

Кроха

Пособие по воспитанию, обучению
и развитию детей до трех лет

*Допущено Министерством образования
Российской Федерации
в качестве
учебно-методического пособия
для дошкольных
образовательных учреждений
и семейного воспитания*

4-е издание, переработанное

Москва
«Просвещение»
2001

УДК 373
ББК 74,10
К83

Авторы: Г. Г. Григорьева, канд. пед. наук, доц. (НИРО); Н. П. Кочетова, ст. науч. сотрудник <НИРО>; Д. В. Сергеева, канд. пед. наук, доц. (НИРО); Г. В. Груба, канд. пед. наук, доц. (НИРО); Е. В. Зворыгина, канд. пед. наук» доц. <МГТГУ>; Э. П. Костина, канд. пед. наук, доц. (НИРО); О. К. Магомедова, ст. науч. сотрудник (НИРО); Е. Ф. Терентьева, канд. пед. наук, доц. (НГПУ); О. Н. Степанова, ст. воспитатель (ДОУ № 345, Нижний Новгород)

Научный редактор: Г. Г. Григорьева

Кроха: Пособие по воспитанию, обучению и развитию детей до трех лет/Г. Г. Григорьева, Н. П. Кочетова, Д. В. Сергеева и др.—4-е изд., перераб.— М.: Просвещение, 2001.— 253 с—ISBN 5-09-010873-0.

Книга, адресованная родителям и педагогам, представляет собой научно обоснованную программу и методику последовательного воспитания и развития малыша. В доступной и обстоятельной форме в ней рассказывается о том, что, как и когда нужно делать, чтобы ребенок развивался полноценно, рос здоровым, умным, самостоятельным, общительным и добрым.

УДК 373
ББК 74.10

ISBN 5-09-010873-0

© Издательство «Просвещение», 2000
© Художественное оформление.
Издательство «Просвещение», 2000
Все права защищены

Добрые детки — дому венец.
Плохие детки — дому конец.
Народная мудрость

Уважаемые мамы и папы! Бабушки и дедушки! Старшие сестренки и братишки!

Чувство радостного волнения, сопровождающее ожидание ребенка, всегда сопряжено с обеспокоенностью. Каким будет малыш, как он будет расти и развиваться, будет ли здоровым, умным, добрым, будет ли радостью для родителей или, не дай Бог, горем?

Наша книга адресована вам — всем тем, у кого в семье появился малыш. Она расскажет о том, как вырастить его здоровым, умным, добрым, самостоятельным; воспитать так, чтобы ему сравнительно легко жилось в детском саду, когда придет для этого время, а затем в школе.

В этой книге мы рассказываем и о том, как нужны вы вашему малышу. Ведь человеческое дитя рождается беспомощным, но с огромным потенциалом развития. Наиболее интенсивно оно происходит в раннем возрасте. В этот период для становления человека важен не только год, но даже месяц, неделя, день. Самое печальное, что потерн в развитии в это время невосполнимы, они не компенсируются в полной мере в последующие периоды жизни человека. А это значит, что потенциальные возможности к развитию, заложенные природой, остаются нереализованными. Примеров тому может быть множество. Как часто ребенок, учась в школе, страдает от неустойчивого внимания на уроке. Это влияет на его успеваемость, общение с учителями и сверстниками, на общее развитие ребенка. Причин плохого внимания может быть несколько, но одна из них нередко связана еще с периодом ново-рожденности. Учеными установлено, что период с 7-го по 21-й день жизни ребенка благоприятен для развития зрительного сосредоточения, которое важно для дальнейшего развития внимания. Значит, именно в это время необходимо, эмоционально общаясь с малышом, вызывать его зрительное сосредоточение на лице взрослого, на игрушке или любом другом предмете. Упустить этот момент — значит потерять возможность оптимального развития внимания у ребенка.

Как часто, любуясь красивой, ловкой работой человека, мы говорим: «Все в руках горит», а о другом: «Руки словно крюки». А истоки, корни ручной умелости также закладываются в раннем детстве, когда у малыша развиваются элементарные действия с предметами, игрушками. Не разжалась вовремя ладошка у малыша, не позаботились взрослые о том, чтобы ребенок мог захватывать, ощупывать игрушки, действовать с предметами — не разовьется кисть руки в полной мере, и это обязательно скажется на успехах человека в любой практической и познавательной деятельности.

Раннее и своевременное развитие кисти и пальцев руки уже на первом-втором году жизни существенным образом влияет на развитие речи, мышления ребенка, а значит, и коммуникативности, легкости вхождения в сообщество детей и взрослых.

Оказывается, от того, когда, как и какие условия мы создадим, чтобы малыш научился переворачиваться с живота на спинку и наоборот, ползать прежде, чем начнет ходить, чтобы он научился сам садиться, зависит не только здоровье, физическое развитие крохи, но и эмоциональное, интеллектуальное развитие.

Вырастет ли из вашего ребенка личность, способная к самореализации, к самосовершенствованию, к достойной жизни в обществе — в большой степени зависит уже от этих первых лет жизни.

Младенческий, ранний возраст — наиболее ответственный период в жизни человека, в это время закладывается фундамент будущей личности, продолжают формироваться основы физического и психического здоровья...

Очень жаль, если об этих и других фактах родители узнают поздно, когда ребенок уже вырос.

Читайте нашу книгу всей семьей. Очень важно, чтобы все вы были едины в понимании особенностей развития вашего малыша, первоочередных задач и методов его воспитания. Мы уверены, что семейное чтение книги и совместная работа по воспитанию ребенка еще больше объединят и сдружат вашу семью, наполнят жизнь содержательным и радостным общением, в центре которого будет ваш чудесный малыш. Загляните в оглавление книги... кроха приглашает вас к разумному и полезному общению с ним.

Слово к педагогам, которые будут читать эту книгу

Появившаяся в последние годы возможность воспитания ребенка раннего возраста до трех лет в семье — огромное благо для малыша. Только в условиях индивидуального общения крохи с близкими людьми возможно полное удовлетворение его основных потребностей: безопасности, благополучия, свободы и на этой основе сохранение физического и психического здоровья, становление полноценной личности. Поэтому на ранних ступенях жизни ребенка семейное воспитание должно быть приоритетным.

Потери в развитии ребенка в это время невозможны, и это накладывает огромную ответственность на родителей. Поэтому, чтобы обеспечить своевременное и полноценное развитие ребенка, родителям и другим членам семьи важно знать общие закономерности этого процесса. И с учетом его особенностей создать такие условия для развития малыша, которые помогли бы ему гармонично войти в мир и реализовать потенциал, заложенный в нем природой и собственной программой развития.

Однако многие родители чувствуют себя беспомощными в общении с малышом. Более того, во многих семьях и не подозревают о необходимости раннего воспитания ребенка и относятся к этому без должного внимания.

Цель нашей книга — помочь родителям осознать самоценность и особую значимость раннего периода в жизни человека; убедить их в необходимости воспитывать дитя с учетом знания общих закономерностей развития и природной индивидуальности ребенка; оказать помощь в понимании собственного ребенка, в поиске и выборе адекватных путей, средств, методов воспитания малыша. Книга составлена на основе достижений отечественной и в определенной степени зарубежной психолого-педагогической науки.

В чем принципиальное отличие ее от популярной литературы для родителей на эту тему?

Во-первых, в ее программности. Впервые подготовлена для родителей программа воспитания ребенка от рождения до трех лет, в которой раскрываются общие закономерности развития человека в раннем возрасте и четко обозначено *что, как, когда и почему* надо делать с малышом, чтобы обеспечить его полноценное развитие. Программы воспитания и развития ребенка представлены в диалектическом единстве и взаимосвязи. При этом подчеркивается ориентировочный характер их содержания и необходимость учета индивидуальных темпов, уровня и направленности развития малыша.

Во-вторых, с учетом адресата программы (родители и другие члены семьи, не имеющие педагогического образования) научный материал излагается по возможности в доступной, популярной форме, близкой к живому диалогу. В этом своеобразном диалоге с первых страниц как бы участвует и сам ребенок. Об этом свидетельствуют и названия глав и параграфов книги.

Отсутствием педагогической подготовки родителей объясняется введение в книгу особых пояснений, обоснований материала, нехарактерное для традиционных программ, рассчитанных на педагога.

При разработке программы были учтены также «Рекомендации по экспертизе образовательных программ для дошкольных образовательных учреждений Российской Федерации» Министерства образования РФ № 19—15/46 от 24.04.95 г. Обусловлено это тем, что коллектив разработчиков рассматривает данную программу в контексте решения проблемы непрерывного образования и необходимости реализации идей преемственности в воспитании и обучении детей преддошкольного и дошкольного возраста. Следовательно, выполнение этой программы в семье будет способствовать благополучному дальнейшему развитию ребенка в условиях семейного и общественного воспитания в дошкольном учреждении, а затем и в школе.

На каких принципах строилась данная программа?

Принцип системности. Книга представляет собой систематизированное изложение основных проблем педагогики раннего возраста. В основу систематизации материала положены идеи развития личности ребенка. Это нашло отражение в формулировке соответствующей цели, конкретизации задач, в отборе адекватных им содержания и методов воспитания. Одним из критериев развития ребенка являются личностные новообразования.

Идея личностного развития детей представлена в таком комплексе в каждом возрастном периоде. При этом установлены преемственные связи (в задачах, содержании, методах воспитания) между разными возрастными периодами (вертикальные связи) и в пределах одного возраста между разными сферами и видами деятельности (горизонтальные связи). Установление таких связей обеспечивает целостность программы.

Идея развития личности, как основная ведущая идея, рассматривается в единстве и взаимосвязи с физическим и общим психическим развитием ребенка, что также отражено в задачах, содержании и методических рекомендациях данной программы. Поэтому выделены и ведущие линии развития ребенка на разных возрастных этапах, особенно детально это представлено в первый год жизни (в 3, 6, 9 месяцев и т. д.). Это является дополнительным системообразующим началом в содержании программы.

Авторы попытались раскрыть развитие большинства видов деятельности в онтогенезе (от рождения до трех лет) с попутным изложением педагогических рекомендаций, направленных на формирование деятельности и развитие малыша в ее условиях.

Принцип деятельностного подхода реализован:

- в принятии возрастной периодизации развития детей, в основе которой анализ социальной ситуации развития ребенка и соответствующего ей ведущего вида деятельности (Д. Б. Эльконин» А. Н. Леонтьев);
- в реализации идеи главенствующей роли деятельности в развитии ребенка, особенно ведущего ее вида;
- в характеристике общения и предметной деятельности как ведущих в раннем детстве;
- в раскрытии своеобразия разных видов деятельности детей раннего возраста и определяемых ими возможностей развития малышей;
- в определении и реализации задачи формирования деятельности как одной из основных в системе воспитания ребенка;

- в установлении взаимосвязи между разными видами деятельности в решении одних и тех же задач воспитания малыша;
- в трактовке педагогической деятельности взрослых как основного условия амплификации (А. В. Запорожец) развития ребенка в разных видах деятельности;

А в признании в качестве ведущей тенденции развитие субъект-субъектных отношений в деятельностном взаимодействии ребенка и взрослого.

Одним из следствий применения вышеназванных методологических принципов является комплексный характер программы.

Ориентируясь на требования к программному обеспечению сферы образования, авторы особое внимание в программе обращают на развитие у детей зачатков любознательности, самостоятельности» активности» инициативы. Без этих качеств невозможно развитие творческих способностей ребенка, развитие его личности. Творчество — это одно из стержневых качеств личности, являющееся частью общечеловеческих ценностей. Начало его развития надо искать в раннем детстве.

Программа состоит из четырех глав. Впервые в нее включен материал, посвященный предродовой педагогике (первая глава).

Вторая глава — «Как я буду расти и развиваться» содержит характеристику особенностей физического, психического, личностного развития ребенка от рождения до трех лет и условий, в которых оно происходит.

Третья глава — «Гуленька» представляет программу воспитания и развития детей первого года жизни. Периодизация ее традиционна и оформлена в виде параграфов. Особо выделен первый месяц (период новорожденности) как наиболее трудный для родителей. В материалах по следующим периодам развития малыша отражены многообразные системные связи и по горизонтали и по вертикали. Это позволяет родителям видеть и реализовывать целостное развитие малыша.

В четвертой главе — «Я сам» предложена программа воспитания и развития ребенка второго и третьего года по видам деятельности. Так легче проследить основные этапы развития малыша и реализовать их цели и задачи.

В конце каждого параграфа и главы книги кратко излагаются и выделяются шрифтом основные положения программы воспитания и развития.

Книга снабжена приложением: таблицами, иллюстрирующими уровни развития и достижения детей в каждом возрастном периоде, которые предлагаются как примерные ориентиры для родителей при оценке развития своего малыша.

Думаем, что книга будет полезна не только родителям, но и работникам детских дошкольных учреждений как для непосредственной работы с детьми в группах раннего возраста, так и для бесед с родителями детей, посещающих группы раннего возраста в дошкольных учреждениях.

Кроме того, программа может быть использована для работы с семьей в микрорайоне, в рамках структур типа «Школа для родителей», центр «Семья и дети», «Материнская школа» и т. п.

Глава I. Мы ждем тебя, малыш!

1. Я уже живу

(Развитие и воспитание ребенка до рождения)

Статистические данные, приведенные в одном из выступлений члена комитета Госдумы по делам женщин Л. Швеца, свидетельствуют о том, что в России более 80% детей рождаются с отклонениями в развитии. Смертность в младенческом возрасте в последнее время увеличилась в 2—3 раза. Причина кроется не только в экологическом и социальном неблагополучии нашего общества, но и в медицинской и педагогической безграмотности будущих и настоящих родителей.

Медики утверждают, что если бы родители планировали рождение ребенка, знали, как вести себя до зачатия и в период вынашивания младенца, то количество хронически больных детей намного бы сократилось. Но, к сожалению, первая встреча будущей мамы с врачом женской консультации происходит, как правило, для констатации факта беременности. Известные специалисты в этой области (М. Аршавский, А. Петровская) советуют женщинам сделать первый визит в консультацию уже при возникновении желания иметь ребенка, для того чтобы убедиться, что она, будущая мама, вполне здорова и может выносить здорового ребенка. Насколько это важно? Беременность, хотя и является нормальным физиологическим состоянием женщины, оказывает большую физическую и психическую нагрузку на организм, а если женщина больна, то ее организму приходится нести двойную нагрузку: бороться с болезнью и вынашивать ребенка. От болезни мамы страдает и ребенок. Он недополучает необходимый ему кислород или другие вещества, что может отрицательно сказаться на его развитии, темпы которого в этот период самые стремительные. В несколько недель, месяцев формируются тончайшие структуры организма, которые закладываются на генном уровне на всю жизнь. И если хоть один «кирпичик» этой структуры выпадает или будет заложен неправильно, в организме младенца навсегда останется патология, которая скажется в детстве или значительно позднее каким-либо заболеванием или отклонением в развитии.

Вот почему рождение ребенка не должно быть случайным событием. Это ответственное решение, и каждая будущая мама еще задолго до зачатия ребенка должна пройти диспансеризацию, обратиться к своему лечащему врачу и гинекологу. Обязательно следует определить резус-принадлежность свою и мужа, сдать кровь на реакцию Вассермана и СПИД, Постараться отказаться от вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики и т. п.). Как известно, эти факторы губительно влияют на развитие высокочувствительных клеток и структур плода. Младенец начинает «бороться» с ними, рождается слабеньким, плохо приспособленным к жизни, с низкими защитными функциями. Родителям дорого придется расплачиваться за свое безграмотное поведение: тратить силы на лечение ребенка, на хождение по специалистам, проводить бессонные ночи... А всего этого

можно избежать, подготовив задолго свой организм к благополучному формированию младенца.

Итак, будущая мама готова к важному моменту — зачатию ребенка. И великое чудо свершилось — произошло слияние гамет (мужской и женской половых клеток). Это начало образования нового организма. Сорок недель мама будет носить под своим сердцем еще не рожденное, но уже существующее дитя. Эти месяцы неразрывной связи младенца с матерью очень важны для его здоровья и нормального развития. Каким он появится на свет — здоровым, крепким, сильным или слабеньким, с отклонениями в развитии, — во многом будет зависеть от поведения мамы, ее настроения, самочувствия, от ее знаний, как разумно организовать свою жизнь в период внутриутробного развития младенца.

Что же необходимо знать маме в этот период и как себя вести?

В конце XX столетия возникла наука «внутриутробная педагогика». Опираясь на знания закономерностей внутриутробного развития ребенка, она сформулировала основные правила поведения беременной женщины. Чтобы следовать этим правилам, мама должна знать, как происходит развитие ее еще не родившегося ребенка.

Первые три месяца внутриутробного развития ребенка имеют, по мнению медиков, решающее значение для его будущего. Именно в этот период, уже на 20-й день, в глубине крохотного зародыша (4 мм) начинает мерцать красная точка. С этого времени в организме женщины будут биться два сердца. Одновременно начинает формироваться вегетативная нервная система и головной мозг. В конце первого месяца формируются все отделы головного мозга. Кстати, он растет очень быстро: в 2 месяца его вес 2 г, в 5 месяцев — 20—24 г, в 7 месяцев — 120 г, в 9 месяцев — 290 — 305 г. С одной стороны, мозг младенца формируется по наследственной генетической программе, а с другой — благодаря той информации, которая поступает из внешней среды, трансформируясь через тело матери, через ее органы чувств, на органы чувств ребенка.

В настоящее время установлено, что, меняя продолжительность и концентрацию информационного потока, можно регулировать (ускорять, замедлять и даже прекращать) формирование нейронных структур мозга. В этот период маме очень важно получать позитивную информацию от общения с природой, музыкой, живописью.

На втором месяце внутриутробного развития происходит дифференциация всех основных систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной и т. д.). Нервная система ребенка начинает функционировать очень рано. Об этом свидетельствуют первые хаотичные движения младенца ручками и ножками, которых мама пока не ощущает. Ребенок может сжимать кулачки, поворачивать головку. Эти первые движения положительно влияют на развитие нервной системы. В это же время у ребенка начинают функционировать органы равновесия — вестибулярный аппарат, который фиксирует не только положение ребенка, но и все движения матери. Мама ходит, ложится, сидит, наклоняется, ускоряет или замедляет движения — все это воспринимается вестибулярным аппаратом и специальными нервными датчиками, расположенными в суставах и мышцах ребенка. Мозг перерабатывает поступающую информацию и подает соответствующую команду мышцам.

На третьем месяце завершается формирование желудочно-кишечного тракта. Ребенок уже может глотать, пробует сосать свой пальчик. Формируется голосообразующий аппарат, развиваются печень, почки, формируются лимфоузлы. Сердце младенца прослушивается более четко. Оно усердно трудится, совершая 130—150 ударов в минуту.

По мере развития сердечно-сосудистой системы сердце ребенка начинает работать более экономично и к концу беременности делает 120—140 ударов в минуту,

В конце третьего месяца мама может узнать с помощью ультразвукового исследования, как развивается ее малыш и кто родится — мальчик или девочка. Но нельзя забывать, что пол ребенка уже определен в период зачатия и полностью зависит от папы.

На четвертом месяце внутриутробного развития практически завершается формирование всех основных органов. Далее они будут расти, совершенствоваться. В этот период интенсивно формируется самый сложный и необходимый человеку орган — кора головного мозга, серое вещество которой делает человека человеком. Все системы организма ребенка начинают работать примерно так же, как и у взрослого человека. Красный костный мозг вырабатывает кровь. В это время можно определить ее группу и резус-фактор. О том, что кишечник работает, свидетельствует его первое содержимое. Почки начинают выделять мочу в околоплодные воды. Увеличивается вес ребенка, к концу четвертого месяца беременности он весит около 200 г.

Кожа ребенка практически готова к приему информации. С этого времени связь по информационному каналу осязание — мозг становится постоянной до конца беременности. Благодаря этой связи ребенок сотни раз в день получает разнообразные осязательные впечатления, которые очень важны для развития мозга. Кожа ребенка обладает болевой и температурной чувствительностью. Но среда, в которой он развивается, отличается устойчивостью температуры. Поэтому нервные окончания, предназначенные для восприятия температуры, получают весьма однообразную информацию и в силу этого не развиты. То же самое можно сказать и о кожной болевой чувствительности. Именно поэтому маме необходимо соблюдать температурный режим: нельзя ни перегреваться, ни переохладиться, излишне долго находиться на открытом солнце.

На пятом месяце ребенок начинает подавать явные признаки своего существования. Мама ощущает первые толчки младенца. Движения его перестают быть беспорядочными, хаотичными и все больше и больше становятся реакцией на внутреннее состояние, которое во многом зависит от мамы. Следует помнить, что причины усиления двигательной активности младенца могут быть разными: недостаток кислорода, каких-либо питательных веществ или поступление вредных (алкоголь, никотин и др.), отрицательное эмоциональное состояние мамы.

Причины повышенной двигательной активности могут быть связаны и с положительными эмоциями: радостью, восторгом, которые испытывает мать. Учитывая это, маме следует быть более ровной в своем поведении, избегать крайних эмоциональных состояний. В то же время нельзя забывать, что своими усиленными движениями ребенок как бы защищает себя от отрицательных воздействий, тем самым реализуя функцию самосохранения. Стоит маме выйти на прогулку, заняться

домашними делами, как ее собственному организму потребуется больше кислорода. Ребенок тоже начинает испытывать недостаток в нем- Это заставляет его активно двигаться, при этом сердце сильнее сокращается, кровь быстрее протекает по сосудам и насыщается кислородом. На помощь сердцу приходит и дыхательная система: грудная клетка расширяется, в ней образуется отрицательное давление, и приток крови повышается. Скелетные мышцы тоже участвуют в восстановлении кислородного равновесия. Напрягаясь, они создают определенную позу ребенка, которая помогает поддерживать кислород на нужном уровне.

Как видим, ребенок тесно связан с организмом матери, от него он получает питательные вещества и кислород. Но природа все мудро предусмотрела, и ребенок получает необходимые ему вещества ограниченно. Еще до своего появления на свет он должен добывать «хлеб насущный» собственным трудом. Так, если мама испытывает физическую нагрузку, это заставляет ребенка двигаться, быть активным, что способствует правильному развитию сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной и нервной систем, которые обеспечивают будущее здоровье человеку. Необходим ли маме, ждущей ребенка, полный покой? Очевидно, совет поменьше напрягаться будет неправильным. Мама должна двигаться в пределах разумного. Ей не следует впадать в крайности, так как чрезмерная нагрузка может привести к значительной нехватке кислорода, а это, как мы уже отметили, вредно для младенца. Мама должна знать, что не все движения ей полезны. Так, нельзя резко наклоняться, поднимать руки вверх (вытягивание), переносить тяжести, быстро и резко выходить из ванны, кататься на коньках, велосипеде, заниматься греблей и т. д. Полезна специальная гимнастика, но прежде чем делать ее, надо посоветоваться с врачом.

На шестом месяце интенсивно развиваются кости и мышцы ребенка, В этот период резко увеличивается потребность младенца с кальции. Мама должка знать, что, если в ее организме не будет достаточного количества свободного кальция, прежде всего пострадают ее зубы, так как кальций из тканей зубов будет поступать ребенку, «За каждого ребенка три зуба отдай»,— гласит народная поговорка. Но зачем такие жертвы? Лучше позаботиться о том, чтобы в организм в достатке поступал кальций с продуктами питания (творог, рыба и т. д.). О недостатке кальция в организме могут свидетельствовать судороги в ногах.

В этот период идет дальнейшее развитие мозга ребенка. На нем появляются борозды и извилины. Функционируют все внутренние органы ребенка — печень, селезенка, пищеварительная и нервная системы. Не до конца развитыми остаются пока легкие, но именно в этот период ребенок совершает первые «дыхательные упражнения». Получая от матери кислород с током крови, малыш сам не дышит, а лишь делает дыхательные движения, которые происходят под руководством дыхательного центра в головном мозге. Нормальное формирование этого центра напрямую зависит от образа жизни мамы. Вот почему ей нужно гулять, дышать свежим воздухом и не допускать в свой организм никотин, алкоголь, вредные испарения лаков, красок. Все близкие должны позаботиться об этом! Нередко домашние торопятся до рождения ребенка сделать ремонт квартиры, при этом забывая, что испарения лаков и красок губительны для еще не родившегося, но уже активно живущего маленького человека. Возможно, именно поэтому ребенок после рождения будет мучиться от бронхита, астмы, аллергии и т. п. Как видим, о здоровье малыша следует заботиться заранее.

По наблюдению ученых, не рожденный еще ребенок уже умеет спать, и отдых его длится от 18 до 20 часов. Во время бодрствования он двигается, прислушивается, делает глотательные движения, пробует дышать.

На седьмом месяце органы слуха ребенка воспринимают не только сердцебиение мамы, но и звуки внешнего мира. Спокойное сердцебиение мамы — самая лучшая для него музыка. Так, в качестве эксперимента в палате новорожденных детей включали запись тревожно и спокойно бьющегося сердца человека и обнаружили, что при звуке тревожно бьющегося сердца дети просыпаются, плачут, а спокойно бьющегося — продолжают спать. Это подтверждает, что ребенок еще до своего появления на свет по-разному реагирует на состояние мамы, на ее поведение. *Поэтому ей следует меньше волноваться, раздражаться. Все это не нравится малышу. Помочь сохранить матери хорошее настроение, оградить ее от стрессов — долг всех окружающих, особенно папы.* Малыш слышит не только сердцебиение мамы, но также ее голос, голос папы, звуки музыки. Постарайтесь как можно больше общаться с ребенком, говорить ему ласковые слова, петь песни, включать мелодичную музыку. Лучше всего ребенок реагирует, как показывают эксперименты, на классическую музыку, колыбельные песни. Побольше общайтесь с природой, со всем, что вызывает положительные эмоции.

Кстати, устанавливать эмоциональный контакт, общаться с ребенком рекомендуется уже в первые месяцы беременности. Нидерландский ученый, создатель методики общения с младенцем в период внутриутробного развития Франс Вельдмон считает, что такой ранний эмоциональный контакт помогает установить крепкую эмоциональную связь с ребенком до родов. Это дает возможность младенцу чувствовать себя во чреве матери безопасно и комфортно. Ничего необычного в этом общении нет. Оно должно быть простым, естественным, теплым, желанным и выражаться в простом поглаживании живота, легком ритмичном постукивании по нему, в разговорах с малышом. Хорошо, когда с ребенком общается не только мама, но и папа. В этом случае ребенок быстрее установит с ним эмоциональный контакт после рождения. Ученые утверждают, что общение с ребенком до рождения улучшает отношения между ним и родителями, делает его более контактным, общительным, уверенным в себе. Важно не упустить время и начать общаться с младенцем с первых недель его существования. Однако нельзя превращать естественное общение в тренинг. Помните: это может принести не пользу, а вред!

В конце беременности (восьмой-девятый месяцы) ребенок продолжает расти, совершенствуются все его внутренние системы, органы. Он готовится к появлению на свет. Очень скоро родители с ним встретятся! А пока они готовятся к этой встрече, маме следует соблюдать правильный режим дня: спать не менее 8—9 часов, а днем тоже стараться отдохнуть 1,5—2 часа. Это полезно также и ребенку. Необходимо продолжать закаливать свой организм, принимать воздушные ванны, которые повышают тонус организма, а также больше гулять. Причем гулять надо несколько раз в день, в общей сложности не менее 2—3 часов и, разумеется, не по загазованным дорогам, а вдали от них. Нужно стараться меньше бывать в местах скопления людей, чтобы избежать инфекционных заболеваний. Эти правила следует соблюдать на протяжении всей беременности. Маме можно принимать солнечные

ванны, но только по разрешению врача. Важно помнить, что ультрафиолетовые лучи, преобладающие в солнечном излучении между 8—11, а также 17—19 часами, очень полезны: они способствуют лучшему усвоению витаминов, благоприятно влияют на формирование костей ребенка, задерживая в организме матери фосфор и кальций.

Не менее важно обеспечить правильное питание, от которого зависит нормальное развитие ребенка. В начале беременности режим питания может оставаться обычным, привычным для женщины. Пища должна быть разнообразной, вкусно приготовленной, богатой витаминами. В первые месяцы рекомендуется питаться не менее четырех раз в день. Во второй половине беременности необходимо перейти на шестиразовое питание. В этот период увеличивается потребность в белке (мясо, рыба, яйца, молочные продукты, бобы, рис, гречка). Мясные и рыбные бульоны во второй половине беременности лучше заменить молочно-растительными продуктами. Необходимо ограничить употребление углеводов, так как это может привести к увеличению массы тела ребенка, что затруднит роды. По мере развития беременности все органы женщины испытывают большую нагрузку. В это время жидкость легко задерживается в тканях, что приводит к отекам. Поэтому советуем ограничить прием соленой и острой пищи и не нарушать питьевой режим. Не следует пить более 0,8—1 литра жидкости в день.

Очень важно правильно одеваться во время вынашивания ребенка. Одежда должна быть свободной и соответствовать сезону. Особенно следует позаботиться о нижнем белье. Бюстгальтер должен хорошо поддерживать грудь, но ни в коем случае не быть слишком узким и не сдавливать ее. В специальных магазинах или аптеках продают белье, предназначенное для беременных. Оно очень удобно: «растет» вместе с ребенком. От удобной одежды зависит хорошее настроение мамы, а оно так необходимо для правильного развития малыша.

Итак, чтобы младенец развивался правильно и родился здоровым, советуем мамам: своевременно позаботиться о своем здоровье, отказаться от вредных привычек, оберегать себя от неблагоприятных воздействий окружающей среды; правильно питаться, достаточно двигаться на свежем воздухе; обогащаться впечатлениями от природы, живописи, музыки; общаться со своим младенцем с первых месяцев беременности, разговаривать с ним, петь песни, слушать вместе с ним музыку и т. п.

2. Слово к отцу¹

«Должность» отца может и должна доставлять ощущение радости и удовлетворения. От отца во многом зависит счастье матери и счастливое, радостное детство ребенка. Но что это значит — быть хорошим отцом? Это значит, что сначала надо быть хорошим мужем.

Будущие папы! Положительный эмоциональный настрой матери оказывает благотворное влияние на развитие младенца. Состояние вашего малыша зависит от вас. Поэтому позаботьтесь о своей беременной жене, проявите к ней особую чуткость и внимание; подбадривайте ее в минуты недомоганий, тревог; пошутите в

¹ При написании этого материала использована книга опытного американского педагога А. Сейпга «Счастье вашего ребенка».

подходящий момент и поговорите о серьезном, когда она в этом нуждается; ходите с ней на прогулки, в кино и театр. Вместе с ней мечтайте о том, каким здоровым, умным и добрым родится ваш малыш, на кого он будет похож.

