегать в безопасной обстановке: играйте с ним в догонялки и другие игры с передвижением.

Создайте собственную детскую площадку. Если позволяют условия, после обеда превращайте комнату в удобное и безопасное место для игр, где можно забираться на диваны, проползать по «тоннелям», прыгивать с низких столиков, кувыряться в подушках, забираться в коробки и под стулья.



Как играть с ребенком в возрасте от 2 до 3 лет

Ребенок познает пространство по мере того, как сам им овладевает:

- учите ребенка стоять на одной ноге;

- ходите с ребенком в бассейн, там он может выполнять различные движения: ходить, бегать, бросать мяч, плескаться водой, играть с надувными игрушками. В воде сохранять равновесие труднее, чем на суше, так что это очень хорошее упражнение.

- играйте в игры, где требуется бить по мячу ногой: забивать гол в ворота, передавать мяч друг другу, обходить препятствия;

- играйте в прятки и побуждайте ребенка прятаться в тесном, ограниченном пространстве;

- поощряйте выполнять акробатические упражнения: кувырки, «мостик», «березка» и т.п.

Благодаря развитию восприятия пространства ребенок учится обходить предметы, верно оценивать их размеры, высоту поверхности, откуда можно без опасности для себя спрыгнуть, и т.п.

- играйте с обручами, они очень полезны для развития восприятия пространства. Надев обруч на ребенка, научите его выбираться из обруча или стаскивать его с себя.

- во время игры объясните ребенку, где он сейчас находится и что делает, используя пространственные предлоги: «на горке», «под креслом», «через обруч»;

- играйте в игры, развивающие ощущения собственного тела, например, попросите сделаться маленьким, как мышка, большим, как дом, изобразить звезду и т.д.

- поиграйте в игру «Делай, как я». Пусть он вслед за вами скрестит руки, похлопает и помашет ими, дотронется локтем до колена. Все это можно сопровождать песенками, подходящими по ритму;

- учите ребенка осваивать средства передвижения (велосипед, ролики, коньки, лыжи и т.п.).

Все дети растут и развиваются по-разному. Замедленный рост или развитие могут являться следствием недостаточного питания, слабого здоровья, хронического заболевания или других, более серьезных причин. Родители всегда могут обсудить процесс развития своего ребенка с врачом, психологом, специалистом по раннему развитию.