Женщина во время беременности бывает иногда растерянна: ее одолевает смутная тревога, появляется слезливость. Не спрашивайте ее: «Что с тобой? Почему ты такая?», не раздражайтесь. Проявите внимание» отвлеките от тревожных мыслей, предложите прогулку, посещение друзей или просто займитесь тем, чем она пожелает, а домашние заботы переложите на себя. Будьте таким, чтобы женщина почувствовала: она защищена, она может опереться на вас.

Еще до рождения ребенка вы можете приступить к изготовлению некоторых пособий, приспособлений, игрушек для будущих занятий с малышом. Надеемся, вы читаете эту книгу вместе с женой и отнесетесь со вниманием к нашим рекомендациям. Если жена видит ваши активные приготовления к будущим занятиям с малышом, ее настроение поднимается, тревоги отступают...

Помните, что вы очень нужны вашему ребенку: вы играете в его жизни исключительно важную роль. Только отец может дать детям многое из того, что совершенно необходимо для их правильного развития. В ранний период жизни ребенка это не так очевидно. Новорожденный приносит с собой перемену в привычном укладе жизни семьи: он мешает спать по ночам, требует неустанной заботы матери, нередко доводя ее до полного изнеможения. Без сомнения, и вам, как отцу, с момента появления первого ребенка тоже приходится привыкать к новому образу жизни и новым обязанностям; причем это означает для вас не только увеличение ответственности и нарушение привычек, но и вызывает чувство удовлетворения.

Молодым отцам нередко кажется, что в первые недели жизни ребенка они могут принести очень мало пользы. Бесспорно, большая часть забот о новорожденном ложится на плечи матери. Однако и в эти первые дни молодой маме необходима ваша помощь и поддержка. Ей нужно приспособиться физически и эмоционально к новому образу жизни. Если вы разделите ее заботы, отнесетесь к ней с нежностью и вниманием в минуту усталости, это принесет пользу и ребенку. Ибо только тогда, когда мать находится в спокойном и бодром душевном состоянии, она может проявить должное внимание и любовь и создать атмосферу спокойствия и уверенности, которые нужны ребенку не меньше, чем хороший уход. Вы можете взять на себя некоторую часть домашней работы, которую ваша жена не успевает выполнить. Помните, что как раз в то время, когда молодая мама еще чувствует себя физически неокрепшей, ей приходится привыкать к нелегким и новым обязанностям по уходу за новорожденным; купать его, кормить, сочетая заботу о нем с остальными домашними делами. Все, что вы сделаете для уменьшения ее усталости и создания спокойной обстановки, поможет вам троим успешно начать общую жизнь.

Итак, говоря о роли отца в воспитании детей, подчеркиваем значение распределения обязанностей: необходимо тщательно продумать весь домашний уклад так, чтобы в семье существовало определенное равновесие сил. Теперь, придя с работы, вам следует взять на себя заботу о малыше.

Сколько удовольствия может доставить вам вечернее купание младенца! Возьмите на себя эту ежедневную процедуру. Некоторые отцы боятся брать

грудных детей на руки из опасения, что могут по неловкости ушибить или даже уронить ребенка.

Не бойтесь! Возьмите это хрупкое тельце в свои сильные руки, и вы почувствуете в своем сердце особый прилив тепла и нежности. И он, ваш малыш, будьте уверены, тоже это почувствует. Вы скоро научитесь надежно держать его. И вот вы кладете малыша в теплую ванночку: ваша левая рука поддерживает головку ребенка и шейный отдел позвоночника. Головка ребенка прочно ложится на конец предплечья (у основания ладони) вашей левой руки. Правой рукой вы обмываете ребенка. Разговаривайте с ним тихонько, ласково. Заметьте, как он сначала весь сжимается от прикосновения воды, а затем расслабляется от тепла. Ему нравится купание. Пройдет 3—4 месяца, и малыш становится активным, и вам с ним интереснее: он шлепает руками и ногами по воде, летят брызги, малыш взвизгивает, смеется. А затем он уже сидит, играет игрушками. С каждым разом, купая, играя, вы замечаете в нем что-то новое и с каждым разом отмечаете, что вам хочется пообщаться с малышом, что вы скучаете, если из-за дел на работе приходится задержаться. Вы стремитесь к своему малышу — вы становитесь отцом! Скоро и ребенок научится любить вас. Привыкнув, что отец купает его, кормит с ложечки, играет с ним, он чувствует себя в надежных руках, как бы понимая, что отец и мать одинаково его любят. Ведь мы уже говорили, как важно создать у ребенка чувство уверенности, окружая его постоянной любовью и вниманием.

Грудкой ребенок с удовольствием переходит из рук матери в руки отца, а иной раз и охотнее идет к нему. Однако не удивляйтесь и не огорчайтесь, если через некоторое время ребенок откажется идти к вам. Он даже может заплакать, когда вы его возьмете на руки. Вы недоумеваете, почему вдруг испортились ваши дружеские отношения. Не тревожьтесь. Это только свидетельство того, что ребенок растет и развивается. Он начинает понимать, что кругом существуют различные люди; его нежелание идти к вам — может быть, первое проявление сознания, что вы отличаетесь от матери, которая служит для него источником всех благ. Некоторое время малыш может признавать только ее одну, не обращая на вас никакого внимания. Это также свидетельство того, что он перешел на новую ступень развития. Вы не успеете оглянуться, как снова станете друзьями.

Отец и мать одинаково нужны своим детям. Когда они подрастают, родителям приходится сталкиваться со многими новыми для них явлениями. Перед отцом стоит большая ответственная задача — помочь детям подготовиться к вступлению в жизнь. Как мальчики, так и девочки нуждаются в мужской руке для правильного воспитания.

Отец является для детей воплощением силы и жизненного опыта, в чем-то отличающегося от материнского. Это убеждение, что отец все знает и все может, — очень важный элемент для создания у детей чувства уверенности в себе. Начиная с самого раннего возраста вы должны добиваться, чтобы у детей была вера в родителей, — это облегчит им путь через детство и юность к зрелым годам. Маленькие дети почти всегда убеждены во всемогуществе и непогрешимости своего отца, поэтому у него может возникнуть искушение подняться на пьедестал и принимать это простодушное поклонение. Уверяем вас, что вы недолго удержитесь на высоте, если ограничитесь тем, что предоставите детям только кров и пищу, но не сумеете стать их другом; если вы не относитесь к ним серьезно и искренне и редко

проводите с ними свои свободные часы. Если же с самых ранних лет своего ребенка вы любите бывать с ним, играете с ним, вместе с матерью занимаетесь его воспитанием, вам никогда не придется испытать горечь падения с пьедестала.

В наше время многие молодые отцы очень серьезно относятся к обязанностям, которые на них налагает появление ребенка. Они понимают, что должны больше работать, чтобы растущая семья имела достаточные средства. Отец знает, что в большинстве случаев именно от него зависит материальное благосостояние семьи, ее социальное положение и возможность для детей получить хорошее образование. Но — и это очень существенное «но» — не забывайте, что вы и ваша жена еще очень молоды, что вам тоже нужно иногда развлечься, побыть одним, без детей, повидать друзей, сходить в театр, на концерт, в гости. Когда появится ребенок, кое от чего вам придется отказаться, однако вовсе не следует отказываться от всего. Вы будете лучшим отцом, а из вашей жены выйдет лучшая мать, если вы по-прежнему будете совершать совместные поездки и находить время побыть друг с другом.

В современных условиях уход за грудным ребенком отнимает у матери все время, становится своего рода «профессией». Нужно ли это? Иногда имеет смысл потратить деньги на хорошую няню, которая присмотрела бы за ребенком, чтобы вы с женой имели свободное время. Если это недоступно, то может быть, кто-нибудь из родственников сможет иногда помочь вам. Но если даже вы живете вдали от родных, как это нередко бывает, всегда можно найти среди соседей другую молодую чету, которая находится в таком же положении и будет рада помочь вам.

Воспитание детей — это постоянное занятие, в котором участвуют два человека: отец и мать вместе несут ответственность за жизнь семьи. Наиболее важным моментом является именно эта общая заинтересованность и совместная деятельность на благо семьи.

3. Готовимся к встрече малыша

Гимнастика для мамы

Предстоящие роды потребуют от будущей мамы огромных физических затрат. К этому следует готовиться заранее. Постарайтесь больше гулять на свежем воздухе, особенно во вторую половину беременности. Для этого позаботьтесь об удобной обуви. При ходьбе соблюдайте ритм дыхания. Выдох должен быть длиннее, чем вдох. Напомним, что ходить надо не по загазованной дороге, а вдали от нее. Не избегайте спусков и подъемов, ходите по лестнице. При ходьбе вверх держите рот закрытым, выдыхайте медленно, сохраняя прямую осанку. В этом случае активно работает диафрагма, роль которой в обеспечении правильного развития ребенка исключительно велика.

Не отказывайтесь и от специальной гимнастики, но предварительно обязательно посоветуйтесь с врачом! Перед занятиями гимнастикой дома проветрите комнату. Одежда должна быть свободной, лучше всего надеть тренировочный костюм. Если вы начали делать гимнастику, то делайте ее каждый день хотя бы понемногу.

Вот какие упражнения рекомендует врач-генеколог Р. Равич в первой половине беременности. Цель упражнений — подготовить организм женщины к родам.

1. Лежа на коврик на полу, медленно и ритмично по очереди подтягивайте к животу согнутые в коленях ноги. Потом сделайте «велосипед» (избегайте резких движений). Затем — отдых и расслабление.

2. Лежа на полу, подтяните колени, обхватив их руками, к груди. Старайтесь раздвинуть колени в стороны. Положите руки между коленей и сжимайте колени, преодолевая сопротивление рук. Повторите несколько раз, потом расслабьтесь и спокойно подышите.

3. Встаньте прямо, вдохните, поднимитесь на носки и присядьте на корточки, опираясь руками о стул или стену, медленно выдыхая. Выдыхая, раздвиньте колени, находясь на корточках; выдыхая, соедините их. Повторите несколько раз. Потом, лежа или сидя, расслабьтесь и подышите спокойно.

4. Встаньте прямо, положите руки на бедра. Наклонитесь и проделайте медленное вращение туловищем. Расслабьтесь и спокойно подышите.

5. Встаньте на четвереньки, расставив руки и ноги. Опустите голову и выгните спину, как кошка, затем поднимите голову и прогнитесь, как собачка, приподняв верху ягодицы. Повторите несколько раз. Может быть, со стороны это выглядит не очень эстетично, зато ощущение потом очень приятное. Полежите, расслабьтесь.

6. Сядьте на пол, скрестив вытянутые ноги. Положите руки на колени и слегка давите на них, приподнимайте колени, преодолевая сопротивление рук.

7. Встаньте на четвереньки и походите вперед-назад, опираясь локтями в пол и стараясь не сдвигать колени. Лягте на пол, расслабьтесь и спокойно подышите. Можно расслабиться и не ложась на пол, а оставаясь на четвереньках: для этого положите голову на скрещенные руки и округлите спину.

А вот упражнения хатха-йоги. Их предлагают беременным на ранних сроках. Прежде чем приступить к выполнению этих упражнений, также обязательно посоветуйтесь со своим врачом. Если он не будет возражать, то в добрый час!

1. Стоя на коленях (пятки разведены в стороны), попытайтесь сесть на пол. После нескольких тренировок это получится. Йоги утверждают, что если женщина будет выполнять только это упражнение ежедневно по 5 минут, то роды пройдут безболезненно.

2. Сидя (пятки подтянуты к промежности, ступни сложены вместе), колени максимально разведите в стороны, стараясь коснуться ими пола. Выполняйте по 2—3 минуты ежедневно. Это упражнение, как и предыдущее, готовит промежность к родам.

3. Лежа на спине, вдохните и медленно поднимите ноги и таз вверх, руками поддерживайте ягодицы или поясницу. Это «полуберезка». Дышите животом, постарайтесь по возможности расслабиться, должно появиться ощущение, что промежность втянута внутрь. Выполняйте с начала беременности до тех пор, пока не станет тяжело, ежедневно по 2—3 минуты. Это упражнение препятствует застойным явлениям в нижней половине туловища. После упражнений, а также в перерыве между ними постарайтесь расслабиться и отдохнуть, лежа на полу на коврик.

Если врач не разрешит вам заниматься гимнастикой, вы можете делать упражнения на напряжение и расслабление. Например, напрячь ноги на счет до пяти, потом расслабить, потом так же напрячь и расслабить руки, плечи. С напряжением вдохните, расслабьтесь и повернитесь в другую сторону. Напрягите лоб, потом расслабьтесь, чтобы все морщинки разгладились. Эти упражнения можно делать лежа в постели. Старайтесь при этом дышать равномерно, настройтесь на то, что все будет хорошо, что малыш родится здоровым, он прекрасно развивается.

Готовимся к кормлению грудью

Перед каждой мамой стоит очень важная задача — кормление ребенка грудью. Чем тяжелее экологическая обстановка, чем труднее наша жизнь, тем важнее обеспечить младенцу самую целебную пищу — грудное молоко родной матери. Поверьте, что не будет в вашей жизни более счастливых и умиротворенных минут, чем те, которые вы проведете вместе с малышом, когда он у вашей груди набирается здоровья, сил и материнской любви. Ведь грудное вскармливание — это не только физическая пища. Оно необходимо для всей дальнейшей здоровой, эмоциональной жизни человека. Без физического контакта «кожа к коже», без эмоционального взаимодействия может развиваться синдром сиротства, который ведет в последующем к социальным и психическим отклонениям в развитии ребенка.

Чтобы грудное вскармливание ничем не затруднялось и не омрачалось, начните готовить грудь задолго до рождения ребенка. Очень часто грудное вскармливание затрудняется появлением мастита и трещин. Если вы хотите избежать этого, то подумайте о состоянии вашей груди заранее. Грудь уже в первые месяцы беременности увеличивается, становится более чувствительной, болезненной и нежной. Иногда на четвертом месяце беременности начинает выделяться молозиво — светло-желтая жидкость, содержащая исключительно ценные для ребенка вещества. Ежедневно принимайте душ, почаще обмывайте грудь холодной водой. Вложите в бюстгальтер стерильные марлевые салфетки, а лучше салфетки из холста или жесткого полотенца. Буквально с первых дней беременности ежедневно растирайте грудь сухой мочалкой или рукавичкой, сделанной из массажного полотенца. Растирайте легкими движениями по часовой стрелке, обходя родинки и соски — не менее 50 кругов по каждой груди. Соски полезно массировать (предварительно посоветовавшись с гинекологом), смазав их масляным раствором витамина А или любым п роте рил изован-ным маслом. Особенно важно массировать соски, вытягивая их от себя по часовой стрелке <тем женщинам, у которых они втянуты). После этого обмойте грудь холодной водой. Полезно иногда грудь подержать открытой.

Заранее запаситесь средствами, заживляющими трещины на сосках, если все-таки они появятся, — облепиховым маслом или маслом зверобоя, календулы. Можно масло приготовить самим. В пол-литровую банку насыпьте сухой травы (пачку), залейте любым нерафинированным растительным маслом, смесь тщательно перемешайте, закройте стерильной марлей и поставьте в кастрюлю с водой на водяную баню на полчаса на маленький огонь. Снимите с огня и оставьте настаиваться, затем уберите в темное место. Это масло вам может пригодиться для

смазывания опрелостей у ребенка, при диатезе у него. Так же можете приготовить и масло из календулы, шиповника, тысячелистника. Если маслом будете смазывать трещины на сосках, то не забудьте перед кормлением ребенка обмыть их теплой водой с мылом, а потом ополоснуть холодной водой.

Итак, дорогие мамы, вы должны упорно в течение всей беременности готовиться к кормлению грудью. Запаситесь терпением, а наградой вам будет отличное самочувствие ваше и вашего малыша-Время подумать о духовном приданом, предметах ухода и игрушках

Готовясь стать матерью, вспомните, какие вы любите стихи, песни, что помните из детской поэзии. А что сейчас пишут для детей? Несколько понравившихся книг пусть встанут на полку, потом прочтете их вместе с вашим ребенком. Все, что отберете, прочтите, запомните, продумайте.

А помните ли вы свою первую колыбельную песню? «Колыбель», «зыбка» — это нежные русские слова из мира детства. А сколько материнской нежности в песнях, потешках, прибаутках. Пойте еще не родившемуся ребенку. Он слышит свою колыбельную, он уже полюбил ее. Пойте ему и ваши любимые песни, и песни вашей семьи, песни бабушки. Пусть песня придет к малышу уже с первых дней. А если вы до рождения ребенка позаботились о создании фонотеки, то сможете наслаждаться музыкой потом вместе с ним в минуты отдыха и общения.

Отберите, пройдите, прочувствуйте маршруты своих прогулок. Скоро вы будете их делить со своим малышом. Заранее продумайте, куда будете приходиться с ним слушать музыку природы, общаться с ней. Ему, еще не родившемуся, поведать о красавице березке, сказочной липе или кусте акации. Здесь, возможно, он впервые увидит щебечущих воробушков или снегиря на заиндевелой ветке. А пока порадуйте домочадцев вашим каждодневным общением с природой, ведь вам сейчас нужно много бывать на воздухе.

Поиграйте в имена в семейном кругу. Надеемся, это поможет выбрать имя будущему ребенку.

Продумайте свой уютный домашний наряд. Ребенок запоминает и любит мамину одежду. Иногда эти воспоминания остаются с ним на всю жизнь. Продумать костюм лучше сейчас, советуясь с ним, еще не родившимся, в выборе цвета, фасона.

Готовя пеленки, распашонки, заранее решите, сколько и чего надо иметь. Не покупайте ничего лишнего. На первых порах потребуются пеленки. В магазинах они продаются разных размеров. Удобнее всего пользоваться пеленками размером 120X90 см. Тонких пеленок из хлопчатобумажной ткани должно быть около 20 штук, теплых — 10 штук. Нужны также подгузники. Их можно сделать самим. Для этого используйте мягкую старую простынную ткани Размер подгузников 60X60 см. Их должно быть не менее 20 штук. Помните, что пеленки нужны будут только первые 2—3 месяца, а затем ребенку потребуются ползунки.

Последнее время широко используются памперсы. Это удобно. Они дают ребенку возможность спокойно спать и не переохлаждаться. Но лучше их использовать в ночное время и во время прогулок. Медиками замечено, что при постоянном их применении во время бодрствования тормозится развитие саморегуляции мочеиспускания (малыш мочится в сутки 25—30 раз). Ползунки лучше всего трикотажные. Они хорошо впитывают влагу и быстро сохнут после стирки. До 2—3 месяцев ребенку потребуются распашонки тонкие (10 штук) и

теплые (5—6 штук). А после 2—3 месяцев — теплые кофточки с застежкой во всю длину. После купания ребенку обычно надевают чепчики — тонкий и теплый. Их достаточно иметь 2—3 штуки. В помещении головку ребенка надо держать открытой. Готовя детское белье, избегайте кружевных отделок, синтетических тканей. Главное, чтобы было гигиенично и удобно ребенку. При стирке белья используйте только детское мыло!

Необходимо заранее подготовить и предметы ухода за ребенком. К ним относятся ванночка, тазик, кувшин, термометры для измерения температуры тела, воды, помещения, баллончик для клизмы, пипетка, баночка с ватой, грелка, вазелиновое или подсолнечное (прокипяченное) масло, тальк, градуированные бутылочки и соски к ним.

Позаботьтесь и о помещении, где будет находиться ваш малыш. Обычно ребенку отводится самое лучшее место в квартире. Кровать надо разместить там, где больше естественного света, но не у окна и не у батареи и, конечно, не на сквозняке. Рядом с кроватью хорошо поставить столик для пеленания, проведения массажа, гимнастики и гигиенических процедур.

Первые игрушки — это яркие, звонкие погремушки. Приобретите их заранее. Пусть у игрушек будут свои имена, названия. Найдите место для их хранения. Все эти незатейливые «мелочи*» помогут вашему контакту, единению, взаимопониманию с ребенком.

Как маме вести себя во время родов

Вот уже приближаются роды. К ним вы тоже должны себя подготовить не только физически, но и психологически. Роды — это глубоко духовный процесс. Метод психопрофилактической подготовки к родам был разработан петербургским врачом А. Н. Николаевым.

Вот как он предлагает вести себя во время родов. Прежде всего, как узнать, что роды приближаются? Это определяют по следующим признакам: становится легче дышать, учащается мочеиспускание, усиливается давление на прямую кишку. За один — три дня до наступления родов отходит желатиновая пробка или кровянистый кусочек уплотненной слизи, закрывающий канал шейки матки; начинаются схватки — сокращение мускулатуры матки. Если схватки становятся регулярными — примерно через 10 минут — пора ехать в роддом. Отправляясь в роддом, все время настраивайте себя на то, что все будет в порядке, разговаривайте со своим малышом, успокаивайте его примерно следующими словами: «Мой дорогой, любимый, мы тебя ждем, все будет хорошо, скоро мы увидимся». Хорошо, если вас в роддом сопровождает отец ребенка. Он тоже подбадривает вас и малыша.

И вот вы в роддоме, схватки продолжаются, но они еще не очень интенсивные. Как вы должны себя вести? Прежде всего максимально расслабляйте мышцы своего тела, не участвующие непосредственно в процессе родов. Запомните, чем сильнее вы будете напрягаться, тем дальше продлятся роды, и, наоборот, чем больше вы расслабляетесь, тем быстрее они закончатся, легче пройдут. Итак, вы должны сосредоточиться на расслаблении! Обязательно контролируйте свое дыхание. Весь первый период родов надо дышать полной грудью. Дышите медленно и спокойно. При этом все время мысленно разговаривайте с ребенком, успокаивайте его, ведь ему сейчас очень трудно. Ваша любовь, ваше внимание

должны помочь ему. Схватки нарастают и спадают как волна. Максимально расслабляйтесь и отдыхайте между ними. Это особенно важно, когда канал шейки матки постепенно расширяется до величины, при которой головка ребенка может пройти через него. У здоровой первородящей женщины этот период длится около 9—12 часов. Так что берегите свои силы и не расходуйте их зря.

Наконец наступает следующий период: у вас появляется неудержимое желание по ту житье я. В это время вступают в действие мышцы брюшного пресса. Головка ребенка переходит в этот момент в родовой канал. В это время не тужьтесь сами. Обязательно позовите врача. Дышать теперь надо по-другому: четыре легких вдоха и резкий выдох. Выдыхать следует с силой через рот. Схватка закончилась, и вы должны максимально в этот момент расслабиться, набраться новых сил для следующей схватки. Глубоко подышите. Когда шейка матки полностью раскрывается, плодный пузырь рвется, и воды изливаются. Схватки становятся интенсивными и переходят в потуги. Потуги длятся по одной минуте и следуют друг за другом. В это время надо дышать поверхностно, неглубоко, вдох и выдох делать через рот. Интенсивность дыхания должна соответствовать силе потуг. Этот период очень сложный, трудный и длится от 5 до 10 минут.

Самой критической фазой родов для вашего ребенка является период «изгнания». Все свое внимание сосредоточьте на том, чтобы помочь ребенку. От вас потребуются в это время огромные усилия. Не напрягайтесь, а расслабляйтесь, дышите ровно. С каждой потугой головка ребенка опускается все ниже, и вот она уже появляется на свет, следом показывается плечико, потом другое, еще небольшое усилие — и ваш малыш родился! Постарайтесь отдать всю любовь, все физические силы, чтобы помочь ему, и в наш мир придет счастливый человек. «Здравствуй, малыш, мы тебя очень ждали!»

Глава II. Как я буду расти и развиваться (Особенности и условия развития ребенка раннего возраста)

1. Вот какой крепыш я буду

(Особенности физического развития ребенка до трех лет)

Не спешите перелистать страницы этого раздела, может быть, на первый взгляд сложного. Надеемся, что знания, которые вы приобретете, внимательно прочитав этот материал» помогут вам понять, как происходит развитие вашего ребенка, а самое главное – избежать ошибок в воспитании и вырастить его здоровым.

Организм ребенка, состоящий из многих органов и систем (нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной, опорно-двигательной, пищеварительной, выделительной, эндокринной), представляет собой единое целое. Это значит, что, воздействуя на отдельный орган или систему, мы всегда воздействуем на весь организм. Вот простой пример: вы стимулируете двигательную активность ребенка, создавая условия для самостоятельного ползания. Ребенок с удовольствием ползает- Мышцы его то напрягаются» то расслабляются, позвоночник прогибается. Все это способствует развитию костно-мышечной системы. Но не только. В акт движения включаются все системы и прежде всего нервная, сердечно-сосудистая, дыхательная. Они начинают усиленно работать, что способствует их развитию.

Организм ребенка тесно связан с окружающей средой, так же, как и организм взрослого. Но если у взрослого человека есть возможность довольно быстро приспособливаться к ее изменениям, то у ребенка, особенно в первые месяцы жизни, эти возможности очень ограничены. Поэтому малейшие изменения окружающей среды влекут за собой изменения в состоянии и поведении малыша. Часто родители

не могут понять, почему сытый, в сухих пеленках малыш капризничает, беспокоится. А одной из причин может быть незначительное повышение температуры воздуха в помещении. Он привык к температуре +20...22°C» а она повысилась до + 25...26°C. Это уже вызывает у него дискомфорт.

Ребенок — это не уменьшенная копия взрослого. Он отличается от взрослого прежде всего тем, что непрерывно растет и развивается. Результатом этого являются изменения в строении и работе всех органов и систем его организма. Как следствие, меняются потребности организма (в пище, движениях, сне, бодрствовании и т. д.), реакции на условия внешней среды. Физическое развитие ребенка происходит по генетически заложенной программе. Однако доказано (П. К. Анохин), что реализация этой программы будет во многом зависеть от условий жизни ребенка, его активности и деятельности. Физическое развитие, его темпы, отдельные структурные элементы физиологической системы развиваются неравномерно. Особенно быстрый темп развития наблюдается на первом году жизни. На втором и третьем годах интенсивность развития несколько снижается, но остается достаточно высокой по сравнению с последующими периодами.

Анатомо-физиологические особенности ребенка

Опорно-двигательная система ребенка состоит из костного скелета, мышц, суставов и связок. Всего у человека 206 костей и 600 мышц. От правильного развития опорно-двигательной системы зависит своевременное появление движений, формирование осанки, правильное развитие и функционирование всех внутренних органов (сердца, легких, желудка и т. д.). Овладев движениями, ребенок лучше и быстрее познает окружающий мир, у него формируются личностные качества: самостоятельность, активность, смелость, настойчивость и т. д.

Основу скелета составляет позвоночник, к которому прикреплены с помощью мышц, связок и суставов кости черепа, ребра, кости таза, рук и ног. Какие функции выполняет позвоночник? Он придает телу нужную форму, удерживает его в вертикальном положении, а жизненно важные внутренние органы — желудок, сердце, легкие, почки, печень и т. д., — на своих местах. Позвоночник состоит из позвонков, между которыми расположены прокладки (диски). Они-то и дают ему возможность двигаться в разных направлениях. Позвонки, соединяясь между собой, образуют позвоночный столб, который является хранилищем спинного мозга. От него расходится масса чувствительных и двигательных нервов во все части тела.

У новорожденного ребенка, в отличие от взрослого, позвоночник почти полностью состоит из хрящей, не имеет изгибов. Когда ребенок начинает держать голову (2—2,5 месяца), у него появляется шейный изгиб, обращенный выпуклостью вперед. Когда ребенок начинает самостоятельно садиться и сидеть (7—8 месяцев), у него появляется изгиб в грудной части позвоночника — выпуклостью назад. При ходьбе (к одному году) появляется поясничный изгиб, выпуклостью вперед. К 3—4 годам позвоночник ребенка обладает уже всеми характерными для взрослого изгибами. Но из-за эластичности костей и связок, когда ребенок лежит, изгибы выравниваются. Постоянство шейной и грудной кривизны устанавливается только к

7 годам, а поясничной — к 12, Окостенение позвоночника происходит постепенно и завершается к 20 годам.

К верхней части шейного отдела позвоночника фиксированы кости черепа. У новорожденного ребенка они пока не срослись между собой. На месте схождения двух теменных и лобной костей имеется большой родничок, на месте схождения затылочной и двух теменных костей — малый родничок. Постепенно в родничках происходит процесс окостенения, и они закрываются малый — к 3 месяцам, а большой — к 1 году — 1 году 3 месяцам. Все черепные швы срастаются только к 4 годам. Учитывая это, важно оберегать ребенка от ушибов, травм.

К позвоночнику прикрепляются ребра, которые составляют грудную клетку. Она защищает жизненно важные органы: сердце, легкие, печень и др. У новорожденного ребенка грудная клетка имеет округло-цилиндрическую форму, ребра у него, в отличие от ребер взрослого, расположены горизонтально. Это ограничивает экскурсию грудной клетки ребенка и делает его дыхание более поверхностным.

К поясничному и крестцовому отделам позвоночника прикреплены кости таза. У ребенка раннего возраста таз состоит из трех не сросшихся между собой костей: подвздошной, седалищной, лобковой. Сращивание этих костей начинается только с 5—6 лет и завершается в школьном возрасте. Эту особенность надо учитывать при занятиях физическими упражнениями. Чрезмерные нагрузки, неправильные прыжки могут привести к смещению костей таза и отрицательно сказаться на последующем развитии костно-мышечного аппарата.

Большую роль в опорно-двигательной системе имеет стопа. Она выполняет роль амортизатора при ходьбе и обеспечивает эластичность походки. Своды стопы поддерживаются мышцами. Если они слабо развиты, то вся нагрузка ложится на связки, которые, растягиваясь, уплощают стопу. У детей до 3—4 лет на подошве стопы хорошо развита жировая подушка, поэтому определить у них плоскостопие трудно, обычно оно выявляется к 5 годам. Однако в раннем возрасте надо сделать все, чтобы стопа развивалась правильно.

Для нормального формирования стопы ребенка подбирайте правильно обувь. Она должна быть с небольшим каблучком, хорошо облегать ногу. Постарайтесь своевременно стричь ногти на ногах. Давайте возможность ребенку ходить босиком по неровной поверхности, например, по песку, гальке, траве, по специальной ребристой дорожке. Во время такой ходьбы мышцы стопы испытывают дополнительное напряжение, это способствует их укреплению и правильному формированию свода стопы.

Весь костно-связочный аппарат приводится в движение мышечной системой. Сокращаясь или расслабляясь под влиянием импульсов, идущих из центральной нервной системы, мышцы выполняют работу динамического и статического характера. Динамическая работа связана с перемещением тела в пространстве, а статическая — с поддержанием тела в определенной позе. При статической работе от мышц требуется особое напряжение, что быстро утомляет ребенка. Поэтому он не может долго находиться в одной позе, например, сидеть или стоять. Даже к концу дошкольного периода дети могут удерживать позу только в течение 5—7 минут, а затем идет расслабление. Иногда взрослые сердятся на ребенка за то, что, слушая сказку, он беспрерывно вертится, двигает руками, ногами. Не сердитесь, это

естественная потребность ребенка снять утомление, которое наступает очень быстро из-за слабой выносливости нервной системы и мышц. Меняя позу, он тем самым оберегает позвоночник от искривления. Чтобы ребенок не утомлялся при слушании сказки, предложите ему попрыгать, как зайчик, побегать, как мышка, походить, как медведь. Такие задания снимут утомление и усилят восприятие ребенком сказки. При динамической работе мышцы поочередно то сокращаются, то расслабляются — это дает возможность отдыха, и ребенок дольше не утомляется. Но имейте в виду, что длительная однообразная динамическая работа, например ходьба, тоже утомляет. Поверьте вашему малышу, когда, пройдя с вами небольшое расстояние, он заявляет, что устал. Да, это так. Однообразие ходьбы его утомило.

Обратите внимание еще на одну особенность мышечной системы ребенка. У малыша тонус мышц-сгибателей преобладает над тонусом мышц-разгибателей, в то время как у взрослого между ними существует баланс. Эта особенность может способствовать формированию неправильной осанки, тем более что мышцы спины, брюшного пресса, от которых зависит осанка, у ребенка очень слабые. Необходимо совершенствовать мышечную систему с помощью массажа, гимнастики, следить, чтобы ребенок не находился длительное время в одной позе, а самое главное — предоставлять ему возможность как можно больше двигаться, обогащать свой двигательный опыт.

Итак, опорно-двигательная система ребенка отличается незавершенностью развития, которая создает предпосылки как для правильного, так и для неправильного ее формирования. Что же надо делать и чего необходимо избегать, чтобы костно-мышечная система формировалась правильно? С первых дней, как только малыш появился в вашей семье, позаботьтесь о том, чтобы ложе, на котором спит ребенок, было твердым, подушка — плоской. Одежда не должна стеснять движений. Последнее время врачи рекомендуют широкое пеленание, при котором ребенок принимает естественную, физиологичную позу с раздвинутыми бедрами. Такое пеленание необходимо потому, что у детей все чаще наблюдается дисплазия — недоразвитие тазобедренного сустава. Внешне этот дефект незаметен, но если он будет прогрессировать, то может произойти вывих тазобедренного сустава. Для широкого пеленания придуманы различные трусики, но можно вполне обойтись обыкновенной фланелевой пеленкой, свернув ее несколько раз вдоль и проложив между ножками ребенка, под подгузником. Можно в качестве подгузника использовать не маленькую пеленку, а большую. Начиная с двух месяцев надевайте ребенку ползунки. Это дает ему возможность свободного движения. Избегайте класть ребенка всегда на один бок. Не носите его только на одной руке. Это может привести к неправильному формированию костей черепа и искривлению позвоночника. Не ставьте ребенка на ножки, пока он не научится вставать сам. Не сажайте, пока малыш не научится самостоятельно садиться и сидеть. Не водите ребенка за одну руку при обучении ходьбе, следите, чтобы он не находился подолгу в одной позе. Все это поможет правильному развитию костно-мышечной системы. Обеспечьте ребенку пространство, в котором он будет ползать и ходить.

И еще» дорогие родители, не оставляйте ребенка без присмотра вне кроватки или манежа ни на одну минуту. Это может привести к травмам и непоправимым последствиям.

Сердечно-сосудистая система ребенка состоит из сердца, сосудов (артерии, вены, капилляры). Вы уже знаете, что сердце ребенка начинает биться на 20-й день после образования зародыша и продолжает работать всю жизнь без остановки, в течение суток перекачивая тысячи литров крови. Что же обеспечивает такую работоспособность? Дело в том, что сердечная мышца регулярно приходит в расслабленное состояние, то есть отдыхает. Фазы сокращения и расслабления совершаются ритмично, следуя друг за другом через определенное время. Отличается ли сердце ребенка от сердца взрослого человека? Да, отличается по размеру, строению и характеру функционирования. Сердце новорожденного ребенка весит всего 20 г. К 3—4 годам вес его достигает примерно 300 г. Увеличение массы тела ребенка связано с силой сердечных сокращений. В первые месяцы жизни оно производит 120—140 уд/мин, в 2—4 года — 90—120 уд/мин, в 5—6 лет—80—100 уд/мин. В то время как у взрослого — 60—70 уд/мин.

Так как организм ребенка растет и нуждается в большом количестве кислорода, то минутный объем выброса крови в аорту выше, чем у взрослого. У новорожденного он составляет 100 мл на 1 кг веса, у годовалого — 120 мл, у пятилетнего — 100 мл, у взрослого — 60 мл.

Артериальное давление с возрастом тоже изменяется в сторону увеличения. На первом году жизни ребенка оно составляет 80—55/55—50 мм рт. ст. В 3 года оно колеблется в пределах 80—110/50—70 мм рт. ст. Следует иметь в виду, что все приведенные выше показатели у малышей очень неустойчивы. Они могут меняться под влиянием температуры, эмоций мышечной деятельности. Может наблюдаться и сердечная аритмия, что объясняется недостаточной регуляцией со стороны нервной системы.

Что же надо делать, чтобы сердечно-сосудистая система ребенка своевременно развивалась и укреплялась? Мы уже говорили, что организм ребенка — единая система, и чтобы нормально развивалась сердечно-сосудистая система, надо позаботиться о двигательной активности малыша.

Нормально развивающийся здоровый ребенок отличается достаточной двигательной активностью. Он много ползает, ходит, действует с предметами, научившись бегать — бегают, и этого вполне достаточно для естественной тренировки сердца. Кстати,

у ребенка есть возможность саморегуляции. Присмотритесь к своему малышу: то он ползает на четвереньках, то встает на ножки, то садится и некоторое время действует с предметами, а затем снова перемещается, и так без конца. Меняя движения, он отдыхает, и не бойтесь, что ребенок переутомится, не ограничивайте его в движениях, а наоборот, создавайте условия для них. Но если малыш заболел, у него повысилась температура, надо быть осторожным. Во время болезни сердцу ребенка предъявляются большие требования, что ведет к ослаблению его деятельности. Причиной нарушения сердечной деятельности может быть хронический насморк, воспалительный процесс в ушах, почках и других органах. Признаками нарушения сердечной деятельности являются вялая, бледная кожа ребенка, быстрая утомляемость, малая двигательная активность. В период болезни ребенка и после нее постарайтесь создать для вашего малыша щадящий режим с уменьшением двигательной активности, а по мере выздоровления постепенно вводите его в активную жизнь.

На развитие сердечно-сосудистой системы оказывает большое влияние общее эмоциональное состояние ребенка. Поэтому следует позаботиться о положительном эмоциональном климате, окружающем его. По образному выражению известного детского психолога А. В. Запорожца, атмосфера, окружающая ребенка, должна быть солнечной.

Ве менее важно соблюдение гигиенических условий; проветривание помещения и влажная уборка, достаточное пребывание малыша на свежем воздухе.

Каковы особенности дыхательной системы? Центральным органом дыхательной системы являются легкие, которые занимают почти всю полость грудной клетки. Они обеспечивают дыхание, то есть обмен газов между организмом и окружающей средой. Но прежде чем проникнуть в легкие, вдыхаемый воздух проделывает путь через носовую полость, глотку, бронхи и трахею. Все эти органы дыхания у ребенка и у взрослого отличаются по своему строению и характеру функционирования. У малыша носовые ходы слабо развиты, слизистая оболочка носа очень тонкая, складчатая, в ней располагается масса кровеносных сосудов. Малейшая травма может привести к кровотечению. Грудная клетка ребенка имеет конусообразную форму, ребра приподняты, это ограничивает амплитуду движения. Поэтому глубина дыхания невелика. Ребенок дышит часто и не всегда ритмично. Распределение времени между вдохом и выдохом практически одинаковое. С возрастом фаза вдоха становится короче, а выдох длиннее. Дыхательный центр у ребенка очень возбудим. Повышение температуры тела, окружающей среды, даже легкое психическое возбуждение почти всегда вызывают у ребенка учащение дыхания и нарушение его ритма. Существует несколько видов дыхания: носовое, смешанное (рот — нос), через рот. При носовом дыхании воздух очищается и согревается. Обычно здоровый ребенок дышит носом. Но если у малыша насморк или другое заболевание носовых путей, то он вынужден дышать через рот, и очень часто это становится привычкой.

Затруднение носового дыхания отрицательно влияет на весь организм: нередко расстраивается пищеварение, так как акт сосания затруднен, ребенок становится беспокойным, легко утомляется. Если ребенок постоянно дышит через рот, надо немедленно показать его врачу.

Дорогие родители, следите за состоянием носоглотки вашего малыша, ведь это ворота для всех инфекций. Ежедневно проделывайте гигиенические процедуры, систематически очищайте носовую полость от слизи. Особенно важно делать это перед кормлением и выходом на прогулку. Освободите помещение, где находится ребенок, от лишних вещей, которые нельзя протирать мокрой тряпкой или чистить пылесосом. Чаще проветривайте комнату, температура воздуха должна быть не выше 21—22 °С, а после 2 лет — 19—20 °С. Но избегайте сквозного проветривания в присутствии ребенка. Это хорошо сделать, когда он гуляет или спит в лоджии. Благотворно на дыхательную систему действуют прогулки в сочетании с двигательной активностью. Но, к сожалению, родители часто допускают ошибку, завязывая рот, а иногда и нос ребенка шарфом. Не делайте этого! Таким образом, вы не убережете ребенка от заболеваний верхних дыхательных путей, а наоборот, будете способствовать им: малышу в этом случае приходится дышать влажным воздухом, а это вредно. Мы говорили, что ребенка надо приучать дышать через нос. Но не волнуйтесь, если при увеличении нагрузки, например при беге или при

подъеме по лестнице, ваш малыш перейдет на смешанное дыхание нос — рот. Это естественно, а иногда даже полезно, так как способствует закаливанию верхних дыхательных путей. Развитию правильной) дыхания способствует общеукрепляющая и дыхательная гимнастика.

Органы пищеварения ребенка также имеют ряд особенностей, которые надо учитывать при организации питания.

К органам пищеварения относятся желудок, двенадцатиперстная кишка, толстый и тонкий кишечник, печень. Желудок новорожденного расположен горизонтально в левом подреберье. Его емкость очень невелика — примерно 30 см^3 . Однако она быстро увеличивается и уже на 4—6-й день достигает $40—50 \text{ см}^3$, а на 15-й день — 90 см^3 . Под влиянием поступающей пищи желудок всегда несколько растягивается. При грудном кормлении содержимое желудка полностью переходит в кишечник через 2,5—3 часа, а при искусственном вскармливании — значительно позднее (через 3—4 часа). По мере освобождения желудка от пищи начинает повышаться возбудимость «пищевых центров», то есть тех участков мозга, которые регулируют деятельность органов пищеварения, У ребенка появляются сосательные движения, сначала слабые, а затем все более интенсивные и частые. Возбуждение, как это свойственно раннему возрасту, легко иррадирует на другие участки мозга. Это ведет к прекращению сна младенца, возникновению сосательных движений, общей двигательной активности, крику. Именно по этой причине родителям не удается ни песнями, ни игрушками успокоить голодного ребенка.

Мышечная система желудка развита слабо, поэтому возможно обратное движение пищи из желудка в пищевод. Этим объясняется легкое возникновение срыгивания и даже рвоты. Чтобы уменьшить срыгивание или полностью избежать его, необходимо сразу после кормления осторожно положить ребенка на бочок. Ни в коем случае нельзя класть сразу после кормления на живот. Это можно сделать только через 30 минут. Полезно также сразу после кормления придать ребенку вертикальную позу буквально на несколько секунд, а затем положить на бочок.

Перистальтика кишечника, с помощью которой пища передвигается по желудочно-кишечной системе, очень непостоянна. Она резко может усиливаться как под влиянием местного раздражения (например, брожение содержимого кишки), так и внешних воздействий на организм ребенка (перегревание, резкие звуковые раздражители и т. п.). Мама должна знать эти особенности, соблюдать гигиенические условия и проводить кормление в спокойной обстановке.

В связи с постепенным переходом на смешанное питание в пищеварительных органах ребенка происходят изменения. Появляются жевательные движения. Увеличивается слюноотделение» появляется условно-рефлекторное отделение слюны на вид пищи. Очень быстро растет желудок. Его емкость достигает к концу года $300—350 \text{ см}^3$, к 2 годам — $600—700 \text{ см}^3$, а к 6—7 годам — $1000—1100 \text{ см}^3$. Желудок постепенно принимает положение, близкое к вертикальному. Увеличивается количество желудочных желез. Отделение сока становится более значительным. Двигательная функция пищеварительного тракта у ребенка уже к 3—4 годам почти такая же, как у взрослых. Из пищевода по тонким кишкам пища поступает в толстый кишечник, где происходит образование кала. Первородный кал (меконий) у новорожденного сменяется переходным стулом, который постепенно заменяется нормальными кашицеобразным стулом желтого цвета с кислым запахом,

У новорожденного 2—6 недель частота стула один раз в сутки. Иногда при грудном вскармливании стул бывает один раз в 2—3 дня. Это свидетельство того, что грудное молоко хорошо переваривается и усваивается организмом. Если при отсутствии стула ребенок не беспокоится, то никаких мер принимать не следует. У более старших детей стул устанавливается 1—2 раза в сутки. Показателями правильного пищеварения являются нормальная прибавка в весе, росте и хорошее самочувствие ребенка.

К моменту рождения функционируют все органы выделения: почки, мочеточники и мочевого пузыря. Емкость мочевого пузыря у новорожденного составляет около 50 мл, к 3 месяцам — 100 мл, к одному году — 200 мл, к 10 годам — 600—900 мл. Мочеиспускание у новорожденного вначале происходит примерно 2—6 раз в сутки, а со второй недели ребенок мочится до 20 раз в сутки. В первые 6 месяцев у него наблюдается непроизвольное мочеиспускание вследствие рефлекторного раздражения слизистой оболочки мочевого пузыря. Зная о потребности ребенка в мочеиспускании, прикиньте, сколько надо вашему малышу пеленок и ползунков! Но не расстраивайтесь. К концу первого года потребность в мочеиспускании сокращается до 15—16 раз в сутки, а в 2—3 года доходит до 10. При правильном воспитании ребенок начинает проситься на горшок на втором году жизни.

Что же представляют собою органы чувств ребенка? К органам чувств относятся глаза, уши, нос, язык, кожа. Их функционирование позволяет человеку воспринимать окружающий мир с помощью пяти чувств — зрения, слуха, обоняния, вкуса, осязания. Глаза младенца после рождения готовы к восприятию зрительных раздражителей. На яркий свет они жмурятся, мигают. Постепенно ребенок начинает сосредоточивать взгляд на неподвижных предметах. Мышцы глаз новорожденных очень слабы, поэтому в первые недели может наблюдаться косоглазие, которое постепенно при правильном обращении с малышом исчезает. Чтобы косоглазие не развивалось, игрушки надо подвешивать прямо над грудью ребенка, на расстоянии не менее 60—70 см от уровня груди. Кровать поставьте так, чтобы свет падал спереди, что также предупредит появление косоглазия и искривление мышц шеи, так как ребенок будет всегда поворачиваться к свету. Глаза малыша надо оберегать от резких раздражителей (например, яркий свет), от травм, заболеваний. Никогда не вытирайте глаза ребенка своим платком, общим полотенцем. Вели вы видите, что они гноятся или покраснели веки, то немедленно промойте их крепким свежесваренным чаем или кипяченой водой.

Каковы особенности органа слуха? Родители должны знать, что наружный слуховой проход, состоящий из хрящевой и кожной части, отличается большой ранимостью. Берегите уши ребенка от травм и резких раздражителей. По мере необходимости прочищайте ушки малыша ватным тампоном, оберегайте их от попадания воды при купании и от ушибов. Если у вас появилось подозрение, что ребенок плохо слышит, немедленно обратитесь к специалисту. Мы уже писали, что дети слышат звуки еще до рождения. После рождения их восприятие совершенствуется. Появляется слуховое сосредоточение, то есть малыш начинает прислушиваться к звукам. Появляется координация между слухом и зрением. Уже в два месяца ребенок поворачивает голову в сторону источника звука. Обычно родители считают, что ребенку безразлично звучание включенного на полную

мощность радио, музыки, громкого разговора. Имейте в виду, что все это отрицательно сказывается на остроте слуха вашего ребенка. Барабанная перепонка, подвергаясь значительному давлению, теряет свою эластичность, что приводит к понижению слуха. Кроме того, шум утомляет малыша.

Берегите слух ребенка и постепенно развивайте его остроту. Разговаривая с ним, меняйте интонации, силу голоса, чаще включайте мелодичную, тихую музыку, но ненадолго, так как однообразное звучание тоже утомляет. Прodelывайте простые упражнения с ребенком. С разного расстояния (2—3 м) позвоните тихо погремушкой или колокольчиком или просто позовите ребенка; меняйте направление звука, проследите, как малыш реагирует на это.

Вкусовые качества воспринимаются сосочками, имеющимися в слизистой оболочке полости рта, главным образом на языке. Вкус развит довольно хорошо даже у новорожденных. Младенец охотно сосет сладкое, а на кислое и горькое реагирует отрицательно: начинает беспокоиться, перестает сосать, морщится. Постепенно вкусовые ощущения развиваются. Какую пищу будет любить малыш, зависит в основном от взрослых. Оберегайте слизистую его рта, не давайте слишком горячей или холодной пищи. Мама должна избегать острых блюд и приправ, так как через материнское молоко они воздействуют на вкусовые органы малыша.

Об особенностях органа обоняния — носа мы говорили, характеризуя дыхательную систему ребенка. К моменту рождения дети реагируют на запах. Об этом можно судить по мимике, дыханию, общим движениям. Для сохранения и развития обоняния младенца важно оберегать его нос от резких запахов, травм, следить за состоянием носоглотки. В то же время следует создавать условия для восприятия ребенком разнообразных запахов, иначе обоняние его будет недостаточно развито.

Особенности кожи. Кожа является очень важным органом. Она выполняет защитную, выделительную, обменную, секреторную, дыхательную, терморегулирующую, рецепторную функции.

Различают наружный слой кожи — эпидермис, собственно кожу — дерму и подкожно-жировую клетчатку. В коже расположено огромное количество сальных и потовых желез. У ребенка на 1 кг веса приходится кожного покрова больше, чем у взрослого. Это обеспечивает высокий уровень обменных процессов.

Эпидермис у младенца слабо соединен с собственно кожей и легко отслаивается. Он очень тонок и раним. Это создает опасность проникновения в организм ребенка болезнетворных микробов.

Потовые железы у маленьких детей функционируют недостаточно, что ведет к понижению терморегуляционной функции кожи. Малыш может легко перегреться или переохладиться.

Сальные железы ребенка хорошо функционируют, и кожа его выделяет сало и продукты обмена. Но при загрязнении кожных покровов продукты обмена и кожное сало соединяются с грязью и затрудняют дыхательную функцию кожи.

Кожа ребенка с первых дней его жизни выполняет рецепторную функцию, то есть помогает установить связь вегетативной и центральной нервной системы с внешним миром. Если кожа ребенка больна, то функция нарушается и, как следствие, меняется его реакция на внешние раздражители.

Родители, ухаживая за ребенком, всегда должны помнить об особенностях его кожи и соблюдать следующие правила.

С первых дней жизни младенца содержите его тело в чистоте, ежедневно умывайте, купайте ребенка.

Не подвергайте кожу малыша, особенно в первые месяцы жизни, механическому воздействию. Следите, чтобы на распашонках, пеленках не было грубых швов. При купании не трите тело ребенка губкой.

Стирайте белье ребенка только детским мылом.

Постепенно закаливайте кожу малыша, используя воздушные и солнечные ванны.

Одевайте ребенка в соответствии с температурой внешней среды.

Ухаживая за малышом и играя с ним, следите, чтобы руки у вас всегда были чистые и теплые. Ногти должны быть коротко острижены, а кольца, браслеты сняты.

Охрана и улучшение физического состояния всех органов чувств ребенка — важнейшее условие их правильного функционирования, обеспечивающего полноту восприятия ребенком окружающего мира. Это является основой его полноценного психического развития.

Особенности высшей нервной деятельности ребенка

Слаженная деятельность организма человека, его связь с окружающей средой осуществляется центральной нервной системой, а именно головным мозгом. Головной мозг состоит из подкорковых отделов и коры. Объединенную деятельность этих двух отделов И. П. Павлов назвал высшей нервной деятельностью. Основу ее составляют процессы возбуждения и торможения. Возбуждение — это активный ответ нервной системы на раздражение. Торможение — активный процесс, приводящий к задержке деятельности нервных центров или рабочих органов. Торможение неразрывно связано с процессом возбуждения и является как бы регулятором активности всех органов и систем организма. Нервную систему характеризует такое свойство, как подвижность. Оно выражается в способности быстро реагировать на изменение окружающей среды.

Взаимодействие организма с окружающей средой осуществляется с помощью безусловных (врожденных) и условных (приобретенных) рефлексов. По принципу условных рефлексов формируются поведенческие реакции. Условные рефлексы могут быть выработаны как на непосредственные раздражители действительности (запах, звук, вид и т. д.) — первая сигнальная система, так и на слова, заменяющие непосредственные раздражители, — вторая сигнальная система.

Высшая нервная деятельность ребенка раннего возраста имеет свои особенности, знание которых поможет избежать многих ошибок в воспитании малыша. Какие же это особенности?

1. Условные рефлексы возникают у детей сравнительно быстро, но закрепляются медленно. Многие условные рефлексы, а следовательно, умения, привычки, усвоенные правила поведения даже к трем годам не являются достаточно устойчивыми, и если их не подкреплять, они легко разрушаются. Известно, что условные рефлексы возникают только при многократном повторении одних и тех же

условий. Поэтому родители должны помнить, что формирование привычек, правил поведения у ребенка возможно лишь при постоянном упражнении, напоминании о них и при единстве требований к ребенку со стороны всех взрослых, воспитывающих его,

2. Высшая нервная деятельность детей раннего возраста характеризуется неуравновешенностью двух основных нервных процессов. Процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Положительные условные рефлексы вырабатываются быстрее, чем тормозные. Малыша значительно легче научить что-то делать, чем научить воздерживаться от нежелаемого действия. Тормозные условные рефлексы требуют большего числа повторений, чем положительные условные рефлексы. Именно из-за этих особенностей маленькому ребенку очень трудно сохранять длительное время тормозное состояние (например, спокойно стоять около мамы и ждать, когда она обсудит все проблемы со встретившейся приятельницей). Малыш крутится, вертится, а от мамы идут распоряжения, которые он выполнить не может: «Да постой ты спокойно! Не крутись!» Однако в раннем возрасте ребенок должен научиться понимать значение слов «надо», «нельзя» и соответствующим образом вести себя.

Начинать формировать тормозные условные рефлексы, задерживающие деятельность ребенка на слово «нельзя», следует уже в конце первого года жизни. Слово «нельзя» должно обязательно сопровождаться прекращением деятельности малыша. Вот он тянется к ножу, который лежит на столе, а мама говорит «нельзя» и убирает нож, заменяя его безопасным предметом. В данном случае мама использует метод отвлечения. Но этим методом можно пользоваться только на первом году жизни. На втором-третьем году необходимо разъяснять малышу, почему нельзя брать тот или иной предмет, почему надо прекратить действия. «Алешенька, нож брать нельзя. Он острый. Можешь порезаться, будет больно», «Ирочка, играй, пожалуйста, потише, не кричи так громко: бабушка отдыхает»,— говорит мама. У детей второго, а тем более третьего года жизни можно выработать значительное число тормозных условных рефлексов. Но делать это следует очень осторожно. Нельзя бесконечно запрещать ребенку, прерывать его деятельность; «Не бегай, не кричи, положи на место» и т. д. Такие запреты могут привести к срыву нервной системы: ребенок в этом случае бывает излишне возбудимым или, наоборот, пассивным, вялым. Это отрицательно может сказаться на развитии его личности: его активности, самостоятельности, любознательности.

Итак, формировать тормозные рефлексы следует начинать в раннем возрасте, но делать это надо осторожно и постепенно. А. С. Макаренко отмечал, что найти должную меру между активностью и запретами — значит решить главный вопрос воспитания, то есть воспитать ребенка активной личностью, умеющей сдерживать вредные желания.

3. К особенностям высшей нервной деятельности детей относится сравнительно слабая подвижность нервных процессов. Дети не могут быстро начать или затормозить какое-либо действие. Поэтому нельзя требовать от них быстрого переключения с одного вида деятельности на другой: «Немедленно убирай игрушки и одевайся!» Необходимо дать установку перед началом нового вида деятельности, чтобы ребенок мог подготовиться и постепенно, безболезненно перейти к ней.

Например; «Ирочка, скоро будем обедать. Убирай игрушки. Уложи куколку спать. Вот молодец. А теперь собери кубики в коробку».

4. При правильном воспитании у детей раннего возраста преобладает бодрое активное поведение. Они подвижны, много улыбаются, что соответствует оптимальному состоянию возбудимости их нервной системы. Но надо иметь в виду, что в раннем возрасте состояние возбудимости нервной системы неустойчиво. Оптимальное состояние может даже от незначительных причин переходить в фазу повышенной или пониженной возбудимости. Поведение ребенка в этом случае резко нарушается. Малыш может или громко кричать, отказываться выполнять привычные для него действия, капризничать, или наоборот, становится вялым, безразличным ко всему окружающему. Повышение или понижение возбудимости наблюдается у детей сравнительно часто. Однако это нельзя признать естественным для данного возрастного периода. Изменение возбудимости чаще всего является результатом ошибок воспитания (нарушение режима, непосильные требования к ребенку, частые запреты и т. д. Родители должны знать, что уравновешенное поведение детей может меняться и вследствие болезни, неполного удовлетворения их органических потребностей, воздействия неприятных физических раздражителей. Понаблюдайте за малышом, постарайтесь своевременно понять причины изменения поведения ребенка и устранить их. Помните, что повышенное или пониженное возбуждение нервной системы, а, следовательно, неуравновешенное поведение вашего малыша отрицательно сказываются не только на его здоровье, но и на развитии.

Итак, вы познакомились с основными особенностями нервной системы ребенка. Постарайтесь их учитывать при воспитании, и малыш будет расти здоровым, уравновешенным, веселым. А его развитие будет соответствовать возрастным нормам.

2. Хочу стать Человеком. Хочу вырасти Личностью!

(Общие вопросы развития личности)

Вероятно, у многих из наших читателей вызовет удивление заголовок этого параграфа. Предполагаемое нами желание ребенка стать человеком выглядит, казалось бы, абсурдным, ведь человек уже родился. Однако человеком в полном смысле этого слова ему еще только предстоит стать. *Новорожденный ребенок называется в науке «индивид»*. Это понятие указывает на принадлежность его к человеческому роду и только. Человеческое дитя из всех новорожденных существ, пожалуй, самое беспомощное, самое неприспособленное к новому для него миру. В этом слабость и огромная сила ребенка. Мудрая природа предусмотрела в нем отсутствие жесткой врожденной заданности поведения, но при этом заложила огромный потенциал к почти беспредельному прижизненному развитию разнообразных его качеств, свойств, способностей.

Однако без человеческого сообщества, без общения с людьми, без совместной с ним деятельности человек не состоится, богатые потенциальные возможности его развития не реализуются. Ранний и дошкольный возраст — наиболее важные периоды в становлении человека. История приводит примеры жизни детей,

выросших среди животных или долгое время находившихся вне общества. Они, при всех последующих огромных стараниях » благоприятных условиях развития, так и не стали нормальными людьми: не научились полноценно думать, говорить, двигаться, общаться, по-человечески действовать.

Но наш кроха — это совсем другое дело. Нашему малышу повезло, мы его ждали и любили еще не родившегося. Наукой он называется «индивид», а для нас это солнышко, чудо природы, наша радость и надежда. Однако при всей радости не покидает нас и чувство тревоги... Каким-то ты будешь, наш малыш? Ведь «добрые детки — дому венец, плохие детки — дому конец», гласит народная мудрость.

Конечно, родители мечтают о хороших детках. А что это означает? Социологические опросы показывают, что вы хотели бы видеть своих детей в первую очередь здоровыми. Это действительно самое главное, основное, без чего человеку трудно полноценно развиваться. Вы хотите, чтобы ваш малыш рос умным, знал иностранные языки, умел общаться с людьми и т. д. Пытаясь заглянуть в его будущее, мы думаем о том, чтобы наш ребенок не потерялся в жизни, занял в обществе достойное место, обрел свое «Я», состоялся, реализовал себя. Нам больно, когда наше, часто великовозрастное, дитя несет как щепку в бурном водовороте жизни, прибывая то к одному, то к другому берегу. Трагедия для семьи, если в ней вырастили человека, неспособного противостоять сложностям жизни, слепо подчиняющегося обстоятельствам, идущего на поводу у других, часто не лучших людей. Счастье, когда вырос человек, управляющий своей жизнью, умеющий ставить цели и достигать их, способный ориентироваться в обстоятельствах и изменять их. Это значит, что в семье воспитали личность. Только личности определяют прогресс общества. Потому обществу нужна личность. Ее развитие — цель современной системы образования: в детском саду, в школе, вузе и т. д. Конечно, социальный заказ важен. Полноценно жить в обществе — это значит учитывать его требования. Однако это требование не противоречит, а согласуется с целью развития самого человека» стремлением его к самореализации, самосовершенствованию. Ведь личность — самый высокий уровень развития человека.

Казалось бы, родителям можно и не знать эти истины. Есть детский сад, школа. Они и позаботятся о становлении личности. Но вырастет ли ваш ребенок личностью или будет посредственным, а то и «серым», неприметным существом, зависит не только в, вероятно, не столько от общественного воспитания, сколько от семьи.

Семья — это первое сообщество, микрогруппа, значимая для ребенка. Именно она оказывает первое и наибольшее влияние на его личностное развитие. Мы надеемся, что природное чувство ответственности за ребенка вызывает у вас желание лучше понять, что же такое личность, при каких условиях и как она развивается. Попробуем вместе разобраться в этих вопросах.

Конечно, в семейном воспитании родительская любовь нередко рождает правильное, интуитивно найденное решение в общении с детьми. Однако знание поможет вам сократить время поиска педагогических решений, предупредит возможные ошибки.

Итак, что же такое личность? На этот вопрос пытаются ответить философия, социальная и возрастная психология, педагогика и другие науки. Существуют

разные теории личности. Для нас важно выделить главные и принятые большинством ученых характеристики этого явления.

Практика повседневного житейского общения нередко сталкивает нас с людьми, живущими по принципу «прошел день — и ладно». Они плывут по жизни, не задумываясь над ее смыслом. В отличие от таких людей личность — это человек, который управляет своей жизнью, хорошо знает, чего хочет, способен самостоятельно ставить цели, умеет выбирать средства, способы их достижения, получает результат, не останавливается на достигнутом. Такой человек отвечает за свои поступки. Он не пасует перед трудностями, может отстаивать свои позиции в жизни. Личность определяет и осознает свое место в обществе. Она не подчиняется слепо обстоятельствам, а учитывает их в своей деятельности. Более того, личность способна изменять, преобразовывать обстоятельства. Как видим, в личности особенно ярко проявляется волевой момент, прежде всего в поступках. То есть активная позиция личности в жизни немыслима без преодоления трудностей.

Под волей понимается сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении ставить цель, преодолевать трудности при ее достижении. Поэтому стать и быть личностью совсем нелегко, и далеко не все люди пытаются реализовать себя как личность.

Применительно к ребенку раннего возраста трудно говорить о волевом поведении. Первые волевые действия, включающие постановку цели, планирование и контроль, начинают формироваться у дошкольников. Однако элементарная целенаправленная деятельность наблюдается уже у младенца (тянется к игрушке). Но к этому его побуждает сам предмет, и только если он находится в поле его зрения (то есть внешний побудитель). Целеполагание внутреннее, обусловленное потребностями самого малыша, появляется ближе к двум годам. При этом он далеко не всегда достигает цели. Примерно к трем годам появляются первые признаки волевого поведения. Возникают личные желания, вызывающие активность ребенка, настойчивость, выражающиеся в форме: «Я хочу», «Я не хочу», «Я сам».

Итак, личность — это активный деятель, проявляющий самостоятельность, инициативу и творчество в выборе целей, поиске способов их достижения, это волевой человек, способный к поступку, к инициативному действию, к преодолению препятствий. Оценивая ситуацию, принимая решение, активно действуя, личность основывается на знаниях о мире, в котором действует (природе, рукотворных предметах, вещах), о человеке и обществе, о себе. Знания о мире, способность к его познанию и размышлению о нем составляют познавательную (когнитивную) сферу личности.

Что же заставляет человека целенаправленно действовать, активно проявлять себя?

Деятельность человека подчиняется его потребностям, желаниям, интересам, идеалам, убеждениям, большинство из которых, в свою очередь, формируются на протяжении всей жизни в общении и в деятельности.

В психологии потребность определяется как состояние человека, создаваемое нуждой в чем-то (в предметах или в условиях, необходимых для жизнедеятельности). Потребности бывают материальные — органические и социальные (в жилье, одежде и т. п.) и духовные (в общении, в познании, в творчестве, в занятии искусством и др.). Некоторыми психологами выделены такие

духовные потребности, как потребность в безопасности, в любви и признании другими людьми, в самооценке и самоуважении, в самореализации, в свободе и др. Согласитесь, что всем нам не чужды эти потребности. Духовные потребности постепенно формируются и у наших детей. Как правило, родители большое внимание уделяют удовлетворению и развитию органических потребностей (например, в пище). Это важно, но надо формировать и духовные потребности. Например, стремление к познанию, желание сделать что-то приятное близким или другим людям. Рост личности связан в первую очередь с ростом духовных потребностей.

Однако испытывать потребность — это еще не обязательно осознавать конкретно, чего ты хочешь. Когда у человека появляется представление о предмете, который может удовлетворить потребность, у него возникает конкретный мотив» желание (человек понимает, чего он хочет). И только в этом случае он может поставить цель по удовлетворению своей потребности и организовать деятельность по ее достижению. Одна и та же потребность может быть удовлетворена по-разному (разные предметы потребностей), потому и желания могут быть разные. Так, потребность в саморазвитии вызывает у одних желание поступить в институт, у других — непосредственно заняться каким-то видом деятельности (живопись, педагогическая деятельность и др.). Или, например, потребность в безопасности у одних людей обуславливает активную позицию, побуждает к деятельности, направленной на устранение грозящей опасности, у других вызывает желание спрятаться, уйти от решения проблемы.

Применительно к детям подобных примеров может быть множество. Так, потребность в любви и признании у одного малыша вызывает ревность и желание обидеть младшего братишку, которому родители уделяют больше внимания. Другой ребенок пытается вести себя как больной, так как, когда он болен, его родители больше ласкают, жалеют, балуют. Многие малыши ласкаются, прижимаются к маме и т» п.

В мотивационно-потребностную сферу личности входят и интересы. Это форма проявления познавательной потребности человека. Они имеют свое содержание, привлекательное для человека. Например, у малыша проявляется интерес к деятельности взрослых — папа у ребенка шофер. Это побуждает его играть в шофера, рисовать машины, изображая или представляя себя шофером. Как правило, этот ребенок в автобусе старается занять место ближе к кабине и внимательно наблюдает за водителем и т. п.

Формирование интересов во многом и в первую очередь зависит от родителей. Природа, книги, музыка, театр, разные виды деятельности — все это может составить сферу детских интересов.

Более развитая личность строит свою жизнь в соответствии с идеалами. Это представление человека о наиболее ценных, привлекательных чертах, которые хотелось бы иметь и ему самому. «Что такое хорошо и что такое плохо», малыш начинает узнавать рано.

Зрелая личность в своем поведении и деятельности руководствуется также убеждениями — системой осознанных и прочувствованных жизненных принципов.

Потребности, желания, интересы, идеалы, убеждения в совокупности составляют направленность личности. Их содержание, а значит, и направленность могут быть различными. Становясь побудителями (мотивами) жизнедеятельности

человека, одни из них занимают ведущее место, другие — подчиненное (иерархия мотивов). Например, человек может выполнять творческую работу, побуждаемый одновременно разными мотивами. Однако у одного превалирует желание заработать деньги, у другого — выделиться, «обойти» коллегу по работе, у третьего — интерес к проблеме, потребность в творчестве и т. д. То есть конкретное содержание доминирующих мотивов различно.

Деятельность детей также может быть по-разному мотивирована. Например, ваш трехлетний малыш настойчиво заявляет о своем праве включать телевизор. Он нажимает разные кнопки, вертит ручки и т. п. Ваши запреты плохо действуют, они вызывают у ребенка слезы, раздражение и настойчивые повторные действия. Что движет его поведением? Безусловно, интерес к познанию малознакомого предмета. Одновременно мотивом может быть потребность действовать, как взрослый, а главное — характерное для этого возраста стремление самоутвердиться, заявить: «Я сам». Мотивы при этом чаще всего не осознаются ребенком. У взрослого человека мотивы также не всегда осознаваемы. Но человек, развиваясь как личность, всегда пытается осознать их и действовать более осмысленно, целенаправленно.

Потребности заставляют человека действовать с целью их удовлетворения. Если жизненные условия складываются так, что деятельность успешна и потребности удовлетворяются, человек испытывает положительные эмоции: удовлетворен не, радость и т. п. Если же обстоятельства препятствуют этому, они вызывают у человека отрицательные эмоции: неудовлетворение, печаль, горе, грусть и т. д. Эмоция, чувство — это реакция человека на успешность удовлетворения потребностей, да и сама потребность субъективно ощущается как та или иная эмоция, переживание.

Эмоции в жизнедеятельности человека выполняют разные функции. В них выражается оценка происходящего, степень значимости предметов, явлений, событий для данного человека в конкретной ситуации. Они побуждают к деятельности, активизируют ее, влияя на успешность, продуктивность (уверенность в себе, любовь к делу стимулирует деятельность); выявляют отношение людей к тому или иному факту (выразительная функция) и др. То есть эмоции регулируют жизнедеятельность человека и являются, наряду с когнитивной и волевой, одной из важнейших сфер личности.

Эмоциональное развитие малыша начинается очень рано, с рождения, а предпосылки эмоциональных реакций возникают уже в период внутриутробного развития. В этой же главе мы расскажем о первых эмоциональных проявлениях ребенка, связанных с его личностным развитием. Диапазон эмоционального развития в раннем возрасте довольно широк: от первой улыбки и неудовольствия, затем радости, обиды, гнева до предпосылок более сложных чувств — сочувствия, самолюбия, гордости и стыда, чувства собственного достоинства, симпатии и любви. Развитие эмоций, происходящее в процессе общения и деятельности, органично вплетено в процесс личностного развития малыша.

Таким образом, разум, чувства, воля человека проявляются во всех сферах его жизни, во всех видах деятельности. Они проявляются и развиваются в деятельности, общении и в свою очередь, влияют на их успешность. Их проявление и развитие органически связано с развитием личности.

Мотивационно-потребностная сфера, как мы отметили выше, определяет направленность личности. От того, какие желания, интересы, идеалы, убеждения управляют ею, зависит, положительная формируется личность или негативная.

Да, к сожалению, личность не всегда бывает положительной, она может быть и негативной. Безмерное уважение и чувство благодарности человеческого сообщества вызывают личности, подобные матери Терезе и столь же безмерное» но презрение, гнев, осуждение — личности, подобные Гитлеру. Масштаб как положительной, так » негативной личности может быть и не планетарным. Но в любом случае созидательная или разрушительная ее сила определяется направленностью личности. Поэтому важно понять, гипертрофированный эгоизм или альтруистическая позиция движет личностью. Например, чувство ответственности перед коллегами, самолюбие не позволяет человеку выполнять свое дело плохо. Не исключая, а предполагая приоритетность самоуважения, любви человека к себе, необходимо при этом в развитии личности поддерживать только те ее проявления, которые соответствуют позитивному развитию других людей и общества в целом. Необходима направленность поведения и действий человека на созидание, а не на разрушение. А если на разрушение, то в конечном счете ради созидания.

Таким образом, в человеческом сообществе наиболее развитой и поддерживаемой им считается общественно направленная личность, побуждаемая общественно направленными мотивами. Уже в детском сообществе принимается тот ребенок, который способен, например, поделиться игрушками, лакомым кусочком с другими детьми, и не принимается жадина.

Как отмечают психологи, под влиянием именно общественных мотивов у человека формируются такие черты личности, как ответственность, чувство собственного достоинства (самоуважение) и уважение других людей, совесть, честность, доброта и строгость, инициативность и дисциплинированность, трудолюбие, желание и умение понимать других людей, требовательность к себе и другим и др. К сожалению, как показывает социологический опрос, родители все реже называют нравственные черты личности не только в качестве приоритетных в характере ребенка, но в качестве желаемых вообще.

Однако без общественно направленной личности прогрессивное развитие общества, а значит и каждого ее члена, невозможно. Если мы хотим, чтобы наш ребенок был принят сначала в детском, а потом во взрослом сообществе, надо подумать об этих приоритетах и позаботиться о создании условий для их проявления и развития. Мы подчеркиваем слово условия.

Дело в том, что, непрерывно испытывая воздействие и общества, и отдельных людей, человек, тем не менее изначально сам строит себя» свою жизнь и судьбу. Согласитесь, что мы постоянно живем в ситуации выбора. Какую выбрать цель и способ ее достижения — в соответствии со своими принципами и идеалами или принципами других людей? Смириться с обстоятельствами или отстаивать свою позицию, проявляя волю? Пойти на личные жертвы, пусть и малые, но неприятные, ради общего дела или нет? Остановиться в своих притязаниях или ставить перед собой все новые и новые цели? И так далее и тому подобное. Человек в своих размышлениях, поступках в конечном счете всякий раз решает сам, как поступить, и тем самым развивается и утверждается как личность.

Проявление борьбы мотивов можно заметить уже у дошкольника.

Например, угостили ребенка конфетой. Проблема; съесть самому или поделиться с сестренкой? Ребенок после некоторого колебания делится с сестрой. Мама подкрепляет правильность выбора; «Молодец, добрый мальчик. Смотри, как Лена обрадовалась, ей очень хотелось попробовать конфету». Малыш переживает радость от преодоления себя, доставленной другому радости, похвалы мамы. Это основа для формирования таких личностных качеств, как самоуважение» доброжелательность, добротворчество.

Поэтому процесс развития личности — это всегда процесс самодвижения, саморазвития. Никто из человека не сделает личность, кроме него самого. Выдающийся русский психолог А. Н. Леонтьев» обращая внимание на этот момент самодвижения, саморазвития, подчеркивал, что «она (личность) выступает как то, что человек делает из себя сам, утверждая свою человеческую жизнь». По существу, человек творит себя сам, становление личности — это процесс самотворчества.

Главная цель развития личности — возможно более полная реализация человеком самого себя, своих способностей и возможностей, наиболее полное самовыражение и самораскрытие»

Таким образом» жизненный путь вашего ребенка — это процесс его саморазвития, самореализации, выявления всех возможностей, определяемых принадлежностью ребенка к человеческому роду, и развитие его индивидуальности, обусловленной природой и конкретными социальными условиями.

Саморазвитие личности сопряжено с постепенным осознанием человеком себя как существа, отличающегося от других людей. Идет процесс самопознания, появления у человека переживания своего «Я» (образа «Я»). Самопознание — это не только знание о себе, а осознание себя как личности, своего места в сообществе людей, в системе общественных отношений. В образе «Я» отражается и отношение человека к самому себе.

В психология определено, что образ «Я» включает три взаимосвязанных компонента: знание о себе (о своей внешности, способностях, собственной значимости в обществе); отношение к себе (самоуважение, самокритичность, себялюбие или самоуничижение и др.); поведенческий компонент (стремление активно представить себя людям, быть понятым, завоевать симпатии или, наоборот, остаться незаметным, скрыть свои недостатки, избежать критики и т. п.).

Образ «Я» складывается у человека постепенно, меняется на протяжении жизни. Наиболее ярко он проявляется в самооценке.

С помощью самооценки регулируется поведение. Самооценка человека формируется в процессе общения, в результате сопоставления себя с другими людьми. Вы, конечно, слышали о так называемой завышенной или заниженной самооценке.

Она начинает формироваться очень рано и с нашей помощью. Вам необходимо знать, что с самооценкой личности связан уровень ее притязаний (доступные человеку, по его мнению, цели и способы действия). Важно, чтобы уровень притязаний не был завышен или занижен, так как это негативно сказывается на развитии личности. В первом случае цель, как правило, не достигается, поскольку не соответствует возможностям человека. Это вызывает у него дискомфортное состояние и тормозит развитие личности. А заниженная самооценка и низкий уровень притязаний губят инициативу, тормозят активность

человека» а следовательно, также не способствуют его развитию- Вот почему необходимо заботиться о формировании адекватной самооценки у детей. Нужно учитывать в общении и взаимодействии с ребенком уровень притязаний формирующейся личности и способствовать ее повышению в соответствии с возможностями человека. Это позволит пробудить в ребенке самоуважение, уверенность в своих силах, что крайне важно для успешного развития личности.

Самосознание — не только один из показателей уровня развития личности, но и неперемное условие ее дальнейшего самосовершенствования. Мудрый смысл исповеди, ритуала многих религий, заключается не столько в отпущении грехов, сколько в актуализации способности человека к самоанализу, самооценке, а значит, и саморазвитию.

Итак, мы уяснили некоторые характеристики личности. При каких условиях возможно развитие личности? Выше мы уже отметили, что вне человеческого сообщества становления личности не произойдет. Взрослый человек — всегда посредник между ребенком и окружающим его миром. Благодаря взрослому ребенок усваивает знания о мире природы, рукотворных предметах, о людях, нормах их взаимоотношений и о себе самом. Взрослые передают детям с помощью различных средств и способов нравственные, интеллектуальные, эстетические ценности человеческого общества, в первую очередь те, что приняты в семье. Постепенно сфера общения ребенка расширяется (детский сад, школа, кружки, студии и т. п.).

Семья — это первое связующее звено между человеком и обществом, тем богатством, которое оно накопило и которое ему предстоит освоить. В первую очередь человек осваивает разные виды деятельности: предметно-практическую деятельность (труд, учение, игру и т.п.) общение, познание и др.

Что означает овладение деятельностью? Это значит, человек умеет определять цель деятельности, отбирать средства и способы ее достижения, планировать этапы достижения, владеет способами действия и достигает результатов. О высоком уровне развития деятельности свидетельствует ее творческий характер. В разных видах деятельности происходит становление человека, оттачиваются и развиваются его разум, чувства, воля, способности, характер. Осваивая разные виды деятельности, человек развивает в себе активность, самостоятельность, умелость, инициативу, способность к творчеству — то есть разнообразные личностные качества.

Это в полной мере относится и к овладению деятельностью общения. Умение определять цель общения, ориентироваться в сообществе, группе людей, отбирать приемлемые и эффективные способы общения — неперемное условие успешного осуществления других видов деятельности, особенно совместных, обретения человеком достойного места в сообществе людей, в коллективе.

Чем совершеннее личность, тем в большей степени она осознает смысл своей деятельности, мотивы, побуждающие ее к данной деятельности. Чем разнообразнее и совершеннее виды деятельности, которыми владеет человек, тем больше возможностей для его развития, тем в большей степени он реализует себя, тем многообразнее и интереснее его личность. Такой деятельный человек способен преобразовывать окружающий его мир, становясь действительно хозяином своей судьбы. Вот почему так важно нам, взрослым, помогать ребенку овладеть

разными доступными в этом возрасте видами деятельности. В последующих главах книги мы подробно об этом расскажем.

Выполняя различные виды деятельности, человек, живущий в сообществе людей, входит в разные социальные группы, подгруппы, вступает в контакты с разными людьми (коллегами на работе, соседями по дому, родственниками, членами спортивного клуба, который он посещает, и т. п.). При этом деятельность носит нередко совместный характер. Как показали психологические исследования, личностное развитие идет особенно интенсивно в общении человека с наиболее референтной (значимой) для него в данный период группой или особенно значимым для него другим человеком. В психологии существует теория, раскрывающая процесс «вхождения» человека в такую группу и объясняющая механизм развития личности в этих условиях (А. В. Петровский). Вероятно, каждый из нас мог бы вспомнить в ее подтверждение немало фактов из своей собственной жизни.

Оказывается, человек проходит как бы три ступени постепенного «вхождения» в то или иное микрообщество, в новую социальную среду. Сначала он как бы присматривается к новому сообществу, усваивает нормы, правила жизни в нем, стремится быть таким, «как все». Это период адаптации к новому. Затем у человека, ставшего «как все», появляется желание проявить себя, свою индивидуальность, отличие от других. Этот период, когда человек «заявляет» о своей индивидуальности, отличии от других, называется этапом индивидуализации*

Бели сообщество принимает эти проявления индивидуальности, а это возможно, если они соответствуют ценностям данной группы, позитивно на нее влияют, то происходит интеграция человека в данном сообществе.

На этапе интеграции происходит полное утверждение человека в микрогруппе, он чувствует себя комфортно, влияет на нее, а она на него, то есть происходит взаимовлияние членов сообщества. Если же группе чужды индивидуальные проявления человека, она его не принимает и даже отвергает, вытесняет и т. п. Нередко при этом человек замыкается в себе, озлобляется, чувствует себя неудачником. Такое поэтапное развитие личности происходит не только в рамках группы, но и при общении с отдельным человеком, значимым (референтным) для данной персоны. Эти этапы проходит каждый из нас, меняя место работы, жительства, вступая в более или менее длительные контакты с людьми по разным поводам. Психологи считают, что период дошкольного детства — это период адаптации ребенка в человеческом сообществе. Однако наблюдения за конкретными детьми, входящими в новое сообщество других детей (в детском саду, во дворе нового дома и т. п.), показывают, что ребенок может проходить более или менее успешно все этапы вхождения в новое микросообщество.

Очевидно, что ваш ребенок в жизни найдет достойное место в человеческом сообществе, если будет активным, самостоятельным, инициативным, творческим, коммуникабельным, если будет постоянно развиваться сам и содействовать позитивному развитию других, тех, кто рядом с ним.

Итак, человек, выполняя различные виды деятельности, взаимодействуя, общаясь с окружающими его людьми, реализуя себя, развивается как личность. Самодвижение и саморазвитие личности идет в процессе активной деятельности и общения человека.

Однако нельзя надеяться на стихийное развитие личности, оно может не состояться. Поэтому целенаправленное воспитание ребенка взрослыми — одно из условий успешного развития личности. Имеется в виду именно содействие ее развитию.

Под воспитанием мы понимаем целенаправленное развитие каждого растущего человека как неповторимой человеческой индивидуальности, обеспечение роста и совершенствования его нравственных и творческих сил, создание таких условий, при которых те качества, которые у ребенка находятся в зачаточном состоянии и пока представляют собой только возможность, превращаются в действительность (Д. И. Фельдштейн).

Итак, воспитание осуществляется в соответствии с идеалом, во-площающим требования общества. При этом ставится цель максимального развития индивидуальности каждого ребенка.

Это и составляет сущность личностно-ориентированного подхода в воспитании ребенка, который, напомним, предполагает не только постановку соответствующей цели, но и создание взрослыми, родителями условий развития личности.

Каковы же условия успешного воспитания личности в семье? Первое — глубокое и активное осознание родителями той истины, что ответственность за характер и перспективы развития личности ребенка несет прежде всего семья. Родитель — профессия педагогическая, а потому необходимо соответствовать этому назначению. Чувство ответственности за ребенка заставляет нас, родителей, посмотреть на себя другими глазами, предъявить к себе более высокие требования*

Существует множество примеров огромного влияния родителей, особенно в судьбе известных людей. Даже уходя из жизни, они остаются в памяти детей и продолжают оказывать на них большое влияние. Личность родителей не умирает, она как бы обретает вторую жизнь в их детях. Многие из нас могли бы привести примеры, когда собственную жизнь сверяют с мнениями, оценками, принципами жизни своих родителей: что в этих случаях говорил отец (мать), как к этому относился. В искусстве, в науках, в психологии, социологии представлена позиция; с физическим исчезновением индивида личность не умирает. Она идеально представлена в личности других людей, в частности своих детей (в мотивах, поступках, способах действия и т. д.) В этом смысле личность бессмертна. Крылатая фраза о том, что человек не умирает, пока его помнят, имеет глубочайший смысл.

Однако и наши дети помогают нам расти вместе с ними. Житейские наблюдения показывают, а психолого-педагогическая наука установила и рассматривает факт взаимовлияния людей в процессе межличностных отношений, в полной мере это относится к отношениям родителей и детей. Не только мы, родители влияем на детей, но и они влияют на нас, содействуя совершенствованию нашей личности. Появление ребенка в семье, где родители чувствуют ответственность за него, дисциплинирует их» повышает требовательность к себе. Это особенно ярко проявляется, когда дети откровенно подражают нам, верят в нас, любят, считают нас лучшими из всех. Как безмерно доверчивы и добры к нам наши дети, до тех пор пока мы сами не начинаем разочаровывать их. Желание соответствовать их любви и вере заставляет нас быть лучше, чем мы есть, быть достойными их высоких оценок. Наши дети не только сами, с нашей помощью

поднимаются по лесенке развития личности, но и нас невольно заставляют подниматься по ней. Мы должны быть благодарны им за дополнительную возможность самосовершенствования.

Как мы уже отмечали выше, необходимо включение ребенка в различные виды деятельности в условиях семьи — это второе условие развития личности в семье. В раннем и дошкольном возрасте это общение, предметная, игровая, изобразительная, музыкальная, трудовая и другие виды деятельности. На первых порах любая деятельность осуществляется совместно со взрослыми. Совместная деятельность — это основа содержательного общения родителей и детей. Постепенно дети овладевают деятельностью и становятся всё более самостоятельными в ней, способными начать ее по своей инициативе, организовать и выполнить, получая результат.

Третье условие — уважительное отношение к личности ребенка. В чем это должно проявляться? Необходимо, общаясь и взаимодействуя с ним, занимать позицию не «над», не «сверху», а «рядом», то есть взаимодействовать с ребенком преимущественно на принципах сотрудничества, партнерства. Для этого надо повнимательнее присматриваться к ребенку, понимать его интересы, потребности, их истоки и учитывать в общении и совместной деятельности. Уважительно относитесь к его мнению, поддерживайте его инициативу. Если вы что-то ремонтируете в доме, а малыш хочет помочь вам, поддержите его желание, найдите ему достойное дело, покажите его значимость: «Как хорошо, что ты держишь молоток и гвозди подаешь, мне не надо всякий раз спускаться со стула... Прислушайтесь к его советам, попробуйте им следовать. Предоставляйте ему возможность выбора деятельности, выбора средств. Если ему хочется побегать, подвигаться, залезть под стул, в большую коробку и т. п. — позвольте ему это, потерпите некоторые неудобства. Для малыша это важное, нужное и полезное дело. Не относитесь к этому равнодушно, похвалите за придуманные и сооруженные им самим препятствия, ловкое их преодоление; попробуйте преодолеть их так же, как и он, огорчитесь своей неумелости, попросите поучить и т. п.

Повседневный быт предоставляет великое множество возможностей для относительно равноправного сотрудничества. Главное — видеть в ребенке не объект воспитания, а личность, имеющую право голоса, право выбора, инициативы. Речь не идет о вседозволенности, разумные запреты необходимы, но они должны быть понятны ребенку и предъявлены без унижения малыша.

Крайне важно понимать, что ваш ребенок, как любой человек, индивидуален, неповторим, не похож на других. Поэтому принимайте его таким, каков он есть, не сравнивайте его с другими. Дело не в том, лучше он или хуже, он просто другой: другие возможности, способности, темпы развития и т. д. Надо разглядеть в нем его отличие от других, поддерживать и развивать его индивидуальные черты, разумеется, в соответствии с ценностями, принятыми в человеческом обществе.

Ни в коем случае не оскорбляйте, не унижайте ребенка («Растяпа! Опять упал, говорила, не бегай, вечно ты...»). Отрицательная оценка подрывает самооужание, развивает у него чувство неуверенности в себе. Самооужание ребенка формируется под огромным влиянием взрослых. В общении с ребенком должна быть оценка не только констатирующая, но и несколько опережающая имеющийся уровень его развития. В позитивной, иногда в прогнозирующей завышенной взрослым оценке

ребенка как бы определяется перспектива его роста, ступенечка, на которую он должен подняться. Не захваливать малыша» но утверждать в оценке все возможно лучшее в нем, выражать веру в его позитивное развитие, стимулируя тем самым его самоуважение, стремление стать лучше.

Если вы высказываете недовольство чем-то, то начните сначала с хорошего, объясните, как можно исправить ошибки: «Молодец, ты таким хорошим шофером был, вот сколько кирпичиков перевозил на стройку. Только всю площадку засыпал кирпичами, пройти негде. Давай вместе уберем их, сложим аккуратно, а то строители не смогут быстро построить дом...»

«Молодец, Леночка, сама умылась, чистенькая стала и платье сегодня меньше намочила. Давай переоденемся, а йотом будем стараться поменьше воды из крана лить и рукава не забудем завернуть...»

Когда вам приходится наказывать ребенка, надо, чтобы он понимал, за что его наказывают. При этом ребенок должен чувствовать, что его любят, покажите ему, что он хороший, что родители огорчены только из-за этого поступка.

Безусловно, нельзя запугивать ребенка. Малыш легко внушаем. Запугиванием можно навредить его здоровью* Может возникнуть заикание, боязнь темноты, недержание мочи и т. п.

Последите за внешней формой выражения своих мыслей и чувств по поводу малыша. На него действует не только слово, но и мимика, интонация. Ребенок» как вы помните, уже в младенческом возрасте легко определял отношение к нему по мимике и интонации.

Помните, уважаемые родители, что комплекс неполноценности формируется в первую очередь в семье и, как правило, сопровождает человека всю жизнь. Взрослые близкие люди забывают похвалить ребенка, порадоваться за него» злоупотребляя негативными оценками. Ваш малыш — как росточек, тянущийся вверх — к солнышку, к свету. Отнеситесь к нему бережно, чтобы не выросло ваше любимое растение ущербным.

Итак» мы попытались разобраться в некоторых проблемах личности: сущности, основных характеристиках и условиях ее развития.

Однако правомерно ли говорить о личности применительно к раннему периоду жизни, не рано ли? Социологами, психологами, педагогами признается, что личность оформляется в сравнительно поздние сроки. Однако в психологической науке установлено, что как качество» характеризующее общественную сущность человека, она начинает формироваться рано, еще в младенчестве, уже в первые месяцы жизни.

Давайте вместе с вами проследим, как же развивается личность малыша в раннем возрасте.

3. Только так из человечка выйдет Человек!

В психологии утверждается, что корни, истоки развития личности уходят в раннее детство человека. Начинается становление личности с момента рождения, хотя и на уровне предпосылок ее развития. Условием развития личности, как отмечалось выше, является наличие социального окружения, общения с людьми и совместной деятельности с ними.

Как же происходит развитие деятельности, общения и появление первых личностных образований у ребенка?

Новорожденный ребенок — беспомощное существо, полностью зависящее от нас, взрослых. Врожденные органические потребности ребенок не может удовлетворить без взрослого. Криком, плачем или спокойным поведением он постоянно сигнализирует нам о своем состоянии.

Спокойное или жизнерадостное состояние ребенка во время бодрствования, глубокий и своевременный сон, нормальные показатели физического развития свидетельствуют об удовлетворении взрослыми его физиологических потребностей.

Однако малыш от рождения нуждается не только в физиологическом комфорте, но и психологическом. То есть малыш испытывает потребность во внимании, ласке, любви взрослых, в первую очередь матери. Все больше данных свидетельствует о том, что с первых минут появления на свет ребенок нуждается в близости матери. Первое не отсроченное кормление, приложение его к материнской груди благотворно действует на последующее не только физическое, но и психическое развитие малыша и является хорошей основой дальнейшего развивающего взаимодействия матери и ребенка. С первых дней жизни ребенок нуждается в ласковом, спокойном обращении с ним. Оно проявляется в первую очередь в физическом контакте (прикосновении, поглаживании, ритмичном похлопывании и т. п.). Ласковый разговор с малышом, улыбки взрослого, физический контакт — все эти способы воздействия на ребенка как бы заранее предвосхищают, программируют подобный же человеческий отклик малыша на общение. Такое опережающее воздействие взрослого крайне необходимо малышу с первых минут появления его на свет.

Согласитесь, что потребность во внимании, ласке сохраняется у человека на всю жизнь.

Ласковое отношение к ребенку — условие формирования положительного отношения *его к людям* с первых недель жизни. Малыш еще не осознает, но чувствует свою значимость для близких, а это является основой его последующей активности.

Итак, вы начинаете общаться с крохой с момента появления его на свет. Однако он не сразу начинает общаться с вами. Но уже в течение первого месяца жизни (период новорожденности) ребенок выделяет из окружающего его мира лицо человека, ваше лицо. Сначала сосредоточение на лице матери, затем улыбка. Улыбка может появиться рано, на первом месяце, но она не обращена к человеку, никому не адресована и называется физиологической. К концу первого месяца жизни младенец начинает улыбаться взрослому. Улыбку, обращенную к взрослому в ответ на его воздействие, психологи расценивают как первую социальную реакцию ребенка. Это своеобразное сообщение взрослому, что он испытывает удовольствие от его присутствия и действия.

Что может быть прекраснее этой первой улыбки, первой детской радости, первого чувства любви к вам! Хотите пережить эту радость взаимного общения? Тогда не оставляйте своего малыша одного надолго, разговаривайте с ним, улыбайтесь, поглаживайте, пойте песни, читайте стихи — любите своего ребенка.

Вам кажется, что малыш вас не понимает? Конечно, ваш кроха не понимает, что вы ему говорите, но он очень хорошо чувствует ваше отношение к нему.

Ласковый голос, улыбка, поглаживание, ритмичное постукивание вызывают у малышки чувство безопасности, защищенности, эмоциональное благополучие. На этой осиове появляется потом доверие к взрослому, оформляется потребность в общении.

Таким образом, общаясь с малышом, важно заметить и поддержать эту первую социальную реакцию ребенка на взрослого — улыбку.

Если в первые недели жизни общение взрослого с ребенком — преимущественно в физических контактах, соприкосновении, то уже в конце первого месяца роль физического соприкосновения становится не главной, а фоном других способов общения — с помощью мимики, вокализаций.

Все эти способы входят в структуру непосредственно-эмоционального (Л. С. Выготский), ситуативно-личностного общения (М. И. Лисина), в которое включается малыш в первые шесть месяцев жизни. В процессе такого общения и зарождаются первые социальные контакты ребенка.

Улыбка, появляющаяся в конце первого месяца, — это хотя и социальная, но еще не инициативная реакция ребенка, а ответная (реактивная).

Примерно к трем месяцам (4—8 недель) появляется более сложная ярко выраженная реакция ребенка на взрослого, в которой сочетается улыбка, гуление, сосредоточение на лице взрослого и быстрые интенсивные движения ручками и ножками (вскидывание ручек, перебирание ножками) — это так называемый комплекс оживления.

В выводах психолога М. И. Лисиной и ее сотрудников отмечено, что появление у ребенка улыбки — это социальный контакт со взрослым, «а оформление комплекса оживления... знаменует начало их общения с окружающими» (Лисина М. И. Проблемы онтогенеза общения.— М., 1986.— С 258). Итак, младенец сам устанавливает контакт с вами, и конечно же первой здесь будет мама.

В последующих исследованиях в отечественной психологии данную реакцию определяют как одно из первых «предличностных образований» младенческого возраста, существенный показатель его нормального социального развития.

Следовательно, взрослым людям нужно помнить об этом и своим общением с малышом создавать условия для появления такой реакции. Н. М. Щелованов, Н. М. Аксарина, М. И. Лисина и другое призывали взрослых больше общаться с младенцами, так как это повышает их общий эмоциональный тонус, способствует развитию всех функций, дети становятся активнее, подвижнее, веселее.

Вспомните ваш диалог с малышом. «Мы сейчас пойдем гулять. Мы встретим папу. Мы купаемся» и т. п. Вы говорите слово «мы», несмотря на то что ребенок не выполняет эти действия сам. Важно, что вы рядом, вместе с ним, вы едины. Эту ситуацию единства младенца с матерью психологи называют ситуацией «Пра мы».

Личностные проявления характеризуются инициативной активностью ребенка, то есть действиями, возникающими по его инициативе. Ребенок постепенно от реактивных, ответных способов действия переходит к активным, направленным на привлечение внимания взрослых и удержания их около себя-

По данным психологов, оказывается, что инициативную активность малыша можно стимулировать. Замечено: когда взрослый активен в общении с ребенком, малыш удовлетворен этим и отвечает на такое общение улыбкой, гулением,

активными движениями и т. п. Если малыш привык к такому общению, почувствовал вкус к вниманию и ласке взрослого и уже испытывает потребность в этом, то взрослый может быть иногда и менее активен. Например, он появляется в поле зрения малыша, но не разговаривает, не улыбается. Тогда ребенок, *не удовлетворенный наличным общением*, становится более активным: улыбка — более живая, движения — более интенсивные, гуление — более громкое. То есть ваш малыш проявляет инициативу и активно призывает вас к общению (при условии, что он привык к общению с вами, ждет его, но не дождался вашей активности). Как видите, у крохи уже начинает проявляться ценнейшее качество, характеризующее личность, — инициативность. Вам важно осознать это и *всемерно стимулировать в общении проявление инициативной активности ребенка*, а не только ответной (реактивной).

Итак, с появлением комплекса оживления ваш малыш подрос, кончился период новорожденности, наступила новая стадия развития — стадия младенчества (до года).

Общение продолжается, но оно стало взаимным и получило название «непосредственно-эмоциональное». В центре внимания взрослого, матери — ребенок, а ребенок, выделив вас из окружающего его мира, впервые пытается воздействовать на вас: у него появляются выразительные эмоциональные голосовые звуки, обращенные к взрослому: призыв, хныканье. Малыш как бы сообщает, что вы ему нужны сейчас, он вам доверяет, он хочет общаться с вами.

Ваше общение с малышом на положительном эмоциональном фоне стало для него самоценным. И сейчас, и в последующие годы оно является условием его физического и психического здоровья, хорошего эмоционального состояния.

Ученые определили, что *на протяжении всего первого года жизни крохи непосредственно-эмоциональное общение — ведущий вид деятельности*.

Ведущим называется такой вид деятельности, который определяет наибольшие успехи в развитии человека.¹ В процессе такой деятельности происходят наиболее существенные сдвиги, изменения в психическом, личностном развитии малыша.

Поэтому *дефицит общения, особенно в этот период сказывается отрицательно на развитии ребенка*. Доказано, что отрыв ребенка от матери в первые годы его жизни негативно влияет на развитие эмоциональной, познавательной сферы, речи, вызывает в целом задержку психического развития. В последующие периоды жизни человека это может быть одной из причин его повышенной тревожности, неуверенности в себе, замкнутости, агрессивности и других негативных проявлений. Поэтому не бойтесь избаловать ребенка излишним общением. Оно не бывает излишним, но меняется его содержание, характер.

В чем это проявляется?

В первом полугодии в центре внимания малыша вы, близкий человек. Его привлекает ваш голос, улыбка, он следит за передвижением предметов» которые вы ему показываете, сосредоточивается на звуках. Малыш пытается привлечь ваше внимание голосом: гукает, гулит, лепечет. В главе «Гуленька» мы подробно

¹ В каждом возрастном периоде (преддошкольном, дошкольном, младшем школьном, подростковом и др.) есть свой ведущий вид деятельности

рассказываем о содержании такого общения с ребенком. Оно называется «ситуативно-личностное», в нем реализуется отношение «ребенок — взрослый». *Во втором полугодии меняется характер общения с малышом. Вы по-прежнему ему интересны, вы — главный мотив общения, но постепенно ему становится интересным мир предметов, которые его окружают.* Поэтому и общение со взрослым несколько меняется, оно возникает по поводу предметов. Это происходит не сразу. Вот малыш, благодаря вам, научился сосредоточивать взгляд на предметах (погремушках), ручка его разжалась (она была сжата в кулачок). Теперь, увидев заинтересовавший его предмет, малыш тянется к нему и пытается схватить, сначала безуспешно, а потом все более точно направляя руку. *Процесс хватания предмета, как отмечают психологи, имеет огромное значение для психического развития ребенка.* Научившись схватывать предметы, малыш может более свободно манипулировать ими, исследуя их. Вы общаетесь с ребенком, играя вместе с ним игрушками (волчок, погремушки и пр.).

Изменение характера общения сопряжено с появлением у детей предметных действий — манипуляций. Эти действия еще доорудийные, то есть ребенок не действует с предметами в соответствии с их функциями, назначением (он их ощупывает, бросает, берет в рот и т. п.)- Позднее, как отмечают ученые, появляются элементарные результативные действия (передвигает предметы — игрушки, выбрасывает из манежа), к концу года действия все более соответствуют назначению предмета и становятся более разнообразными и совершенными (нанизывает, вкладывает, открывает и т. п.). Ваш малыш занят интересным для него делом.

Совместные предметные действия опосредуют процесс общения. Взрослый подает малышу игрушки, придвигает их, сам с ними действует (погремушкой гремит, взявшись за ручку; шарики складывает в коробку и т. п.). Он демонстрирует ребенку эти действия с предметами, выполняет их вместе с малышом. Такое *общение* получило название «ситуативно-деловое». При этом взрослый по-прежнему остается в центре внимания малыша, ребенок по-прежнему жаждет обратить на себя внимание (выбрасывает из кровати игрушки, чтобы взрослый подал ему, и снова бросает и т. п.). Он как бы втягивает взрослого в совместные игры, используя целый ряд инициативных действий (улыбку, вокализации, движения, позы, предметные действия). Малыш ждет при этом *одобрения и ответных действий*. Вашему крохе сейчас важно, чтобы вы не только присутствовали при его делах, но участвовали в них, хвалили его за успехи, помогали, когда ему трудно. Постепенно обогащаются и способы общения ребенка с вами. По-прежнему, то радуясь, то огорчаясь, малыш мимикой и голосом как бы объясняет вам, удовлетворяет ли его общение с вами. Эмоциональные реакции при этом не только яркие, но и все более разнообразные. В зависимости от успешности общения он выражает удовольствие, радость, огорчение, обиду и т. п.

Итак, во втором полугодии общение ребенка и взрослого становится предметно-опосредованным, то есть на смену отношению «ребенок — взрослый» приходит отношение «ребенок — предмет — взрослый».

Личностный контакт со взрослым влияет на успешность освоения ребенком предметных действий. Если взрослый персонально обращается к ребенку, одобряет желательные действия, то есть удовлетворяет потребность во внимании и

одобрении, это влияет на успешность совершенствования предметных действий, а значит, и на общее психическое развитие.

При таком общении постепенно дифференцируется отношение ребенка к взрослому. Оно зависит от того, как проявляет себя Взрослый в совместных предметных действиях. Малыш радуется взрослому, который с ним интересно играет, стремится продлить общение с ним.

На основе совместных предметных действий, общения формируется дифференцированное отношение к «своим» и «чужим». «Свои» вызывают комплекс оживления, «чужие» — реакцию торможения, избегания. Однако когда чужие появляются в присутствии родных, ребенок более спокоен и даже заинтересован новым лицом. Предпочтения, привязанности к некоторым родным людям у малыша появляются рано. Так, ребенок (девочка) в 5 месяцев, находясь дома в основном в окружении матери и бабушки, вечером с удовольствием общается с бабушкой, который играет с ней часто и интересно. Находясь на руках у бабушки, она отворачивается от подошедшей бабушки, как всегда ласково с ней разговаривающей и улыбающейся. Бабушка зашла с другой стороны, чтобы опять видеть лицо внучки, и продолжает общаться с ней, малышка опять отвернулась. Наконец, не выдержав настойчивой инициативы бабушки и не имея других средств продемонстрировать отказ от общения, она уткнулась лицом в плечо деда. Через некоторое время, оставшись одна, она с радостью реагировала на появление бабушки. Очевидно, потребность ребенка в смене впечатлений, в относительной новизне общения с близкими людьми и вызывает реакцию предпочтения, своеобразного выбора ребенком более интересного в данной ситуации партнера по общению.

Таким образом, *восприятие ребенком взрослых становится более дифференцированным, у него складываются устойчивые образы взрослых.*

В ситуативно-деловом общении ребенок неожиданно открывает для себя эффективный способ общения с людьми — указательный жест.

Вот ваш малыш увидел какую-то игрушку, потянулась ручка, а достать не может. Рука застыла в движении, но вы заметили это движение и поняли, что ему надо. Наконец привлекательная игрушка у него в руках, малыш доволен. Так повторяется несколько раз. Вы, взрослые, понимаете движение ребенка, его желание, вы придаете смысл этому движению руки как указанию для вас. Постепенно и ребенок начинает улавливать связь между его движением и вашим ответным действием на него. Так, движение, направленное на предмет, превращается в жест-указание для других. Это приглашение вас к «сотрудничеству». Возможности вашего общения с ребенком при этом расширяются.

Ребенок во втором полугодии жизни по-прежнему нуждается в ласке, внимании и одобрении взрослого. Малыш не только оценивает другого человека и по-разному реагирует на людей, но и выясняет отношение взрослого к себе.

Известный психолог М. И. Лисина, создавшая научную школу по исследованию проблем развития личности ребенка в раннем возрасте, глубоко изучавшая вопросы общения детей раннего возраста, заметила, что потребность человека (ребенка) в общении есть и потребность в оценке, которую он сам получает в которую сам дает окружающим.

Внимание, ласковое отношение взрослого к ребенку, одобрение его достижений в овладении предметными действиями (манипулятивными и некоторыми орудийными) вызывает у него не только состояние эмоционального комфорта, чувства доверия к взрослому, безопасности, но и чувства собственной значимости для взрослых. Все это — условия становления у ребенка образа себя, осознания своего «Я», без этого невозможно развитие личности.

Проявления предпосылок становления образа себя обнаруживаются у детей рано. Так, наблюдения психологов за детьми в опытах с зеркалом показали, как малыш в 2—3 месяца начинает замечать свое отражение в зеркале, радуется ему. К 6 месяцам он пытается активно исследовать отражение (трогает ручками и т. п.). После 6 месяцев пытается действовать перед зеркалом и соотносить отражение с действиями. Малыш как бы делает для себя открытие, действуя с этим необычным предметом. К концу года, уже зная особенности зеркала, ребенок может разглядывать себя, варьировать мимику и т. п. А на втором году жизни действия малыша перед зеркалом («ряжение») — одна из любимых игр. В действиях с зеркалом как бы отражается постепенно нарастающий интерес ребенка к себе, своей внешности, возможностям действовать.

Итак, к концу года ребенок осваивает предметно-манипулятивные и начинает осваивать некоторые орудийные действия, у него появляются первые слова, он начинает ходить, это расширяет возможности познания. Общение со взрослыми все более опосредуется действиями с предметами. Хотя появляются отдельные простейшие слова, однако способы общения в основном невербальные (мимика, жесты, звуки и т. п.).

Общение к концу года становится все более богатым по содержанию, разнообразным по способам и все более развивающим ребенка. Малыш постепенно отделяется от вас. Ситуация «Пра мы» уже не единственная в общении. Ребенок становится все более активным, инициативным и в общении, и в действиях с предметами. Расширяются его физические возможности (ползает, начинает ходить, действия с предметами все более уверенные и разнообразные). Все это вызывает у ребенка стремление к более активному освоению пространства, предметов, его заполняющих. Именно в этот период взрослым хочется все убрать с его дороги, повесить на недосягаемую высоту, закрыть на ключ и т. д. Нам хочется оградить привычный нам мир вещей от разрушения, ребенка — от травм. За ним нужен, как говорится, глаз да глаз. *Малыш настойчив, он требует свободы, а мы его ограничиваем...* По мнению некоторых психологов, к концу первого года жизни у детей в ответ на наши запреты и замечания появляется еще большая настойчивость в действиях, некоторое противопоставление себя взрослым. При этом психологи используют термин «кризис первого года жизни».

Подробнее об этом явлении вы прочтете в главе «Гуленька». А сейчас ограничимся одним пожеланием: *радуйтесь тому, что ваш малыш становится все более активным, инициативным и пытается отстаивать свое право на проявление этих качеств. В вашем ребенке зарождается личность, помогите ему. А как это сделать, вы также прочтете в упомянутой главе.*

Так заканчивается младенческий возраст, первый год жизни малыша в течение которого появляется и развивается, изменяется деятельность общения, появляются предпосылки развития личности, первые предличностные образования.

Наступает *ранний возраст* — с года до трех лет

В раннем возрасте в связи с началом ходьбы изменяется отношение ребенка к миру, в младенчестве малыша интересовали сначала только вы и общение с вами через предметы. Постепенно *доминирующий интерес ребенка смещается со взрослого на мир предметов и действия с ними*. Постепенно развивается новая деятельность — предметная.

Познание предметов и усвоение способов действия с ними и есть содержание предметной деятельности, которая отчетливо проявляется и формируется после первого года жизни, в раннем возрасте (с 1—3 лет) и становится ведущей. Но способы употребления этих предметов придумывали люди многих поколений, и они ребенку неизвестны.

Кто же раскроет ребенку эти способы действия, употребления предметов? Конечно же вы, родители, он по-прежнему нуждается в вас. Без вас малыш опять беспомощен. Поэтому *предметная деятельность — это деятельность, совместная со взрослым, и она невысказима без общения ребенка и взрослого*. Однако общение здесь не главное для ребенка, для него главное — предмет, и потому эта деятельность предметная. Общение как бы оформляет предметную деятельность, становится фоном, средством передачи взрослым и присвоения ребенком опыта использования предметов.

Малыш не сразу осваивает способы употребления предметов. Сначала — предметные действия, совместные со взрослыми, затем ребенок выполняет их по подражанию, постепенно они становятся более самостоятельными. О последовательности их развития и способах формирования прочитайте внимательно в последующих главах нашей книги.

При освоении предметно-орудийных действий во взаимодействии со взрослым постепенно изменяются отношения между ребенком и взрослым, «Свои» взрослый стимулирует предметные действия, с «чужим» малыш не хочет взаимодействовать, однако «чужой» может вызвать интерес к себе активной, интересной игрой с ребенком.

*Ребенок больше нуждается в активном, а не пассивном взрослом** Он выражает большой интерес, радость при встрече, предпочитает в качестве партнера того взрослого, который с ним часто и интересно играет. Поэтому малыш охотно общается со старшими детьми, если они с ним играют в привлекательные для него игры. На основе совместной предметной деятельности у ребенка возникает привязанность к отдельным взрослым, чаще всего к матери.

Отношение ребенка к взрослому меняется. Взрослый для него не только партнер, но и образец для подражания. В то же время ребенок еще более нуждается в благожелательной оценке своих действий со стороны взрослых. Он радуется успеху, огорчается при неудачах. *Одобрение, похвала взрослого вызывают у него чувство гордости, собственного достоинства, неудачи — чувство огорчения, стыда*. Малыш начинает себя оценивать в зависимости от успеха или неуспеха в деятельности. Поэтому взрослым крайне важно быть внимательными к тому, что делает малыш, к его действиям, поддерживать ребенка, хвалить, помогать при неудачах. Необходимо дифференцировать общее положительное отношение к малышу («Ты хороший...») с оценкой конкретных действий («Молодец, убрал игрушку на место, на полочку...»). Огорчаясь при неудачах ребенка, надо быть

готовым помочь ему, показать, что беды не случилось, можно все исправить. Благодаря этому растет чувство доверия, привязанности ребенка к взрослым, повышается его общий эмоциональный тонус. Все это влияет на успешность освоения предметной деятельности, а именно: инициативу, активность в действиях и более быстрое их освоение. Следовательно, более успешно идет психическое, личностное развитие малыша.

Итак, предметная деятельность становится ведущей в раннем возрасте. Общение, пронизывая ее, сохраняется и как самостоятельный вид деятельности. Благодаря развитию речи общение становится более интенсивным и все более богатым и разнообразным.

Таким образом, в дошкольном возрасте сначала общение (в младенчестве), а затем предметная деятельность (в раннем возрасте) являются ведущими видами деятельности. В раннем возрасте зарождаются и другие виды деятельности, в них также идет психическое, личностное развитие ребенка.

Постепенно к трем годам малыш становится более умелым и самостоятельным. Он умеет пользоваться многими предметами (ложкой, чашкой, карандашами, игрушками и т. д.), он научился одеваться, надевать на себя многие вещи и т. п. Вследствие этого малыш все чаще стремится действовать как взрослый: готовить обед, стирать, гладить и т. п. К трем годам он все настойчивее заявляет: «Я сам». Малыш как бы отделяет себя от вас, начинает противопоставлять себя взрослым, все чаще повторяя: «Я сам» — *эта позиция ребенка есть главное личностное новообразование данного возраста.* Ребенок начинает стремиться к активному и достаточно самостоятельному участию в жизни взрослых. Конечно, при всей его «самости» малыш не может, не умеет еще очень и очень многого. Возникает противоречие между его стремлением к самостоятельности и ограниченными возможностями, обусловленными сложностью, недоступностью освоения многих предметов, окружающих его. Наступает кризис трех лет жизни крохи. В это время у вас могут появиться трудности в общении с малышом.

Что же делать? Пойдите навстречу вашему ребенку, признавайте и поощряйте его «Я сам» — так заявляет о себе зарождающаяся личность.

Взрослый удовлетворяет потребность ребенка быть активным и самостоятельным. Каким образом? Там, где это возможно, взрослый не делает за малыша то, что он может сам, не запрещает осваивать предметный мир, если это не вредит здоровью ребенка и здравому смыслу. Позволяйте ему все, что он может делать сам, а в остальном — помогайте. Однако малыш не все может сам (стирать, варить суп и т. п.). Ваш ребенок и тут может найти выход: он начинает играть в то, что очень хочется делать, но пока недоступно. Поэтому в таком возрасте (с года до трех лет) появляется игра. Сначала это сюжетно-отобразительная, а затем сюжетно-ролевая игра, то есть малыш берет на себя роль (например, «Я как будто мама»).

В этих играх малыш с помощью игровых действий, игрушек воспроизводит заинтересовавшие его в реальной жизни ситуации, действия.

Помогите малышу: дайте ему игрушки, «бросовый» игровой материал, играйте вместе с ним. Покажите ему, как можно «как будто» варить обед, вести машину и т. п. Так вы поможете вашему ребенку удовлетворить потребность в познании вас, вашего мира взрослых, жить с вами одной жизнью, соучаствовать в ней. А заодно понаблюдайте за играми своих малышей, и вы узнаете, о чем думает

ваш ребенок, что его волнует, интересует, чем он живет. В каких-то играх вы непременно узнаете и себя. Вы увидите, как растет и развивается ваш малыш в этой деятельности. Если же вы, взрослые, неразумно ограничиваете возросшую самостоятельность ребенка, это вызывает его негативное поведение. Поэтому некоторые ученые считают кризисом не закономерно возникающее противоречие, которое, по сути, позитивно и движет развитие, а само негативное поведение ребенка, спровоцированное нашим неграмотным поведением.

Короче говоря, бурных кризисных реакций ребенка можно избежать. Однако взрослые должны быть готовы к ним, а значит, знать проявления кризиса.

Выдающийся психолог, ученый с мировым именем Л. С. Выготский выделил четыре симптома этого кризиса: 1 — негативизм; 2 — строптивость; 3 — упрямство; 4 — своеволие.

Первый симптом — негативизм — это такие проявления в поведении ребенка, когда он не хочет что-то делать только потому, что это предложено взрослым, то есть это реакция не на само действие, а на взрослого. Одна мама приводит такой случай: на рукаве платья ее девочки оказалась пушинка из подушки, а этот ребенок боялся пушинок. Мама, проходя мимо, сняла пушинку и бросила на пол. В ответ девочка наклонилась, отыскала ее на полу и положила на прежнее место — на рукав. Все произошло молча, без слов и капризов. То есть при негативизме выступает на первый план социальное отношение ребенка к другому человеку. Ребенок действует при этом нередко наперекор своему желанию.

С негативизмом тесно связан другой симптом — упрямство — реакция, когда ребенок настаивает на своем не потому, что ему этого хочется, а потому, что *он* это потребовал.

Строптивость, в отличие от негативизма, безлична, направлена против норм поведения, навязываемых ребенку.

Своеволие — стремление к самостоятельности, выраженное в реакции «Я сам».

Л. С. Выготский отмечал, что все симптомы кризиса выявляют перестройку позиции ребенка в обществе взрослых, и потому это ключевой момент в «рождении личности». Идет перестройка мотивационной сферы, перестройка самосоздания. И потому, как два года назад, порадитесь растущей личности.

Известный психолог Г. М. Бреслав предполагает, что можно говорить о двух вариантах становления личности: а) революционная, бурная и кратковременная перестройка мотивационной сферы и самосознания; б) постепенная, эволюционная перестройка.

Исследователем замечено, что у детей, посещающих детский сад, чаще встречается второй вариант перестройки. Если вы разумно подойдете к своему малышу, революции может не быть.

Таким образом, в процессе становления предметной деятельности, на фоне усложняющегося по содержанию и по способам общения со взрослыми ребенок достигает нового уровня личностного развития. Осознание себя и стремление реализовать собственное «Я» есть процесс перестройки отношения ребенка к миру, изменение позиции малыша в обществе окружающих его людей.

Возросшая самостоятельность ребенка и его потребность активного участия в жизни взрослых ограничены объективной сложностью предметного мира и

отношений между взрослыми. Эти факторы вызывают у детей потребность понять мир взрослых, их действия и отношения. Поэтому на смену одному виду ведущей деятельности — предметной приходит другой вид — игра, в которой и реализуется эта потребность. Игра — ведущий вид деятельности, но уже в дошкольном возрасте.

В раннем возрасте зарождаются разные виды человеческой деятельности: изобразительная, музыкальная, театрализованная, конструктивная и даже трудовая. Их появление и развитие ребенка в них также немислимы без общения с вами. В каждом виде кроются большие возможности для развития ребенка.

Однако эти возможности могут быть и не реализованы, если деятельность будет стихийной. В главах «Гуленька» и «Я сам» мы расскажем вам с учетом возраста детей и специфики разных видов деятельности, что, когда, как и почему надо делать, чтобы ваш малыш развивался полноценно.

Безусловно, в данной книге мы знакомим вас с общими принципиальными позициями воспитания ребенка, развития его личности. Полезно прислушаться к ним. Однако каждый малыш уника-лея, семейная жизнь сложна и многообразна, поэтому рецептов на все случаи нет. Вам придется приложить много усилий, проявить великое терпение и педагогическое творчество, если хотите, чтобы ваше дитя стало личностью, нужной людям, помнящей и любящей вас, способной воплотиться затем в своих детях.

4. Для меня важно, как организован мой день

(Общие требования к режиму дня)

Одним из условий успешного развития ребенка является продуманный распорядок дня, который способствует нормальному функционированию внутренних органов и физиологических систем организма, обеспечивает уравновешенное бодрое состояние ребенка, предохраняет его нервную систему от переутомления и тем самым создает благоприятные условия для здоровья и развития. Режим соответствует ритмам и темпам жизнедеятельности организма.

Ребенок, который живет по режиму, всегда выгодно отличается от ребенка «безрежимного». В первом случае малыш более уравновешен, активен, у него преобладают положительные эмоции. Во втором — он часто капризничает, менее активен. Ребенка, живущего по режиму, легче воспитывать. Ведь организм, привыкнув к определенному ритму, сам в соответствующее время требует пищи, отдыха, активности. Взрослому достаточно посмотреть на часы, чтобы понять, почему изменилось поведение малыша. В более старшем возрасте режим дисциплинирует ребенка, делает его более самостоятельным, активным.

С какого же времени надо приучать ребенка к режиму и как это делать? С первых дней после рождения устанавливается только режим питания. Возможность установления режима сна и бодрствования появляется только на втором месяце, так как первое время у ребенка нет четкого ритма сна и бодрствования. Он засыпает в разное время дня и ночи, различна и длительность каждого отрезка сна. Бодрствование тоже бывает то короче, то длиннее. Такое неупорядоченное поведение может длиться довольно долго. Но если мама будет

кормить ребенка в определенное время, то он начинает сам просыпаться ко времени кормления.

После кормления у ребенка возникает спокойное бодрствование. Отрезки бодрствования по мере роста малыша становятся более длительными, а сон короче и глубже. Примерно к 2,5—3 месяцам определяются четкие границы между этими состояниями, если для этого создаются определенные условия. На втором месяце под влиянием естественных различий, имеющихся днем и ночью в окружающей среде, формируется суточный режим сна и бодрствования. Ребенок начинает спать больше в ночное время, а бодрствовать днем. Для образования ритма дневного сна и бодрствования естественных условий нет. Поэтому днем бодрствование сменяется сном многократно и в разное время. При этом периоды сна и бодрствования могут быть слишком длинными или очень короткими. *Для своевременного образования ритма бодрствования и сна необходимо создавать определенные условия.*

В часы, установленные для сна, условия должны быть благоприятные для засыпания и глубокого сна, а в часы бодрствования — условия» активизирующие бодрое состояние. Иногда у ребенка первых месяцев жизни день превращается в ночь, а ночь — в день. Это неестественно для ребенка и суший ад для родителей. Иногда мама радуется, что ребенок покушал и тут же заснул у груди. Такое можно допускать только в период новорожденности, а на втором-третьем месяце жизни уже необходимо все сделать так, чтобы после кормления ребенок активно бодрствовал.

На первом году жизни очень важна правильная последовательность удовлетворения потребностей ребенка. Ее установил профессор Н. М. Щелованов, основоположник педагогики раннего детства. Активное, эмоциональное состояние во время бодрствования в первые месяцы во многом зависит от удовлетворения потребностей в пище и сне. С голодным, усталым ребенком трудно общаться, трудно занять его игрушкой. Поэтому в первые месяцы режим надо строить так, *чтобы после кормления ребенок бодрствовал, а спал после активного бодрствования.* Во время крепкого сна ребенок не чувствует голода, который обычно наступает через 2,5-3 часа после кормления. Выспавшегося ребенка кормят обычно в момент наивысшего пищевого возбуждения, поэтому он активно, с аппетитом ест. Приняв пищу, малыш ведет себя активно во время бодрствования, так как в этот момент его нервная система находится в оптимальном состоянии. Наигравшись и не успев еще проголодаться, ребенок быстро засыпает. Если его после кормления сразу укладывать спать, то он просыпается уже проголодавшимся и бодрствование его проходит в период голодного возбуждения. Мы уже отмечали, что в таком состоянии ребенка трудно чем-либо занять и бодрствование протекает менее активно, а значит, оно бесполезно для *его* развития. Такая последовательность: сон — кормление — бодрствование сохраняется до 9—10 месяцев. В связи с развитием нервной системы, усилением ориентировочной реакции голодное возбуждение несколько затормаживается. Появляется возможность кормить не сразу после пробуждения, а через 30—40 минут. Поэтому указанная выше последовательность в период от 9—10 месяцев до полутора лет сохраняется лишь частично. Начиная с полутора лет она полностью меняется.

На протяжении первого года режим меняется четыре раза. На 2-м году — два раза, на 3-м году не меняется. При составлении режима дня надо учесть возраст

ребенка, уровень развития, здоровье. Ослабленные дети обычно живут по режиму дня более младших детей. Режим должен обеспечить необходимое суточное количество сна, кормления и бодрствования.

Разумеется, можно сдвигать часы ночного сна, пробуждения в зависимости от уклада семьи. Однако *нельзя нарушать длительность промежутков между кормлениями, сном, увеличивать или сокращать бодрствование, раньше времени переводить малыша на меньшее количество дневного сна.* Конечно, каждая мама в зависимости от поведения ребенка может немного раньше покормить его, если он проснулся раньше времени и беспокоится, или пораньше уложить спать. Но это не должно стать системой, иначе ребенок не привыкнет к установленному ритму. Недопустимо кормить ребенка ночью. Ну а что делать, если он проснулся и беспокоится? Посмотрите, сухой ли он, дайте ему попить несладкой водички, ласково погладьте его, но не разговаривайте, не разгуливайте, и ребенок уснет. Необходимо помнить, что часы бодрствования включают и гигиенические процедуры, занятия с ребенком, прогулки. Их вы можете планировать с учетом режима вашей семьи. Иногда они в зависимости от потребности, от поведения ребенка, от погоды могут меняться в последовательности, но только внутри часов бодрствования. Например, если на улице тепло и у вас есть время погулять с ребенком, воспользуйтесь этой возможностью, а занятия проведите в следующий отрезок бодрствования, а можете, наоборот, провести сон на воздухе, а бодрствование — в помещении.

Дети раннего возраста отличаются повышенной чувствительностью даже к небольшим нарушениям в удовлетворении их органических потребностей. Это объясняется недостаточным развитием функций коры головного мозга. Если ребенок недоспал, утомился или ему холодно, жарко, то, как правило, у него меняется настроение, поведение. Малыш не понимает своего состояния и не может сообщить о нем словами. Но постарайтесь понять его сами и устранить причину такого поведения.

Выше мы отмечали, что режим имеет воспитательное значение. Ребенок привыкает к определенному порядку, положительно относится к требованиям взрослого. Но чтобы это было так, надо всегда предлагать ребенку спать, есть, играть в то время, когда у него появилась потребность в этом, что возможно только при правильном режиме и четком его соблюдении. И еще золотое правило: никогда не торопите ребенка. Ваш малыш в силу своих особенностей не в состоянии быстро переключаться с одного вида деятельности на другой, например с игры на сон или еду. Помогите ему, дайте за несколько минут установку на ожидаемое событие. Вот ваш малыш играет с машиной, а по времени надо обедать. Как поступает большинство родителей? Берут ребенка за руку, ведут к столу, в лучшем случае сопровождают свои действия словами: «Пойдем, Сережа, обедать!» Л малыши, как правило, начинают сопротивляться. В чем дело? Может, он не проголодался? Да нет! Просто вы разрушили его предыдущую деятельность. Совсем по-иному он поведет себя, если вы его за несколько минут до начала кормления спокойно предупредите: «Сереженька, скоро будем обедать, поставь свою машину в гараж, помой руки и приходи к столу». Дети обычно с удовольствием включаются в такую игру и с аппетитом едят.

Ваш ребенок будет более положительно относиться к приему пищи, укладыванию спать, к туалету, если будет активным участником этих процессов. Научился годовалый малыш держать ложку, пытается поддеть ею пищу — дайте ему эту возможность. Не беда что ложка с кашей не всегда попадает в рот, но активные действия ребенка поддерживают интерес к еде, способствуют развитию движений и самостоятельности.

Вся жизнь ребенка проходит в постоянном чередовании сна, бодрствования, кормления. Постарайтесь все это использовать для развития, воспитания вашего малыша. Обговаривайте все действия свои и ребенка, называйте свойства предметов, явлений, формируйте нужные привычки, навыки. Даже во время еды ребенок может узнать новые слова, свойства пищи (кисель кислый, сладкий; каша горячая, вкусная и т. п.).

Никогда не фиксируйте внимание ребенка на неправильных поступках, а учите, как надо делать правильно. Малыш берет пищу из тарелки руками. Как должны поступить родители? Ни в коем случае не читать нравоучений, а просто дать ребенку в руки ложку и сказать спокойно: «Ешь кашку ложкой».

Итак, вы заранее познакомились с основными условиями успешного развития ребенка. Но вот ребенок родился... каким он приходит в наш мир? Как он развивается?

Глава III. Гуленька

(Воспитание и развитие ребенка первого года жизни)

1. Я пришел в этот мир

(Особенности ребенка первого года жизни)

Вот вы и встретились со своим долгожданным малышом. Теперь у вас есть возможность сколько угодно прижимать его хрупкое тельце к своей груди, заглядывать ему в глазки, ласково улыбаться. Но вместе с тем у вас прибавилось забот и волнений, появилось множество вопросов: нормально ли прибавляет в весе, вовремя ли стал улыбаться, держать головку, почему часто беспокоится по ночам, что надо делать, чтобы он правильно развивался

и рос здоровым? Теперь вы будете вместе с ребенком проходить весь путь *его* развития, вместе с ним учиться и самосовершенствоваться. Но прежде чем отправляться в этот путь, попытаемся узнать нашего малыша поближе.

Первый год жизни — это самый трудный и ответственный период не только для него, но и для родителей. Ведь после рождения у ребенка меняется буквально все; характер питания, тип дыхания, температурный режим и т. д. Ко всему он должен приспособиться, а приспособительные механизмы развиты еще очень слабо. Вот почему малейшие нарушения в режиме питания, температуре, излишние шумовые раздражители могут привести к непоправимым изменениям в здоровье ребенка. А основы здоровья закладываются именно в первый год жизни. На первом году наблюдается очень тесная связь между физическим и нервно-психическим развитием (развитием слуха, зрения, движений, речи и т. п.)- Недостаточное внимание к нервно-психическому и физическому развитию детей в этот период отрицательно сказывается на их общем состоянии и последующем развитии. Для всего раннего детства характерен быстрый темп развития, но наиболее интенсивно ребенок развивается на первом году жизни. Буквально каждый месяц происходят изменения как в физическом, так и психическом состоянии малыша. Поэтому на первом году жизни младенца выделяется несколько периодов: 1-й месяц (новорожденный), с 1 месяца до 3; 3—6, 6—9, 9—12 месяцев. В каждом из них можно отметить ведущие линии развития малыша. В соответствии с ними названы параграфы в главе «Гуленька».

Ребенок рождается с массой тела от 2500 до 4000 г. В среднем вес тела новорожденного составляет 3300—3700 г. Дети с массой тела 4000 г и выше считаются крупновесными и относятся к группе риска в связи с возможностью развития у них осложнений при родах и в послеродовой период. Длина тела при рождении колеблется в пределах 48—58 см и составляет в среднем 52—53 см. Все новорожденные теряют в весе в первые дни 200—300 г. Это так называемая физиологическая убыль, частично связанная с потерей жидкости. Через 7—10 дней эта потеря компенсируется. В дальнейшем вес ребенка быстро нарастает. В первом полугодии он ежемесячно прибавляет в весе от 600—700 до 1000 г, во втором — 400—500 г. К концу года масса тела малыша составляет примерно 10—10,5 кг. Длина тела увеличивается за каждый месяц в среднем на 3 см. Величина груди у

новорожденного примерно на 2 см меньше окружности головы. К 3—4 месяцам величина окружности груди и головы становится одинаковой, а к году окружность груди превышает окружность головы в среднем на 2 см. *В дальнейшем окружность груди у здорового ребенка всегда будет больше. Если эта закономерность окажется нарушена, родители должны обязательно обратиться к врачу.* Обычно нарушение пропорции в развитии грудной клетки и головы наблюдается при рахите, гипотрофии, различных эндокринных нарушениях.

По величине окружности головы и груди ребенка родители могут определять размер одежды и головного убора. Например, окружность груди 52 см — размер одежды будет 26, окружность головы 50 см — размер головного убора 50.

Упитанность ребенка определяется толщиной подкожно-жировой складки на животе на уровне пупка. В норме она должна равняться 1—2 см.

У нормально развивающегося, здорового ребенка в 7—8 месяцев начинают прорезываться молочные зубы. Первыми появляются нижние центральные резцы. К году у ребенка прорезываются и боковые резцы, сначала верхние (в 10—11 месяцев), а затем нижние, *Имейте в виду, что сроки прорезывания зубов очень индивидуальны даже у здоровых детей.* Этот процесс является физиологическим и чаще всего не вызывает каких-либо расстройств здоровья. Однако у некоторых детей в это время может измениться самочувствие. Они становятся более капризными, у них усиливается слюноотделение, появляется большая потребность чесать десны. В это время малышу надо дать специальное *зубное* кольцо, которое можно купить в аптеке. Это кольцо необходимо каждый день кипятить и держать в закрытой посуде.

За первый год жизни ребенка значительно увеличивается работоспособность его нервной системы. Это происходит за счет ее развития и укрепления. Так, если в первый месяц период бодрствования ребенка продолжается до 20—30 минут, то к концу первого года этот период увеличивается до 3,5 часа. Однако помните, что нервная система малыша остается еще очень слабой и быстро утомляется. *Чтобы исключить переутомление, необходимы частая смена раздражителей во время бодрствования и достаточный по времени глубокий сон.*

Психическое развитие ребенка непосредственно связано с его эмоциональным общением со взрослыми и предметно-манипулятивной деятельностью.

Развитие ребенка, таким образом, зависит в основном от родителей» от их умения помочь малышу адаптироваться (приспособиться) к новым условиям.

Перед родителями стоят следующие задачи:

- обеспечить полноценное здоровье и своевременное физическое развитие малыша;
- обеспечить его своевременное нервно-психическое развитие (восприятие, положительные эмоции, движения, действия с предметами, подготовительные этапы речи);
- создавать условия для возникновения первых социальных и личностных проявлений ребенка: сначала ответной активности в виде улыбки, а затем инициативной активности в виде комплекса оживления;
- стимулировать инициативную активность малыша в предметно-опосредованном общении со взрослым;
- вызывать удовлетворение от успехов в совместной деятельности;

- в поддерживать инициативу ребенка в движениях, в действиях с предметами и т. д. как основу будущей самостоятельности.

Чтобы успешно решить эти задачи, необходимо формировать у ребенка правильный ритм сна и бодрствования и своевременно его изменять по мере возрастания работоспособности нервной системы малыша; создавать условия для активного бодрствования и глубокого сна; воспитывать положительные эмоции к приему пищи, укладыванию спать, туалету, а также общению со взрослыми; способствовать возникновению полезных привычек и предупреждать вредные (отрицательные).

Рассмотрим подробнее, как идет физическое и психическое развитие малыша и что должны делать родители, чтобы активно влиять на этот процесс.

2. Как я развиваюсь в первый месяц жизни

Итак, первый период — это период новорожденности и продолжается он до одного месяца.

Ребенок появляется на свет с рядом безусловных рефлексов. Большинство из них оборонительного, защитного характера и помогают ему приспособиться к внешнему миру.

В первые дни и недели жизни ребенок реагирует на сильный свет, он беспокоит его. Поэтому освещение комнаты младенца приходится делать равномерным, не чрезмерно ярким. Сильный звук также неприятен ребенку, он может расплакаться от резкого звонка, хлопанья дверью, громкого крика. Поэтому ласковый голос матери успокаивает его. Очень важен сосательный рефлекс, который выражается в сосательных движениях. У младенца хорошо развиты вкусовые ощущения. Он морщится, выплевывая соленую или горьковатую пищу, и, наоборот, с удовольствием пьет сладкий чай.

Не безразличен новорожденный к теплу, холоду, боли, так как кожная чувствительность с рождения очень высокая. Резкое прикосновение к нему вызывает напряжение, он может заплакать, а нежные и уверенные руки матери снимают тревожность ребенка, и он успокаивается.

Большим достоянием новорожденного является ориентировочный рефлекс, который И. П. Павлов назвал рефлексом «что такое?». Этот рефлекс имеет большое значение: в дальнейшем на его основе развивается интерес к окружающему, любознательность, формируется познавательная деятельность.

Все реакции младенца носят недифференцированный характер, то есть раздражение того или иного рецептора вызывает не локальную, а разлитую реакцию. Например, на болевое раздражение руки ребенок отвечает не отдергиванием ее, а общими беспокойными движениями. Однако наряду с широко развитыми реакциями уже в первый месяц жизни можно отметить образование в коре больших полушарий мозга сильных концентрированных очагов возбуждения (доминант), которые способны усиливаться от действия побочных раздражителей и вызывать торможение других нервных центров.

Какие же это доминанты? Прежде всего, у новорожденного ярко выражена пищевая доминанта: например, во время сосания затормаживаются все другие движения. И наоборот, плачущего, голодного младенца практически ничем нельзя

успокоить. Есть у новорожденных и вестибулярная доминанта. Покачивание ребенка вызывает прекращение крика, беспокойных движений. Это давно было замечено и использовано в народной педагогике: применялись такие приемы, как укачивание на руках, в люльке, кровати.

Способность нервной системы концентрировать возбуждение имеет большое значение для образования условных рефлексов, то есть реакций, которые появляются у ребенка только при определенных условиях жизни. Так, на 5~7-й день, если мама кормит ребенка грудью через строго определенные промежутки времени, например через 3 часа, у него появляется условный рефлекс: ровно через 3 часа ребенок начинает беспокоиться и выражать чувство голода. В конце второй недели образуется и другой рефлекс: возникают сосательные движения всякий раз, как он оказывается возле груди. Если ребенка кормят нерегулярно и из бутылочки, то эти условные рефлексы не возникают.

О чем говорит появление первых условных рефлексов у младенца? О том, что возможны и необходимы активные воспитательные воздействия на ребенка. Буквально с первых дней жизни у него могут быть сформированы как положительные, так и отрицательные привычки, правильное и неправильное поведение.

В период новорожденное™ на основе имеющихся у ребенка зрительных и слуховых реакций происходит познание окружающих предметов, их физических свойств (формы) цвета, величины и др.). Так, на 5—6-й день после рождения ребенок начинает более или менее устойчиво следить взглядом за предметом. Помочь ему установить зрительный контакт с предметом можно только медленно перемещая этот «объект». На неподвижных предметах малыш еще не умеет длительно фиксировать свой взор. Ему легче воспринимать предмет, если в поле зрения отсутствуют другие раздражители. Поэтому в первые 3—4 недели подвешивайте или показывайте ему одну яркую игрушку, а не гирлянды разноцветных погремушек. Игрушку надо подвешивать или показывать на расстоянии 60 см от уровня груди, чтобы ребенок не косил глазами. Лучше всего малыш сосредоточивается на лице взрослого, когда тот склоняется над ним. К концу первого месяца при систематических упражнениях младенец уже хорошо сосредоточивается и на лице взрослого, и на ярком предмете.

В первый месяц развиваются и слуховые реакции. С первых дней надо дать вашему ребенку возможность вслушиваться в голоса окружающих его людей, в звучание погремушки. Взрослый должен чаще разговаривать с малышом. Делать это надо в спокойной обстановке, без лишних звуковых раздражителей.

Развитие зрительного и слухового сосредоточения служит основой для возникновения у ребенка положительных эмоций. К концу первого месяца малыш успокаивается, если видит близко взрослого, слышит голос. Заметив улыбку, он тоже начинает слабо улыбаться»

Постепенно нервная система малыша развивается и укрепляется. Если в первые дни жизни ребенок в основном спит и пробуждается только для кормления, то к концу первого месяца он бодрствует уже в течение 35—40 минут.

Как меня кормить

Потребность в пище — биологическая потребность. Кажется бы» что это должно решить все проблемы, связанные с питанием. Но, увы, они возникают буквально с первых дней жизни младенца.

Не будем доказывать, что грудное вскармливание самое полезное. Все об этом прекрасно знают. Напомним лишь, что материнское молоко — это больше, чем питание. В нем есть то, чего нет и не может быть в искусственных смесях: биологически активные вещества, гормоны, антитела» защищающие ребенка от болезней. В последнее время проведены исследования, показавшие, что в материнском молоке появляются антитела против того возбудителя, который вызвал заболевание малыша. Вскармливание грудью имеет и огромное психологическое значение: мать и дитя во время кормления едины. Живая теплая струйка молока, переливающаяся от мамы к малышу, помогает установить эмоциональный контакт, взаимопонимание.

Сосательный рефлекс является доминирующим и появляется еще до рождения, однако не все дети сразу хорошо берут грудь. Помните, мы говорили, что грудь к кормлению надо готовить до рождения ребенка? Если вы не поленились, то все будет в порядке. Если вы заранее не готовили грудь, вытягивайте соски перед каждым кормлением. Начиная кормить, средним и указательным пальцами слегка сожмите грудь у края ореола (околососковый кружок), сосок выдвинется вперед, и ребенку легче будет захватить его ротиком. Постарайтесь, чтобы в рот малышу попал не только сосок, но и часть ореола, тогда младенец меньше будет заглатывать воздух, а следовательно, и срыгивать. Иногда грудь у мамы очень тугая. В этом случае сцедите несколько капель, ребенку будет легче сосать.

Перед кормлением обязательно очистите нос младенца от слизи. Кормите ребенка не более 20 минут. В первые дни можно держать его у груди и 30 минут, но не более! Иначе начнутся сбои в режиме питания, да и сосок мамы травмируется, могут появиться трещины, что вызовет трудности с кормлением.

Покормив, поддержите ребенка несколько минут вертикально, чтобы он отрыгнул воздух — это уменьшит вероятность срыгивания. Положите его затем обязательно на бочок, а не на спину, иначе он может захлебнуться, если срыгивание все-таки произойдет. Первое время грудного вскармливания — это время уступок, компромиссов, взаимного приспособления. Кормление может получаться несколько хаотичным, но к концу месяца надо постараться, чтобы сложился ритм, близкий к общепринятому и вместе с тем учитывающий индивидуальные особенности вашего малыша.

Во время кормления постарайтесь быть спокойной, никуда не торопитесь и временно забудьте все свои проблемы. Если вы будете придерживаться этого правила, то и малыш будет спокойно себя вести.

Кроме грудного молока, с первых дней жизни ребенок должен получать 50—100 г жидкости. Это может быть кипяченая вода или отвар плодов шиповника, ромашки аптечной.

С трехнедельного возраста в рацион постепенно вводятся, начиная с 5 капель, фруктовые и овощные соки.

Проблемы кормления не единственные в этот период. Маму часто беспокоит плач ребенка.

Почему я плачу

Плачем ребенок оповещает о каком-то неудобстве, голоде, боли и т. п. Как же важно понять кроху, которому что-то требуется. Что же?

- Ребенок охладился, ему холодно — это может вызвать плач, икоту. Согрейте его. Укройте одеялом, положите грелку.
- Малыш может плакать, когда у него мокрые пеленки и это раздражает кожу. Иногда плач сопровождается икотой, так как мокрые пеленки способствуют охлаждению. Смена пеленок, согревание малыша успокоят его.
- Ребенок плачет при перегревании. Кожа его при этом краснеет, на ней может появиться красная сыпь (потница), он «разбрасывает» ручки, ножки. В этом случае надо раскутать ребенка, снять лишний слой одежды, дать попить.
- Тугое пеленание, неудобство одежды также могут вызвать плач. Обычно при этом ребенок пытается с помощью движений изменить свое положение.
- Младенец может плакать при ощущении голода, если он получил мало молока при предыдущем кормлении.
- Плач во время кормления может быть связан с воспалительным процессом на слизистой оболочке полости рта или воспалением среднего уха. В последнем случае плач часто возникает и ночью вне связи с кормлением. Согревающий компресс облегчит боль в ухе.
- Плач после кормления, при котором ребенок перебирает (сучит) ножками, вызван чаще всего болезненными ощущениями в желудке (из-за растяжения его большим количеством воздуха, попавшего при сосании вместе с молоком). Чтобы избавить ребенка от страданий, не забывайте после каждого кормления подержать его в вертикальном положении. Многие дети первых месяцев жизни страдают от кишечных колик. В этом случае ребенка надо напоить укропной водой, положить теплую пеленку на животик, сделать легкий массаж его. Руки, естественно, при этом должны быть теплыми. Массаж делают по часовой стрелке.

Как видите, причин беспокойства может быть много. Постарайтесь разобраться в них и побыстрее устранить. Не давайте ребенку «выкрикиваться», ведь есть много способов успокоить его. Очень часто родители при первом крике малыша берут его на руки. Конечно, это создает у него чувство уверенности, защищенности.

Ему приятно находиться на теплых любящих руках мамы. Но помните: если всякий раз, как только малыш заплачет, вы будете брать его, у него быстро образуется привычка все время плачем добиваться, чтобы его взяли на руки. Кроме того, дети, которые много времени проводят на руках взрослых, менее самостоятельны, чаще всего они отстают в развитии движений. Ребенка надо брать на руки, но лучше это делать, когда он спокоен, сыт, весел и готов к общению, полезному для него.

Со мной уже можно заниматься

Как показывают современные исследования, возможности ребенка раннего возраста велики. *Двухнедельный ребенок следит за перемещающимися предметами; в три недели он внимательно рассматривает предметы окружающей обстановки, различает даже близкие цветовые тона: красный и оранжевый, оранжевый и желтый и т. д.* Малыш в возрасте одного месяца *по-разному реагирует на веселую и грустную мелодию*: затихает при грустной и оживленно двигает руками и ногами при веселой. При звучании грустной мелодии у малыша можно наблюдать печальное выражение лица: уголки губ опускаются вниз. Ребенок как можно раньше должен получать зрительные, слуховые и другие впечатления. Своевременное начало функционирования всех органов чувств позволяет малышу успешно развиваться и в дальнейшем,

В первые дни жизни ребенок бодрствует очень мало, но и в эти небольшие отрезки времени необходимо показывать новорожденному разнообразные игрушки. Положите ребенка так, чтобы источник света находился за его головой. Тогда он сможет без помех и лишнего утомления рассматривать хорошо освещенные предметы. Игрушку лучше всего надеть на стержень длиной 60—70 см. Почему так? Да потому, что ребенку трудно поймать взглядом предмет. Взрослый ему показывает игрушку, а малыш чаще всего смотрит не на нее, а на лицо взрослого. Стержень как раз и необходим для того, чтобы в поле зрения ребенка была только игрушка. Можно обойтись и без стержня, но тогда показывайте игрушку, вытянув руку» чтобы он не видел вашего лица. Размер игрушек (лучше колец) 5—7 см в диаметре наиболее удобен для занятия. За игрушками большего или меньшего размера дети следят гораздо хуже. Игрушки (кольца) должны быть разного цвета: красный, оранжевый, желтый, зеленый, синий, фиолетовый. Следует также учесть, что в яркий солнечный день малыши лучше следят за движением зеленых, синих и фиолетовых игрушек, а в пасмурный – красных, оранжевых, желтых.

Показывайте игрушки 1—2 минуты, повторяйте показ два раза подряд, проводите его один-два раза в день.

Задача взрослого; привлечь внимание ребенка так, чтобы он следил глазами за перемещающимся предметом. Для этого перед малышом, лежащим на спине, на расстоянии 60—70 см над его лицом, взрослый начинает слегка покачивать предмет.

Перемещать игрушку следует тогда, когда малыш ее увидит. Затем взрослый начинает передвигать предмет: сначала вправо, затем влево; возвратив игрушку к центру, перемещает ее вверх от глаз ребенка (следя за ней, кроха запрокидывает головку) и снова к центру, а затем вниз»

Теперь *приближаем* игрушку к глазам ребенка на расстояние 20—30 см и постепенно удаляем ее на расстояние вытянутой руки.

Не расстраивайтесь, если ребенок при первом показе проследит за игрушкой, движущейся только в каком-либо одном направлении. Продолжайте заниматься с ним каждый день, и вы очень скоро (с третьего-четвертого раза) увидите, что ваш малыш следит за игрушкой, движущейся во всех направлениях.

Слуховой аппарат здорового ребенка с рождения готов к восприятию звуков, но его нужно упражнять. Поэтому играйте с крохой, перемещая над ним не только яркие предметы, но и звучащее игрушки: погремушку, колокольчик. Такие игры можно проводить уже с двух недель, К концу месяца вы заметите, что ваш малыш

сосредоточивается на звучащей игрушке, делает *поисковые* движения или даже отыскивает предмет по звуку, поворачивая голову вслед за ним. Эти первые слуховые реакции очень важны для дальнейшего развития слуха. Помните также, что звук погремушки, колокольчика должен быть не резкий, а мягкий, негромкий. Оказывается, уже с 20-го дня жизни младенец может различать цвета. Помогите ему в этом. Подвесьте на высоте 60—70 см от его груди игрушку. Сначала привлечите внимание младенца к ней, вращая и потряхивая ее. Меняйте игрушки по цвету, как только заметите, что ребенок почти не задерживает взгляда на хорошо знакомой игрушке. Вы увидите, что при появлении игрушки другого цвета ребенок, затаив дыхание, широко раскрывает глаза, вскидывает руки и т. п. Ваш малыш различает цвета! Развивайте эту способность: через каждые 3—4 дня подвешивайте игрушку другого цвета. Начните с зеленого цвета, затем смените его на красный, синий, оранжевый, фиолетовый, желтый.

Проведя занятие по показу игрушки, не убирайте ее, пусть она находится над ребенком, чтобы во время бодрствования он мог самостоятельно сосредоточиться на ней.

Итак, если взрослые, разговаривая, ласково склоняются над лицом младенца, он к концу месяца улыбнется им. Если они показывают ему яркую игрушку, перемещая ее в поле зрения ребенка, он начинает следить за нею, а затем сосредоточивает взгляд на неподвижной игрушке. И награда за это — тоже улыбка.

Конец периода новорожденности замечателен: это открытие мира людей (улыбка на лицо и голос) и мира предметов (улыбка на яркую, звучащую, движущуюся игрушку). От того, как часто возникают эти положительные эмоции, зависит и психическое, и физическое благополучие младенца.

Появление способности смотреть, слушать, слабо улыбаться при виде взрослого свидетельствует о том, что период новорожденное-™ кончился и контакт «(ребенок — взрослый)» установлен. Итак, малыш преодолел рубеж новорожденности и перешел на новую ступень развития.

В период с одного месяца до трех он сказал бы о себе: «Я учусь смотреть и видеть, слушать и слышать».

3. Я учусь смотреть и видеть, слушать и слышать

(Воспитание и развитие ребенка от 1 до 3 месяцев)

В этот период остается ведущим эмоционально-личностное общение с ребенком. Однако содержание его становится несколько иным. Оно связано с развитием зрительных, слуховых и эмоциональных реакций на окружающее. Этим и наполнено бодрствование ребенка.

Общение, направленное на развитие его зрительных и слуховых реакций, расширяет ориентировку в окружающем, способствует развитию движений рук, а в дальнейшем общих движений и речи. Ребенок не только следит за движущейся игрушкой и сосредоточивается на неподвижной, но и устанавливает связь между зрительными и слуховыми впечатлениями.

Малыш может дольше, чем на первом месяце, сосредоточивать свой взгляд на лице взрослого, предмете и игрушке. При этом он как бы замирает, прекращает все

движения ручками и ножками. То же самое происходит и при слуховом сосредоточении. Ребенок прислушивается к вашему голосу, звуку погремушки, мелодичной музыке. К 2—2,5 месяца малыш часто улыбается при виде улыбающегося лица взрослого, при звуках его ласкового голоса, при виде ярких игрушек, которые показывают ему. Улыбка ребенка сопровождается движением рук, ног, голосовыми реакциями в форме гуления. Возникает ярко выраженное радостное настроение (комплекс оживления). Комплекс оживления (улыбка, активные движения руками и ногами, гуление) — первое средство общения.

Так малыш воздействует на вас, выражает свою потребность в вас, в вашей любви и заботе. В этот период закладываются отношения привязанности ребенка и матери. От эмоциональной насыщенности отношений привязанности во многом будет зависеть развитие личности малыша, его «Я».

Малыш еще не знает, «кто я?». А вот «какой я?» — любимый или отвергнутый, — он уже ощущает, чувствует, эти ощущения и возникают в отношениях привязанности. Это важно для его будущей самооценки, уверенности в себе, самостоятельности, независимости и формирования доверительного отношения к другим.

Если малыш не будет иметь таких эмоциональных контактов с мамой, то он будет испытывать тревожность, трудности в установлении контактов с другими людьми.

В процессе эмоционального общения у ребенка развивается зрительное и слуховое сосредоточение. Особое внимание в этот период нужно обратить на развитие рук малыша. Пока они еще сжаты в кулачки и в локтевом суставе. Лишь изредка он разжимает их и начинает ощупывать простынку, свои ноги и руки, голове. Надо создать условия для того, чтобы ребенок разжал кулачок и выпрямил ручку в локтевом суставе, соединил, согласовал движения руки и глаза. Нужны новые игры с игрушками, способствующие развитию этих движений. Какое значение имеют эти, казалось бы, элементарные действия? Они лежат в основе овладения ребенком разными способами действий с разными предметами, в процессе чего у детей раннего возраста развивается мышление. Поэтому постарайтесь уяснить по нашей книге, как идет развитие действий с предметами (предметной деятельности) от одного возраста к другому.

Итак, вы начинаете с малышом новые игры.

Подвесьте игрушки по-новому — в два «этажа». На высоте 60—70 см над грудью ребенка закрепите для него погремушку на высоте 7—10 см от груди закрепите знакомую игрушку. Обе лески соедините лентой, конец ее пусть свободно свисает над ребенком. Внимание ребенка должно быть привлечено к новой игрушке. Однако играйте с малышом по-другому, нежели на первом месяце. Таи действовали с игрушкой вы, а сейчас *помогите ему* заметить новую игрушку самому. Кое это сделать? Взрослый покачивает новую, высоко подвешенную погремушку, привлекая к ней внимание малыша. Заметив ее, он радостно вскидывает руки вверх, «случайно» задевая низко подвешенную погремушку или ленту. Верхняя погремушка при этом опять начинает покачиваться, а малыш снова замирает к пристально рассматривает ее. Потом наступает новый всплеск двигательной активности, и ребенок снова задевает ручками за низко подвешенную погремушку, приводя в движение верхнюю.

Таким образом ребенок занимается сам. Игру проводите два раза в день в течение одной-двух недель, меняя верхнюю погремушку каждые 2—3 дня. Это очень важно: интерес ребенка не иссякнет из-за новизны игрушек.

Затем усложните игру. Подвесьте на *леску еще* и колокольчик. В этой игре главное — заставить разжаться кулачок ребенка. Для этого есть способ. Улыбнитесь малышу, ласково заговорите с ним и погладьте его ручки с тыльной стороны. И вот? ладошки раскрылись! Это произошло непроизвольно (рефлекторно) от вашего прикосновения. Не мешкайте, подведите конец ленты к ладошкам малыша. Они непроизвольно сжимаются в кулечки, а конец ленты оказывается зажатым. Ребенок радостно двигает руками, приводя в движение погремушки и колокольчик. Это удовольствие для крохи: все движется, звенит, а в результате развивается его слух и зрение.

Эту игру можно проводить до 3-месячного возраста, меняя периодически верхнюю игрушку.

С двух месяцев начинайте играть в такую игру:

Положите ребенка на животик, а прямо перед ним из расстояния 1 м поместите яркую большую игрушку. Пусть это будет собачка (кошка, медвежонок...). Сконцентрируйте внимание ребенка на игрушке, отодвигайте ее в сторону на 80—100 см, приговаривая: «Идет собачка, топ-топ». Малыш повернул голову, а затем и весь корпус в том же направлении. Затем начинайте передвигать игрушку в другую сторону, вызывая у малыша активные движения головы, туловища, игру можно повторить два-три раза подряд и два-три раза в день с использованием разных игрушек.

Научившись следить за предметами, малыш уже может занять себя в течение некоторого времени: рассматривать близко находящиеся предметы и игрушки, следить за входящими и выходящими из комнаты людьми, прислушиваться к различным звукам.

Слуховое и зрительное сосредоточение, которое развивается в этих играх, очень важно и потому, что является основой развития речи ребенка. Как же идет развитие речи в этот период? Оно начинается буквально со дня рождения малыша. Возможно, это удивит родителей, но это так. Мама радостно сообщает всем; «Он улыбнулся мне...» Это «событие» случается уже на втором месяце жизни ребенка. Если бы мог, ребенок сказал бы: «Я улыбаюсь — значит, говорю». Так можно условно назвать первый период развития речи детей, имеющий громадное значение для овладения родным языком.

Главная задача этого периода — установление контакта с ребенком с помощью эмоциональной (экспрессивной) речи. Мы уже говорили, что ведущим видом деятельности малыша первых трех месяцев жизни является эмоциональное общение с близким взрослым. При общении происходит развитие потребности в использовании врожденного механизма — *звукопроизношения*. Первые звуки ребенка, как бы направленные к нам, делают нас счастливыми. Произносимые, на первый взгляд, бессмысленно, *эти звуки направлены на установление контакта со взрослыми*. Что же представляют собой первые звуки ребенка?

Эти первые звуки принято называть гулением. Чтобы оно появилось и развивалось, нужно всей душой стремиться установить контакт со своим малышом. Ребенок весь светится, сияет, если мама наклоняется над его кроваткой,

заговаривает с ним. Значение радости в жизни грудного ребенка очень велико. Это основа развития речи. Никакая игрушка в этом возрасте не может так легко вызвать радостное состояние, как улыбка и ласковый голос родного человека. Отсюда следует очень важный совет родителям; больше *разговаривайте с ребенком, улыбайтесь ему* — это важное условие развития его ответных голосовых реакций, слухового сосредоточения. Когда это надо делать? Прежде всего, конечно, во время ухода за ребенком. Мама поглаживает малышу ручки, ножки, спинку, согревает, заменяя мокрую одежду сухой, и ведет с ним «разговоры». Основная их задача — успокоить ребенка, выразить ему свои чувства; «Мой хороший, мой маленький, не плачь, сейчас я покормлю тебя, покачаю, песенку спою...» Да кто, как не мама, найдет самые лучшие, самые ласковые слова своему ребенку! Интонации голоса тоже будут разные. Они помогают ребенку прислушиваться к звукам, сосредотачиваться на лице взрослого, а это очень существенно. Уже к концу второго месяца можно заметить реакцию ребенка на голос мамы (может иногда появиться громкий смех с взвизгиванием, иногда малыш замолкает, прислушиваясь к голосу мамы). Это свидетельствует о том, что ребенок все более активен в общении со взрослым. «Разговоры» взрослого с малышом становятся все более содержательными: «Доброе утро, Сашенька, как спал, мой сыночек?» Мама задает вопросы и сама отвечает на них. Очень важно, что ребенок слышит разговорную речь» а в ответ появляются голосовые реакции. Они становятся разнообразнее, ребенок как бы экспериментирует со звуками. Во время бодрствования он сначала произносит отдельные отрывистые звуки типа «кх», «гх», а затем в его «речи» появляются гласные звуки, которые малыш произносит протяжно, мелодично: «а-а-о-о-о» и т. п. Итак, уже в 3 месяца малыш начинает гулить. Этим ребенок как бы выражает потребность в общении со взрослым.

Происходят изменения в развитии движений. Прежде всего надо создать условия для развития у ребенка умения удерживать голову в вертикальном положении. Начиная с 4—6 недель берите малыша на руки в вертикальном положении, поддерживая одной рукой за грудь, а другой за ягодицы. Вначале держите его в таком положении буквально несколько секунд, а затем постепенно увеличивайте время, отведенное для этого. Вы почувствуете, как мышцы шеи малыша становятся крепче и он уже может некоторое время держать голову.

Формированию умения удерживать голову вертикально способствует и выкладывание ребенка на живот. Каждый раз перед кормлением или через 30—40 минут после него нужно положить ребенка на животик на твердую поверхность стола. Ласково разговаривайте с ним, при этом поглаживайте ему спинку снизу вверх и обратно. Кстати, положение на животе очень полезно для развития дыхательной системы, кровообращения, а также для подготовки к ползанию. Только не давайте ребенку утомляться, ведь он сам еще не может изменить позу. Ни в коем случае не оставляйте его без присмотра. Постепенно в результате многократных упражнений малыш научится держать голову свободно и длительное время как в вертикальном положении на руках взрослого, так и лежа на животе, опираясь на предплечья. *Как только малыш начал держать голову, развивайте упор его ног.* Берите его под мышки в вертикальном положении так, чтобы нога касались твердой поверхности, но не ставьте его. Едва ребенок оттолкнется от поверхности, тут же поднимите его, повторяя это упражнение несколько раз. Первое время ножки

малыша будут беспомощно подгибаться в коленях и тазобедренных суставах. Однако если проделывать эти движения с ребенком каждый раз, когда берете его для пеленания, переодевания, туалета, вы почувствуете, как он начинает отталкиваться от твердой поверхности, а затем и выпрямлять ножки в коленях. Эти движения очень полезны для формирования более сложных движений, вставания и ходьбы.

В этот период возрастает способность и для музыкального развития вашего малыша.

С самого рождения кроха, попадая в мир, полный музыкальных звуков, вслушивается в них.

Первые и очень важные музыкальные впечатления ребенка связаны с пением мамы, бабушки. Веками они пели у детской колыбели нежные, задушевные, ласкающие его слух колыбельные песни.

Много есть замечательных колыбельных песен, но, если вы еще не освоили их, пойте своему малышу приятные мелодии.

Можно спеть ему разные песни. Вы сами почувствуете, какая мелодия ему больше нравится. На ней и остановитесь.

С первых месяцев в период бодрствования малыша включайте время от времени приятную для его слуха инструментальную музыку. Понаблюдайте за малышом, когда будете включать ему различные вокальные или инструментальные произведения, и вы заметите, что при слушании одних он явно испытывает удовольствие, а при восприятии других — дискомфорт. Это значит, что у ребенка начинает появляться «музыкальная избирательность».

Итак, к концу 3-го месяца у ребенка проявляются следующие способности:

- подолгу сосредоточиваться на предметах и звуках; следить взглядом за движущимся, звучащим предметом, поворачивать за ним голову;
- улыбаться, оживленно двигаться, гулить при появлении взрослого (комплекс
- оживления); это первые социальные проявления малыша, первое активное выражение отношения к взрослому; первые попытки кроки побудить взрослого к контакту с ним;
- хорошо поднимать и удерживать головку вертикально в положении на животе и на руках у взрослого, отталкиваться ножками от твердой поверхности, выпрямляя их в коленях;
- реагировать на пение взрослого и затем на звучание музыки.

4. Я начинаю вас узнавать, я умею гулить, я действую с игрушкой

(Воспитание и развитие ребенка с 2,5—3 до 5—6 месяцев)

Вот и еще одну ступеньку роста преодолел ваш малыш, В этот период у него постепенно появляется способность к различению раздражителей внешней среды. Особенно ярко она выражается в избирательном отношении ко взрослым.

В три месяца ребенок уже узнает своих маму, папу, а шестимесячный ребенок различает близких и чужих, по-разному на них реагирует. При виде

знакомого лица малыш радуется, а при виде чужого человека хмурится, иногда плачет. Он реагирует на ласковый и строгий голос родителей, узнает голос мамы, папы. Услышав из прихожей голос пришедшего с работы отца, он всем телом тянется в ту сторону, пытается приподняться. Папе нужно назвать его в этот момент по имени. Родители общаются с малышом не только тогда, когда он их видит. Мама делает домашние дела и ласково разговаривает с ребенком, как бы перекликается с ним. Малыш не видит маму, но положительно реагирует на ее голос, улыбается, радостно двигается, издает звуки.

Продолжается развитие зрительных и слуховых реакций ребенка. Постарайтесь подобрать ему игрушки разного цвета, величины, формы. Для показа, помимо игрушек, можно использовать любые разнообразные по свойствам предметы: объемные и плоские, разной величины, формы, цвета, по-разному звучащие. Подносите к ним ребенка, давайте ему их рассматривать, обязательно при этом называйте предметы.

К 3—4 месяцам у ребенка развивается координация движений руки. Радуюсь чему-либо, он обычно выпрямляет руки. В процессе таких движений у него укрепляются мышцы-разгибатели, появляется возможность дотрагиваться до предметов, игрушек, своей одежды. То, что ребенок случайно прикасается к предметам, разглядывает их, прислушивается к издаваемым ими звукам, способствует более полному их познанию.

Понаблюдайте за малышом: увидел игрушку, сосредоточил на ней взгляд, потянулся к ней рукой, но промахнулся. Не так-то легко точно направить руку, взять то, что увидел глаз. В три месяца у крохи начинает развиваться согласованная работа руки и глаза. Если вы не упустите этот момент в воспитании ребенка, в дальнейшем он будет легко осваивать любые практические действия. Задумайтесь — не случайно появились поговорки: «Не тем концом руки вставлены» или наоборот: «Все в руках горит». А все начинается в три месяца.

Поэтому в период с 3 до 6 месяцев надо помочь развитию у ребенка зрительно-двигательной координации:

- согласованного движения глаза и руки;
- умения схватывать предметы разной величины и формы.

Общаясь с малышом, мы теперь предлагаем ему игрушки» побуждая его к их захватыванию. Поэтому игрушки должны быть удобными. Если для развития зрительного сосредоточения подвешивались яркие шары, то для захвата они не годятся. Лучше использовать кольца, погремушки с ручкой. Не пытайтесь быстрее вложить в руку ребенка игрушку. Проявите терпение, вызывайте интерес к ней. Пусть малыш сам протянет руки и попытается взять ее. Это первые активные действия его рук.

Как только ребенок сделает попытку взять игрушку, выразив свое желание раскрытием ладонки и направлением руки в сторону предмета, приблизьте ее к ладони малыша, позволяя захватить предмет. Конечно, ребенок еще не может долго удерживать предметы, он выпускает их из рук. Ваша задача — взять снова игрушку и повторить все с начала несколько раз, закрепляя и совершенствуя действие.

Слегка потяните игрушку к себе, чтобы рука малыша испытала мышечное усилие. Меняйте предметы: берите сначала более удобные, а затем менее удобные для захватывания.

Если малыш начал активно направлять руку к предмету и схватывать любую предложенную вами игрушку, считайте, что вы справились с еще одной задачей и можно приступать к выполнению следующей.

А следующая задача взрослого — помочь ребенку с 3—3,5 месяца *приспособить движение руки к величине схватываемого предмета*. В этом вам пригодятся большие и маленькие кольца от деревянной пирамидки диаметром 4,5—5 см (не меньше, чтобы малыш их не проглотил и не засунул в ухо или нос!). Подойдут и другие предметы, разные по величине и цвету.

Положите малыша на живот и поместите перед ним яркие кольца на расстоянии вытянутой руки. Предоставьте ему возможность брать их по одному, то большое, то маленькое, приспособив руку к захватыванию, удержанию и манипулированию предметом.

Не забывайте похвалить малыша, погладить, взять на руки по окончании игры. А во время игры разговаривайте с ним.

Будем надеяться, что приспособление руки к величине схватываемого предмета прошло удачно. В 3,5—4 месяца пора начать *приспосабливаться к форме предмета*.

Для этого в предыдущую игру-упражнение внесите изменение.

Перед лежащим на животе ребенком положите несколько знакомых ему предметов (колечки) и незнакомый (кубик) на некотором расстоянии друг от друга, чтобы малыш переводил взгляд с одного на другой. Важно, чтобы ребенок, знакомясь с предметами, активно обследовал их руками.

Предметы разной формы предполагают соответствующие способы действия с ними: разное раскрытие ладони, поворот кисти руки, различные комбинации пальцев для удержания и обследования и т. д. Такие игры обычно в 3—4 дня помогают ребенку опытным путем выработать наиболее рациональные и удобные движения рук и пальцев.

С 4,5—5 месяцев малышу предлагают предметы прямоугольной и треугольной формы с размерами сторон 3 и 4,5 см, толщиной 1,5 см. Эти предметы можно взять из набора строительного материала: прямоугольные бруски, «кирпичики», треугольные призмы, «крыши». Можно самим изготовить «кирпичики», набив поролоном или ватой и обшив яркой тканью (или обклеив яркой плотной бумагой) коробочки из-под зубной пасты, духов и т. п. Положите перед лежащим на животе ребенком один «кирпичик». После того как малыш возьмет его, положите еще один. Скорее всего, он сразу оставит первый и возьмет второй. Тогда положите третий. Затем через день-два добавьте во время таких занятий к трем «кирпичикам» одну призму, а потом еще две призмы (примерно в течение 3—4 дней). Поддерживайте интерес крохи к предметам новой формы ласковыми словами, улыбкой.

Продолжайте обогащать зрительные впечатления малыша: привлекайте его внимание к ярким предметам в комнате (например, жостовскому или хохломскому подносу, вазе и т. п.). Интерес к этим красивым вещам у малыша не угаснет 3—4 недели. Предметы такого характера располагайте то вертикально, то горизонтально у самой освещенной стены комнаты.

Помните, уважаемые родители: что бы вы ни делали с малышом, все ваши действия происходят в процессе общения. Не забывайте, что уже с трех месяцев

кроха все активнее проявляет свое желание общаться с вами. Ваша задача — удовлетворить это желание малыша, выражая разными действиями любовь к нему. Такие действия присущи любящей матери (и отцу, и другим близким). Напомним их:

- поглаживание, похлопывание; перебирание пальчиков;
- движения его ручками, ножками; тормошение и поцелуи в животик, в ладошки, в пятку, другие прикосновения, сопровождаемые нежным приговариванием всех вариантов его ласковых имен, и т. п.;
- разговор с ласковой интонацией. Например: «Кто у нас хороший? Кто у нас пригожий? Тимочка хороший! Тимочка пригожий. Ждите от своего крохи ответа в виде разных звуков. Обязательно дождитесь от него вокализаций и повторите их для него;
- действия и разговоры сопровождайте улыбкой, А если ребенок первый улыбнулся вам, обязательно поддержите такую «инициативу» и ответьте ему тем же. Если кроха развеселился и засмеялся, смейтесь вместе с ним;
- не забывайте смотреть в глазки своего малыша, ловите его взгляд, старайтесь продлить этот момент и непременно с улыбкой.

Все это средства эмоционального общения с младенцем. Тем самым вы уже закладываете фундамент будущего взаимопонимания.

Итак, к 6 месяцам у ребенка развита зрительно-двигательная координация и рука приспособлена к величине и форме схватываемого предмета. С помощью восприятия разных предметов обогатились его зрительные ощущения. В 6 месяцев малыш обычно начинает удерживать в каждой руке по игрушке, может переключать их из одной руки в другую.

С появлением предметных действий возникает новая форма общения — ситуативно-деловое общение (с 6 месяцев): малыш начинает стремиться к сотрудничеству со взрослым в конкретной ситуации; пытается вовлечь его в манипуляции, игры с предметами.

В центре сотрудничества находится предмет и действие с ним. Ваша роль при этом не должна сводиться только к тому, что вы поднимаете и подаете ему предмет. Малышу этого мало. Ему важна *совместная* деятельность с вами. В этой деятельности взрослый является для него как бы зеркалом, в котором ребенок видит отношение к себе, внимание к себе, одобрение своих действий. Это придает уверенность действиям малыша, развивает эмоциональные реакции на одобрение взрослого, что в дальнейшем подготавливает такое важное личностное новообразование, как гордость за свои достижения.

Возникновение первых действий с игрушкой влияет на формирование некоторых общих движений. Как только ребенок научился брать игрушки, *их больше не нужно подвешивать в кроватке, просто положите их сбоку от него. Это будет вызывать у малыша потребность в переворачивании сначала на бок, потом на живот и обратно.* Все эти движения очень полезны. Ведь ребенок, научившись переворачиваться, свободно и самостоятельно может изменить позу. В то же время *эти движения готовят его к ползанию.*

Продолжаем развивать упор ног. Держим ребенка под мышки и делаем движения «подтанцовывания». Малыши любят эти упражнения, они вызывают у них много радости и в то же время способствуют укреплению ног. Можно делать

эти движения, держа ребенка на коленях. Всегда сопровождайте свои действия улыбкой, словами или пением.

Как же развивается речь малыша в этот период? Мы уже говорили, что к 3 месяцам ребенок начинает гулить (произносить отдельные звуки).

Теперь гуление занимает уже значительную часть бодрствования. К 5—6 месяцам появляется новая очень важная особенность в развитии речи ребенка — он начинает произносить не отдельные звуки, а звукосочетания: «ба-а», «па-а», «ма-а». Таким образом звуки приобретают характер элементов слова.

Ребенок вступает в период лепета (лепечет, как мы говорим). По сравнению с гулением это более сложный вид упражнения речи. Эти первичные проявления речи младенца носят эмоционально-волевой характер и выражают его внутреннее состояние. Причем и гуление и лепет — показатель положительных эмоций (ребенок ведь может и кричать — это отрицательные эмоции). Младенец не только гулит или лепечет, но и оживленно жестикулирует, мимирует («делает гримасы»). Приходится только поражаться тому упорству, с которым он упражняет свой речевой аппарат: он способен иногда в течение получаса издавать одни и те же звуки, повторяя их сотни раз. Если понаблюдать за ребенком, то можно заметить, что такие голосовые упражнения появляются у него только во время радостного возбуждения. Имейте в виду, уважаемые взрослые: дети страдающие, голодные, оставленные в одиночестве, не гулят и не лепечут. *Спокойное, радостное самочувствие ребенка — основное условие для развития его языка.*

Общение, внутренняя душевная связь между малышом и мамой являются основным условием развития его речи. Орган слуха при этом играет первостепенную роль. Ребенок жадно ловит звуки, раздающиеся вокруг него, прислушивается к ним и стремится им подражать. И главная роль, ни с чем не сравнимая по своему значению, принадлежит, конечно, человеческому голосу. Знакомый голос мамы, папы сразу привлекает внимание ребенка, радуется, успокаивает его. Найдите время для общения с ребенком, не оставляйте его надолго в одиночестве. Поддержите его «разговоры», позанимайтесь с ним. Играя с малышом, чаще повторяйте издаваемые им звуки, дайте новые, более сложные образцы их, и ребенок обязательно будет вам подражать. Произносите звуки с разной интонацией, громче, тише; воздействуйте на ребенка не только голосом, но и своими движениями, мимикой (спойте песенку, похлопайте ладошками, поиграйте пальцами, покачайте головой и т. д.). Малыш будет непременно внимательно вас слушать, следить за движениями губ, пытаться подражать. При этом он улыбается, гулит, лепечет, выбирая из большого количества слов, произносимых взрослыми, те, которые составляют круг его возможностей, пытается их произносить (по-своему, конечно). Но здесь важно помнить следующее: для того чтобы звуки ребенком воспринимались и различались, чтобы они оказывали влияние на развитие его слуха, слуховой наблюдательности и языка, необходима тишина, спокойная обстановка. Если громко говорит радио, включены магнитофон, телевизор, ребенок просто не будет слышать ни слов взрослого, ни самого себя. В лучшем случае он лежит молча, а скорее всего, начинает плакать.

Итак, к 5—6 месяцам при вашем старании и активном участии ребенок не только гулит, но и начинает лепетать.

Продолжаем развивать у маленького ребенка восприятие музыки.

Пусть песенка будет немного (2—4), но пойте их малышу ежедневно.

Вы доставите крохе большое удовольствие, если напевая веселую песенку» возьмете его руки в свои и будете хлопать ими или возьмете его ножки и будете сгибать и разгибать их. Врачи советуют делать такую зарядку с ребенком под ритмичную, жизнерадостную песню мамы, возможно, грамзапись. Отмечается, что кроха делает зарядку в таком случае с особым удовольствием.

Музыка постепенно входит в жизнь ребенка. Он уже начинает затихать и выжидательно смотрит на дудочку в руках у мамы. Веселая музыка побуждает малыша к активности: это и эмоциональные возгласы, и двигательные реакции.

Когда малыш начинает прислушиваться к музыке, можно с ним поиграть.

Вот он лежит в кроватке. Вы поете или играете на детском музыкальном инструменте (дудочке, металлофоне). Увидев, что ребенок прислушивается к музыке, повернул голову в вашу сторону, тихо переходите на другую сторону кроватки и опять пойте или играйте. Такая эмоциональная игра займет 2—3 минуты.

Имейте в виду, что яркость и разнообразие музыкальных впечатлений у ребенка достигается не обилием разнообразных мелодий, а различными тембрами звучания одной и той же. Исполнение определенной мелодии на различных детских музыкальных инструментах повышает устойчивость слухового внимания младенца.

Использование музыки в течение дня должно регулироваться чувством меры и чередоваться с абсолютной тишиной в комнате.

Для занятий с малышом желательно иметь дудочки, металлофон, колокольчик, детские аккордеон, цитру, гусли. Необходимы также проигрыватель, магнитофон с записью колыбельных, плясовых песен, классической музыки.

К 5—6 месяцам малыш может

- дифференцировать (различать) голоса близких и чужих, строгий и ласковый голос, активно гулить, начинает лепетать;
- не хаотично наталкиваться на предмет, а плавно приближать к нему руки, брать и удерживать его, находясь в любом положении, перекладывать предмет из одной руки в другую;
- переворачиваться на бок, на живот, на спину, хорошо упираться ножками, выпрямляя их, отталкиваться от твердой поверхности, немного стоять (при поддержке под мышки);
- сосредоточиваться на пении мамы (20—30 с);
- оживляться во время совместных действий с мамой под ее пение или под музыку;
- проявлять привязанность к тем людям, которые наиболее полно удовлетворяют его потребность то внимания и любви. Чаще всего это мать. Привязанность проявляется в том, что кроха наиболее интенсивно выражает свою радость, увидев маму, услышав ее голос;
- проявлять избирательность в отношении ко взрослым: эмоционально-положительно откликается на ласковый голос или приближение к нему близкого человека; пытается вовлечь его взглядом, вокализациями в совместную с ним радость по поводу, например, игрушки, которую он сам достал, взял. И совсем по-другому ведет себя при приближении чужого человека: настораживается, затихает, не участвует в совместном восприятии игрушки, предмета;

- делать попытки вовлечь близкого взрослого в манипуляции с предметами, что говорит о зарождении новой формы общения — ситуативно-деловой.

5. Я учусь ползать. Я начинаю понимать вас

(Воспитание и развитие ребенка от 5—6 до 9—10 месяцев)

Ваш ребенок стал более самостоятельным, активным. Он живо интересуется всем окружающим, начинает понимать речь взрослых и сам много лепечет. Движения его становятся разнообразными. Он ползает, самостоятельно садится, встает, переступает вдоль барьера. Это одно из главных приобретений ребенка, позволяющее ему самостоятельно расширять сферу познания.

В какой последовательности малыш будет овладевать движениями, зависит от взрослых, от того, какие условия они будут создавать и какие движения стимулировать. Для малыша очень важно, чтобы он научился вначале ползать, а потом садиться; обратите внимание: не сидеть, а садиться. Почему это важно? Ползание — это активное движение, которое способствует развитию всех систем организма: костно-мышечной, сердечно-сосудистой и нервной. Как активное динамическое действие оно помогает ребенку лучше ориентироваться в окружающей обстановке. Он знакомится при этом с различными предметами, их свойствами.

Если ребенок овладел ползанием, то вскоре он обычно овладевает и умением самостоятельно садиться. Иногда взрослые очень много носят малыша на руках или сажают его в подушки. В этом случае он научится сидеть, но дольше не научится самостоятельно садиться. Ребенок, овладевший ползанием, сам может менять положение, позу, что очень важно для неокрепшего позвоночника. Ребенок же, не умеющий ползать, но овладевший умением сидеть, этого сделать не может. Устав сидеть, он капризничает, ждет помощи от взрослых.

Как же помочь ребенку научиться ползать? Прежде всего, выделите специальное место для ползания. Идеально, если вы отведете для этого место на полу, предварительно устранив любую возможность натолкнуться на острые углы и убрав опасные предметы. Условия созданы — смело спускайте малыша на пол. Дайте ему осмотреться, ведь обстановка для него изменилась. Положите одну-две яркие игрушки. Хорошо, если это будут те из них, которыми он любит заниматься. Игрушка должна лежать на расстоянии вытянутой руки. Только *не спешите пододвигать игрушку*, проявите терпение. Иногда ребенок долго барахтается на месте, а сдвинуться не может. Осторожно помогите ему: *подставьте ладони к ножкам ребенка так, чтобы он мог оттолкнуться*. Толчок — и он продвинулся вперед. Постепенно, по мере овладения ползанием, игрушку отодвигайте подальше.

Иногда родители жалуются, что их ребенок, не ползая, сразу начинает ходить. Так может случиться, если не было создано условий для ползания, если малыш находился в кроватке, или в тесном манеже, или в основном на руках. Сделайте все, чтобы ребенок научился ползать. Это движение очень полезно. Обычно здоровый малыш овладевает ползанием к 7 месяцам, а к 8 — он самостоятельно садится. Еще раз напоминаем: не сажайте ребенка, если он сам не овладел этим умением. Помогите ему с помощью упражнений: из положения лежа на спине осторожно

потяните ребенка на себя, держа *его* за кисти рук, а затем медленно опускайте. Так проделайте несколько раз, при этом ласково обращайтесь к нему, называйте действия: «Вот как Алешенька садится». Малышам нравятся эти движения, они прилагают много усилий, чтобы сесть.

К 8 месяцам ребенок, как правило, уже начинает самостоятельно вставать, держась за барьер. Обычно, ползая, он добирается до опоры и, держась за нее, встает. Иногда это не сразу получается, малыш карабкается, садится, опять пытается подняться. Не спешите поставить его на ноги около барьера, пусть он сделает это сам, приложив усилия. *Научившись вставать, к 9 месяцам ребенок начинает переступить вдоль барьера, держась за него.* Он уже может обойти вокруг весь манеж. Если ребенок находится на полу, то обычно опорой ему служит диван или кресло. Поднявшись около дивана, стоя, он подолгу занимается игрушками, тем самым укрепляя мышцы ног. *Раскладывайте ему игрушки на диване или кресле, с тем чтобы вызвать интерес и стимулировать вставание.*

Поощряйте малыша, если он самостоятельно подполз к игрушке, встал, держась за опору, сделал первые шаги, радуйтесь вместе с ним его успехам: «Вот какой Алешенька молодец, сам встал на ножки» и т. п. Малыш эмоционально реагирует на вашу похвалу и старается проделывать новые движения снова и снова, упражняясь в них и закрепляя новые.

А как же идет развитие действий с предметами?

Этот процесс тесно связан с освоением новых общих движений — ползанием, сидением и вставанием.

Овладев ползанием и научившись садиться, вставать, ребенок может увидеть предмет с разных сторон и узнает его независимо от того, как он к нему повернут,

В 6 месяце малыш обычно удерживает в каждой руке по игрушке, может переключать игрушку из одной руки в другую.

Но что особенно важно, с этого возраста ребенок, благодаря взаимодействию руки и глаза, способен не только приближаться к предмету в зависимости от его местонахождения, но и начинает действовать с ним более дифференцированно, учитывая такие его свойства, как форма и величина.

Чтобы это произошло» дайте ребенку предметы разной формы: круглые, прямоугольные» квадратные.

Папы могут соорудить гирлянду из колец разной величины в последовательности маленькое — большое на расстоянии 2 см друг от друга. Можно сделать гирлянду из колец и брусков, шариков и кубиков, небольших игрушек, погремушек разной формы. Ваш малыш берет в руки поочередно то большие, то маленькие предметы, то круглые» то квадратные и т. д., всякий раз приспособивая и упражняя руку в захватывании и удержании предметов то широко раскрытой ладонью, то пальцами.

Очень быстро малыш начинает *точно направлять руку к предметам различной величины и формы без предварительных примеривающих движений.* Это свидетельствует о развитии глазомера. Движения рук начинают контролироваться зрением. Развивается при этом и внимание малыша.

Внимательно присмотревшись, можно заметить, как по-разному он захватывает предметы. Например, мяч он берет, растопырив пальцы, а к ручке погремушки тянет их, плотно сжав.

Предмет как бы сам учит руку. Благодаря постоянной работе руки становятся «умнее», умелее, и уже к 9—10 месяцам малыш, посмотрев на игрушку, перед тем как ее взять, заранее складывает пальчики соответственно форме и величине предмета.

Вместе с тем ребенок начинает по-своему исследовать, узнавать свойства предметов. Игрушечная резиновая птичка пищит, если ее сдавить; одна погремушка звенит, другая издает шум, третья трещит или гремит, если ее потрясти, а чем дольше ее трясешь, тем длительнее звук и т. д. Получая всякий раз определенный результат, ребенок пытается вновь достичь его, уже действуя более целенаправленно: мяч надо толкнуть — он покатится дальше; погремушку, кубик бросить — они издадут звук, перевернутся и т. д. Малыш начинает действовать двумя руками и двумя предметами одновременно: приближает одну игрушку к другой, стучит ими, всовывает один предмет в другой, вытаскивает их. Благодаря этому он постепенно *устанавливает отношения между свойствами разных предметов.*

Теперь ребенку предложите предметы, состоящие из двух частей, которые можно соединять и разъединять: коробочки, бочонки, шкатулки, кастрюльки, ведерки с крышками, матрешки. Сначала ребенок только открывает закрытую вами кастрюльку (коробочку и т. п.). Вы держите закрытую емкость, а малыш ее открывает.

Затем предоставьте ребенку возможность действовать с разными предметами самостоятельно, он с удовольствием будет открывать их. Не сразу ему удастся это сделать: ведь сначала надо правильно поставить предмет, придержать его одной рукой, а другой — открыть. А еще сложнее открытое закрыть. Лишь постепенно его *руки начинают действовать согласованно.* Поэтому, если малыш затрудняется, необходимо помочь ему. Например, придержать рукой нижнюю половинку матрешки, чтобы он соединил ее с верхней.

Иногда стоит сделать какое-либо действие вместе (слегка направляя ручку ребенка), то есть освоение более сложных операций происходит с помощью старших.

Играя с малышом, помните, что он уже начинает ориентироваться на вашу оценку его поведения. Поэтому всякий успех в действиях с предметами должен быть вами поощрен: «Вот как хорошо открыл (закрыл) коробочку». 6—9-месячному ребенку нужно еще при этом и улыбнуться и погладить его по головке, а к году он уже понимает смысл похвалы.

Малыш не безразличен и ко всем предметам быта, к своей одежде: он пытается снять носки, шапку, бросает пеленку, снимает очки с бабушки, тянется к сережкам мамы.

Кроме того, вы замечаете, что ваш кроха выбрасывает игрушки на пол и явно ждет, когда вы их поднимете. Присмотритесь: он протягивает вам игрушку, вкладывает ее вам в руку, а другой тянется к какому-то предмету вне кровати. Все это активные попытки малыша пригласить вас к совместным с ним действиям. Не отказывайте ему в этом. Наступил благодатный период, когда вы можете показывать ему действия с предметами, а он охотно будет подражать вам.

Во втором полугодии жизни малыша происходит дальнейшее развитие его речи. Новое здесь в том, что он начинает понимать речь взрослого. Помогите малышу в этом, потому что без понимания вашей речи он не начнет говорить.

Понимание речи взрослого ребенком подтверждает, например, тот факт, что в 7 месяцев на вопросы: «*Где мама?», «Где папа?», «Где часы?» — он поворачивается в сторону стоящего вблизи чело*-века или расположенного в обычном месте предмета и находит его взглядом. К 8—9 месяцам малыш настойчиво ищет и находит названный предмет независимо от его местоположения. В 6—9 месяцев дети начинают различать названия знакомых действий: «ладушки», «до свидания», «дай ручку» — и с большой радостью их выполняют. Они понимают слова, обозначающие знакомые движения: «садись», «вложись» и др. *Общение со взрослыми и на этом этапе является основным условием развития речи ребенка, но содержание общения в это время имеет свою специфику:* мать и другие взрослые делают ребенка как бы соучастником происходящего, постепенно привлекают его к совместной деятельности. Совместно рассматривают предметы, картинки, наблюдают за птичкой, кошкой, машиной.

Понимание речи развивается эффективнее всего в процессе ухода за ребенком: кормления, купания, укладывания спать.

Например, во время одевания ребенка следует больше разговаривать с ним, называть части его тела, предметы одежды. Этим вы направляете восприятие и внимание малыша на называемый объект или действие («Где головка у Катеньки? Вот головка. Что мы наденем сейчас на головку? Шапочку. Где шапочка? Вот шапочка, какая красивая шапочка. А где кофточка Катеньки? Вот кофточка. Наденем и кофточку* и т. д.)- Ребенок активно будет воспринимать ваше словесное обращение, если оно побуждает его к действиям (встань, сядь, ложись, подними, возьми). Но не удивляйтесь, если ребенок не выполняет этого. Дело в том, что понимание слов, обозначающих действия, происходит не сразу. Потребуются неоднократные повторения, систематическое общение, для того чтобы ребенок научился понимать и выполнять названные действия.

Будьте готовы к этому, наберитесь терпения и помогайте ребенку. Сначала желательно выполнять действия вместе с ним, его рукой («Дай ручку» — берете сами его ручку, можно поиграть: «Ладушки, ладушки» — его ручки в ваших руках, и вы играете вместе). Затем побуждаете малыша действовать по слову, но жестом показываете это действие: «Иди, иди сюда», — маните малыша; «ладушки, ладушки» — сами хлопаете в ладоши. К концу года слова становятся сигналом к соответствующему действию.

Таким образом, сначала важно связать слово с предметом, действием, ситуацией, а затем выделить его, придав ему сигнальное значение. Это очень существенно для дальнейшего овладения словарем.

Приведем примеры игр с детьми на развитие понимания речи взрослых, упражнения малыша в звукоподражании.

Ребенок проснулся, закричал, мама уже рядом» и начинается разговор: «Агу-агу-агушеньки. Проснулась Катюшенька (несколько раз). Проснулись глазоньки. Где глазоньки? (Хорошо, если малыш показывает.) Вот глазки, просыпайтесь, глазки». Поглаживаем ребенка и говорим; «Агу-агу-агушеньки, потягушеньки,.. Дай, Катя, ручки, вот ручки, потянулись, потянулись и поднялись...»

Ребенок конечно, будет улыбаться, что-то лепетать вслед за вами. Эта прекрасно. покормили ребенка, поговорили с ним — теперь и поиграть можно.

Очень известная и любимая всеми детьми игра «Где Ляля?» (ее можно проводить после 7 месяцев).

Мама берет куклу и говорит: «Вот наша Ляля (ребенок следит за действиями взрослого, как-то реагирует). Иди сюда, Ляля (кукла «шагает» по кроватке, подходит к малышу). Дай» Катенька, ручку Ляле, скажи: «Здравствуй, Ляля». Погладь ее по головке: «Вот Ляля, вот». Внезапно прячем куклу за спину: «Нет Ляли, Где Ляля? Вот Ляля». Ляля появляется, кланяется. Эти действия повторяются несколько раз. Потом сажаем куклу на место и спрашиваем: «Где Ляля?» Ребенок ищет глазами куклу, может даже показать пальчиком. Подобную игру можно провести с любой игрушкой (петушок, зайчик, собака, кошка).

Игра «Прятки» (фиксируется внимание на имени ребенка, мамы или других взрослых).

Малыш сидит в кроватке, манеже или на стульчике. Мама набрасывает салфетку или пеленку на голову ребенка. «Где Катя? Нет Кати. Позовите Катю». Снимает салфетку: «А-а-а, вот Катя». Так повторяется несколько раз. Малыш с удовольствием играет, смеется, сам начинает натягивать салфетку и сбрасывать ее. Так же может прятаться мама (присесть, зайти за дверь), «Где мама? Нет мамы. Вот мама». Или: «Где тетя Надя? Вот тетя Надя» и т. д.

Можно взять для игры две игрушки, желательны контрастные по виду и с простым названием, например, деревянную матрешку — «Бабу» и лохматую собачку «Ав-ав»; куклу Лялю и гуся «Га-га» и др. С каждой игрушкой проделывают одно-два действия и обязательно используют приемы внезапного появления и исчезновения ее.

Это вызывает большой интерес у детей, желание играть, подражать слышимым звукам. *Нельзя сформировать у ребенка зачатки понимания речи, если он безразличен к тому, что ему показывают, что с ним делают. Надо помнить, что произвольное внимание в этом возрасте не развито.*

Чтобы поддержать внимание и сосредоточенность ребенка в течение хотя бы 1—1,5 минуты, целесообразно разнообразить приемы произнесения одних и тех же звукосочетаний и слов: обычным голосом, шепотом, с разной интонацией.

Такие игры проводятся неоднократно на протяжении дня. Следует только выбирать наиболее удобный момент, когда ребенок эмоционально настроен, расположен к этому. И будьте уверены, вы услышите долгожданное «ма-ма» и «па-па». И скорее всего это произойдет к концу первого года.

А как у нас идут дела с музыкальным воспитанием малыша? В чем заключается наша помощь ему?

- Побуждаем малыша к слушанию вокальной и инструментальной музыки, доступной по содержанию и длительности звучания.
- Стараемся вызвать импульсивный эмоциональный отклик на спокойную, задорную музыку,
- Приобщаем к элементарным движениям под музыку (хлопки и т. п.).

Вовлекаем в простейшие игровые действия под музыку.

Приучаем к образу простейших детских музыкальных инструментов — колокольчики, дудочки — и их звучанию.

В этот период мама может петь малышу народные песни. В песнях обращайтесь к ребенку по имени. Это для него очень важно.

В этом возрасте ребенок начинает с особым интересом относиться не только к пению, но и к движениям под музыку. Его занимает то, как танцуют мама и папа, как мама весело машет платочком, как она хлопает в ладоши.

Полезно поиграть в народные игры, например в «Козу рогатую». Прежде всего эту игру используют для того, чтобы повеселить ребенка. Сначала малыш внимательно слушает песню:

Идет коза рогатая.

За малыши ребятами:

Идет коза бодатая

— Забодаю, забодаю.

Постепенно при словах «забодаю, забодаю» ребенок живо реагирует на движение маминых пальцев, смеется.

Итак, к 9—10 месяцам ребенок может:

- порото ползать (с 7 месяцев);
- самостоятельно садиться (с 8 месяцы) и сидеть;
- выполнять с предметами разные целенаправленные действия: открывать крышку (у коробочки, бочонка и т. п.), вынимать предметы (из коробочки и т. п.);
- снимать колечки со стержне, точно направлять руку к предметам различной величины и формы без предварительных примеривающих движений;
- самостоятельно вставать, держась за перекладины кроватки или манежа, и устойчиво стоять, самостоятельно опускаться;
- переступать вдоль барьера;
- понимать названия предметов, действий, близких людей (мама, папа и до), лепетать;
- более активно, чем в предыдущий период, откликаться на действия взрослого: не только сосредоточенно смотреть, но и подражать им, смеяться, лепетать, подползать навстречу, протягивать руки, как бы говоря «возьми меня»; огорчаться (плачет, призывно кричит), если от него уходят, пытаться ползти вслед уходящему;
- делать попытки приобщения взрослого к совместным действиям с ним (протягивает игрушку, привлекает внимание к себе звуками и т. п.).

6. Ура-а-а! Я хожу и говорю!

(Воспитание и развитие ребенка от 9—10 до 12 месяцев)

Вашему ребенку скоро исполнится год. Овладев самостоятельно ходьбой, малыш теперь почти все время бодрствования проводит в движении. Даже с предметами он действует на ходу. Ребенок не отказывается при этом и от ползания и часто перемещается именно таким образом. Это очень полезно для его мышц, неокрепшего позвоночника и ног. Ползание дает возможность снять напряжение, утомление. Поползав, ребенок снова поднимается на ножки. Если к 1 году он не овладел самостоятельной ходьбой, помогите ему преодолеть страх перед

пространством, и к 1 году 2 месяцам малыш пойдет. Находясь недалеко от ребенка, маните его к себе ласковыми словами: «Иди ко мне, Алешенька! Ножками топ-топ. Вот какой молодец». У ребенка появляется уверенность в себе, он чувствует помощь взрослого, ему не страшно. Конечно же, обучаясь ходьбе, ребенок не раз и не два упадет. Обычно он падает, поднимается, опять идет. Главное, чтобы на пути малыша не было острых углов, о которые можно больно удариться. В этом случае он, бывает, даже временно перестает ходить и опять переходит на ползание. Во время обычных падений ребенка при ходьбе ведите себя спокойно, не паникуйте, ведь ваш испуг передается и малышу. *Иногда для обучения ходьбе используют ходунки. Мы бы не рекомендовали этого делать, так как ребенок лишается самостоятельности. Он не может по своему желанию сесть, изменить способ перемещения.*

Какие родители не радуются тому, что ребенок овладел самостоятельной ходьбой! Но теперь и забот прибавилось. Малыш любознателен: он охотно берет в руки, обследует, пробует на вкус все, что привлекает его. Уберите все опасные предметы, поставьте заглушки в электрические розетки, помните, что он легко может стянуть вместе со скатертью все, что находится на столе, уберите лекарства в недоступное место, будьте предельно внимательны. Проявите настойчивость: строгим выражением лица, запретительной интонацией, жестом покажите ребенку, чего нельзя трогать. *«Нельзя» должно быть безоговорочным. Нельзя только то, что опасно для жизни малыша. Помните: того, что «можно», должно быть больше, чем того, что «нельзя».* Частые запреты в раннем возрасте могут привести к срыву нервной системы.

Существенно изменяется и предметная деятельность ребенка. Малыш практически начинает усваивать не только физические свойства предметов, но и их назначение (ложкой едят, из кружки пьют, шапку надевают на голову и т. д.). Знание назначения знакомых предметов дает возможность и использовать их соответствующим образом, а в дальнейшем имитировать эти действия в игре. Таким образом, создается основа для возникновения сюжетно-отобразительной игры.

В этом возрасте ребенок среди прочих предметов быта начинает отыскивать взглядом называемые вами предметы одежды и обуви. Побуждайте его действовать с такими предметами в соответствии с их назначением.

В 10—12 месяцев ребенок подносит платок к голове, ботинок к ноге, варежку к руке. Хвалите малыша, проявляйте радость, когда он отыскивает взглядом называемый предмет одежды или обуви и пытается поднести к соответствующим частям тела. Это очень важное умственное достижение! Малыш начинает дифференцировать (различать) предметы по их назначению. К 12 месяцам ребенок уже пытается активно вам помогать в одевании и раздевании. Вы ему говорите, беря варежку: «Дай ручку!» — и он ее подает; наклоняет или поднимает голову, чтобы вы застегнули пуговицу, завязали шарф и т. д. Эти активные действия очень важны для последующего самостоятельного одевания и раздевания. Поощряйте малыша за активность, расширяйте диапазон таких действий.

Кроме предметов быта, существуют специальные предметы, с которыми ребенок продолжает учиться действовать. Мы уже говорили о кольцах, матрешках, коробках. Теперь желателен приобрести пирамидки, мячи, несколько кубиков, кирпичиков, цилиндров (их можно сделать и самим) и лучше двух

контрастных размеров (большой — маленький).

С 9 до 12 месяцев идет совершенствование простейших действий с предметами разной формы и величины, обогащение цветовых ощущений, совершенствование координации движений рук под зрительным контролем.

Продолжайте игры с закрыванием и открыванием: с ведерками, коробками с крышками. Только теперь положите в емкость предметы разной формы и цвета: пирамидку, кубик, брусок (кирпичик), грибочек, цилиндр, яйцо, мячик. Снимите крышку и продемонстрируйте эти предметы. Затем попросите малыша вынуть поочередно эти предметы и восхищайтесь их красотой, называйте цвет, форму, хвалите ребенка за то, что он вытащил именно этот предмет, вызывая тем самым его эмоциональный отклик.

За таким занятием ребенок многое открывает для себя. Он познает, например, что кубик устойчиво стоит на столе, а шарик и яйцо катятся. Игру можно повторять, частично или полностью меняя игрушки.

С 10 месяцев малыш уже способен усвоить действия с предметами, учитывая их величину. Продолжим игры, только теперь с двумя емкостями: большой и маленькой. И положим в них разные предметы (мяч, куб, утенка, рыбку): в большую — большего размера, в маленькую — меньшего. Побудите малыша открыть сначала одну коробку и выложить из нее по одному все предметы. Называйте каждый из них: «Вот какую большую рыбку достал Алешенька из большой коробки!» Затем ребенок вынимает предметы из другой коробки. Вы раскладываете их по порядку — меньший под большим: «А вот" какую маленькую рыбку достал Алеша!» Предметов в емкостях может быть 2—3, главное, чтобы они были парными (мячик большой и маленький).

Дайте возможность ребенку самому положить игрушки и предметы в обе емкости, но не требуйте непременно точного отбора различных предметов по признаку величины. Достаточно будет и того, чтобы он научился при захватывании игрушек раскрывать ладонь соответственно их величине.

С 10 месяцев достижимо и решение задачи обогащения цветовых впечатлений детей при действии с предметами.

Для этого нужны предметы разного цвета (красного, оранжевого, желтого, зеленого, синего, фиолетового, черного и белого).

Порядок действий тот же, что и раньше. Ребенок, заинтригованный вашими словами, открывает крышку и вынимает из ведерка предметы. А вы помогаете раскладывать их на столе, при этом называете цвет, восхищаетесь красотой, хвалите ребенка, регулируете его действия: «открой», «достань», «положи», «закрой», «молодец», «как красиво» и т. п.

Если малышу нравятся игры и он проявляет интерес к величине, форме и цвету предметов, то вы все сделали правильно.

Совершенствовать координацию движений рук под зрительным контролем помогут пирамидки. Сначала возьмите пирамидку с большими кольцами. Их должно быть не более пяти.

Покажите малышу кольцо, дайте ему поиграть с ним. Затем покажите стержень, наденьте сами кольцо на него. Ребенок постарается повторить все за вами. Если у него не получится, ласково возьмите его руку с кольцом и направьте отверстием на стержень. Когда ваш малыш наденет все колечки, похвалите его и

предложите снять их. После двух-, четырехразового повторения ребенок уже справляется с этим заданием сам. Учтите: верхний конец стержня должен находиться выше уровня глаз ребенка, чтобы исключить травму. Лучше иметь две пирамидки: одну с большими отверстиями, другую с маленькими. Тогда вы сможете усложнить задачу: нанизывание колец с маленькими отверстиями требует более тонкой координации движений.

Если малыш проявляет к игре неизменный интерес и справляется с ней сам или частично с вашей помощью, то Это значит, что и координацию движений рук под зрительным контролем ваш ребенок освоил и стал более умелым.

Важно продолжать игры, в которых ребенок использует один предмет в качестве орудия для того, чтобы достать другой: понимает, что нужно потянуть за веревочку, привязанную к колокольчику, чтобы вызвать его звучание; подвинуть палочкой предмет, который трудно взять.

Поддерживайте игры, в которых ребенок переносит действия с одного предмета на другой: например, сначала катал только мяч, затем все круглое. Это говорит о том, что он обобщает предметы по признаку формы.

Повторяйте вышеописанные игры с предметами в течение всего возрастного периода с 9 до 12 месяцев. Все эти игры и действия важны для умственного и речевого развития ребенка.

Вы уже знаете, что *малыш к 9 месяцам научился гулить, начал вас понимать и много лепетать*. Что же дальше? *Идет дальнейшее интенсивное развитие понимания речи взрослого* (то есть возрастает количество понимаемых слов). К концу года ребенок может знать имена окружающих его людей, названия животных и тех предметов и игрушек, которыми он часто действует, играет. В 10—11-месячном возрасте некоторые слова начинают приобретать обобщенный характер (например, у ребенка имеется несколько кукол: большая, маленькая, резиновая, целлулоидная; разные машинки и т. д. Вы просите его принести куклу, машинку, и он приносит любую из них).

К концу первого года становится возможным через речь взрослого воздействовать на поведение ребенка. Он начинает понимать слово «нельзя» (если вы, конечно, останавливая нежелательные действия ребенка, произносите его с соответствующей строгой интонацией: «Катя, нельзя бросать Лялю, ей больно» и т. д.).

Во время самостоятельной деятельности и в ответ на ваше обращение дети больше лепечут и подражают различным звукам. И это очень существенно, так -как именно из лепета, подражания звукам и понимания речи взрослого формируются первые осмысленные слова. К концу года ребенок может произносить 6—10 слов. Но какие это слова? Конечно, очень простые, или, как говорят, упрощенные, например: «ма-ма», «па-па», «ба-ба», «ля-ля», «дай», «би-би», «кс-кс», «ав-ав» и др. Чаще всего ребенок произносит эти слова, когда видит близкого человека, хорошо знакомую игрушку, с которой он действовал и название которой слышал. Эти слова и даже отдельные звуки, подкрепляемые жестами и мимикой, становятся средством общения ребенка с окружающими людьми. «Дай-дай»,— произносит ребенок и протягивает руку в сторону, где находится знакомая игрушка. Хотя такое обращение у детей этого возраста бывает еще редко.

Следует обратить внимание на следующее: в этот период дети овладевают

новыми двигательными умениями — ползанием, активными действиями с предметами, многие начинают ходить. И все эти умения на время как бы приостанавливают развитие новых типов голосовых реакций. При ползании, например, наблюдается задержка в развитии лепета. Овладевая ходьбой, ребенок издает много радостных возгласов, лепечет, но у него может задерживаться произнесение первых слов. Не пугайтесь! Это все естественно. Продолжайте создавать наиболее благоприятные условия для развития голосовых и речевых реакций.

Каковы же эти условия и как можно решать теперь речевые задачи?

Прежде всего это расширение ориентировки в окружающем. Как мы уже подчеркивали, знания — основа и условие речевого развития. Ребенок много ползает, начинает ходить, а это дает ему возможность увидеть, потрогать много новых предметов. Мир познания для него только открывается. Так покажите ему этот мир! Советуем время от времени брать ребенка на руки, подносить его к зеркалу, выносить в другую комнату, кухню, подносить к окну, показывать людей, животных, движение машин. Особенно хорошо это делать во время прогулки на улице. И, конечно, надо говорить, называть, повторять. «Кто это на меня смотрит? Катенька. Где Катя? Вот наша Катя. Это — киса. Где киса? Вот киса — «кс-ксж.. А вот собачка — «ав-ав». Где собачка? Позови ее. Иди, иди, иди, собачка (подвигать руками). А это что такое? Машина — «би-би». Скажи «би-би», уехала машина...» И так еще и еще раз. Как можно больше говорите, повторяйте слова, названия, звуки. И ребенок непременно начнет подражать вам, произносить звуки, слоги. Но это уже его слова, и произносит он их практически осознанно. Показывая на часы, говорите «тик-так»; машина — это «би-би»; «тетей» называйте именно тетю, а не маму и бабушку. Воспроизведение полного названия объекта или предмета в этом возрасте ребенку еще трудно. Чтобы поддержать его речевую активность, допускается замена полного слова облегченным звуко сочетанием. Но обращаем ваше внимание на то, что *взрослый обязательно должен употреблять и полное и облегченное название.*

Для развития речи важно использовать кормление, одевание, умывание. Можно называть разные продукты питания, новые предметы одежды и т. п.

Главное — организовать особое речевое общение. Специфика его состоит в том, что слова взрослого предваряют действия, которые он выполняет сам и учит выполнять ребенка.

«Катенька сейчас будет кушать. Что будет кушать Катенька? Кисель сладкий, красный,— слова *сопровождают* действия, выполняемые ребенком.— Ой, какая умница Катя, как она хорошо пьет кисель. Вкусный кисель пьет Катя! — И *завершают* выполнение действия: — Молодец, Катя, выпила кисель».

В результате многократных повторений одних и тех же действий ребенок начинает выполнять их лишь по одному словесному указанию взрослого, то есть слово становится для него сигналом к действию, а это очень существенно для понимания речи взрослого и формирования в дальнейшем активной речи самого ребенка. Сначала понимание выражается в движениях, мимике, жестах, голосе. Позднее — в употреблении упрощенных, а затем и целых слов. В этот период используют более разнообразные средства развития речи. Например, игровые приемы, поскольку значительно усложняются предметные действия и действия с игрушками. Их нужно сопровождать словами: «Вот киса, покорми кису» (имитиру-

ется действие); «Вот Ляля, возьми Лялю в руки, покачай Лялю, вот так, «бай-бай», Ляля». Или; «Это собачка — «ав-ав». Покорми собачку: «На-на, собачка!» и т. д.

Очень хорошо иметь всевозможные заводные игрушки, звенящие, пищащие. Они сразу привлекают внимание ребенка, он их как бы «выхватывает» взглядом, ползет или идет за ними и обязательно что-то лепечет, как правило, подражая слышимым звукам.

Для того чтобы усваиваемые слова приобретали обобщающий характер, к году надо показывать ребенку игрушки, имеющие одно и то же название, но разные по виду.

«Катенька, это кукла. На ней красивое платье. Подержи куклу, посмотри на нее». После некоторой паузы берем другую куклу — меньшего размера, одетую иначе. «А это кто? Возьми, посмотри». Снова пауза. «Посмотри, Катенька, кто это?.. Это тоже кукла». Или можно взять разные игрушки и выполнять с ними одно и то же действие: «Вот это киса, а это курочка. Они хотят есть. Давай покормим их. Киса ест молочко — «ам-ам», а курочка клюет зернышки — «клю-клю».

Очень полезно проводить игры на звукоподражание (особенно животным).

Мама показывает игрушки (собаку, кошку, курочку, петушка) и спрашивает: «Как собачка лает? Как кошечка мяукает? Как петушок кричит?»* — и сама же вначале отвечает: «Собачка лает «ав-ав», кошечка мяукает «мяу-мяу», петушок кричит «ку-ка-ре-ку», курочка — «ко-ко».

Можно прятать игрушки, потом называть их вместе с ребенком: «Мяу-мяу, где киса, мяу-мяу, иди сюда». И так же с другими игрушками.

Эти приемы очень действенны. Как можно чаще спрашивайте малыша о местонахождении предметов и игрушек (например: «Где петушок?», «Где часы?» и т. п.). Подобные вопросы развивают у детей ориентировку в окружающем, воспитывают умение выделять конкретный предмет из многих других и устанавливать связь между предметом и словом, обозначающим его название.

С этой же целью можно использовать уже и картинки (кошка лакает молоко, кукла сидит, лежит и др.). И опять рассматриваем, спрашиваем: «Кто это? Где киса? Что она делает? Что делает кукла? Где спит кукла?» и др. Ребенок с удовольствием ищет, показывает пальчиком, лепечет, смеется.

Очень любят дети игры-забавы: «Ладушки», «Сорока-белобока», «Дай ручку», «До свидания», «Прятки», «Ку-ку», «Коза рогатая», «Догоню-догоню» и т. д.

Эти игры мы проводили и раньше, но теперь их задачи усложняются: благодаря им развивается понимание названий действий, имен взрослых и детей, подражание отдельным звуко сочетаниям и словам.

Как видите, возможностей для развития речи детей в этом возрасте много. И ваше терпение, желание и умение помогут их реализовать. Тогда уже к концу первого года жизни ребенок будет готов произнести первое слово. *Начинает формироваться очень существенная для дальнейшего развития речи функция обозначения* (ребенок видит предмет, выделяет его и называет, естественно, по-своему). Все это является основой для дальнейшего развития активной речи ребенка.

Как же происходит музыкальное развитие малыша в этот период?

На что следует обращать внимание:

- развиваем музыкальное восприятие, побуждаем ребенка слушать пение взрослого, инструментальную музыку, доступную по содержанию и длительности звучания, а также игру на детских музыкальных инструментах;
- поощряем эмоциональную отзывчивость на музыку контрастного характера (спокойную — веселую, быструю; грустную — задорную);
- приобщаем к элементарной активности в пении (подпевание слогов «аи», «да», «эй»>, к элементарным плясовым движениям под музыку (хлопки, топание ножками, помахивание платочком и т. п.);
- приучаем к простейшим движениям в играх под пение и музыку.

К концу первого года малыш с удовольствием слушает *детские песенки и потешки*. Поэтому мама систематически поет ему песни. Все это должно проходить на благоприятном эмоциональном фоне.

Выполняя бытовые процессы, мама сопровождает их песенками, например:

Водичка, водичка!	Чтобы щечки краснели.
Умой мое личико,	Чтоб смеялся роток,
Чтобы глазки блестели.	Чтоб кусался зубок.

Малыш все больше любит *слушать инструментальную музыку*. Чтобы привлечь к ней его внимание, заинтересовать, вы показываете источник музыки и лишь потом включаете его или исполняете мелодию на музыкальном инструменте.

Так же, как вы играли с колокольчиком, можно играть, используя магнитофон. Вы предлагаете ребенку послушать любимую музыку и включаете магнитофон. По окончании звучания вы относите магнитофон в другой угол комнаты и накрываете красивым платком со словами «нет музыки». Ребенок подходит (возможно, подползает) к магнитофону, снимает платок и побуждает вас снова включить его. Он *готов слушать* музыку. Так можно поиграть несколько раз, пока ребенок увлечен игрой.

Малыш начинает ходить, и его все больше интересует *движение под музыку*. Его занимает, как танцуют взрослые, меняя движения под текст песни. Если текста в танце нет, желательно припевать «ля-ля-ля» и т. п. Для *музыкально-двигательных показов* используют несложные по содержанию песенки, текст которых помогает выполнять неспешные действия. Например, танец-песня «Платочек»:

Я платочек покажу, покажу, покажу.
 А потом им помашу, помашу, помашу.
 Спрячу я платок быстрей.
 Поищи «го скорей! Аи!

Мама показывает платочек, машет им, прячет его, а малыш только наблюдает. Затем он ищет платочек. Найдя его, кроха радуется и ликует!

Продолжаем *играть в различные музыкальные игры*, прежде всего народные. Одной из любимых игр детей этого возраста является игра «Сорока-сорока». Это кладезь народной педагогики. Во-первых, взяв пальчики ребенка в свои руки и загибая их, мы развиваем мелкую моторику пальцев руки, что имеет большое значение для интеллектуального развития ребенка. Во-вторых, слушание песни развивает у ребенка музыкальный слух.

С каждым месяцем малыш становится все более отзывчивым на музыку: активно воспринимает показ, откликается голосом и движением, улыбается, громко

смеется. Разделите с ним радость от общения с музыкой!

Итак, за последние три месяца ваш малыш стал значительно активнее:

- он осваивает ближайшее к нему пространство, ходит и начинает говорить;
- открывает с помощью взрослого разные свойства предметов;
- обнаруживает что предмет имеет свое назначение (на стуле сидят, на кровати спят), может быть использован как орудие в действиях с другими предметами;
- освоив манипулятивные действия, начинает выполнять орудийные; отделяет себя от взрослого и пытается самостоятельно обращаться с предметами; проявляет радость при успехе в действиях с ними и общении со взрослым и огорчение при неудаче;
- с удовольствием слушает пение взрослого и пытается ему подражать, любит слушать музыку, эмоционально откликается на мелодии контрастного содержания;
- проявляет элементарную активность в пении; пытается выполнять отдельные элементарные плясовые движения, включается в игровые действия музыкальных игр.

7. Мой день упорядочен

(Режим дня на первом году жизни)

Говоря о развитии ребенка первого года жизни, мы все время подчеркивали, что важнейшим условием его своевременного развития является эмоциональное общение. Другое важное условие — это упорядоченная жизнедеятельность ребенка. Все процессы: еда, сон, бодрствование с разнообразным его содержанием, из которых и состоит жизнь малыша, должны протекать не как захотелось взрослому, а *физиологично*, в соответствии с биологическими ритмами организма ребенка. Этому способствует режим.

О значении и общих требованиях к распорядку дня вы узнали из главы II, § 4.

А сейчас познакомьтесь, как примерно можно распределить время кормления, сна и бодрствования малыша.

Режим ребенка в возрасте от 1 до 2,5—3 месяцев

Кормление: 6.00, 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00, 24.00.

Бодрствование: 6.00—7.00, 9.00—10.00, 12.00—13.00, 15.00—16.00, 18.00—19.00.

Сон: 7.00—9.00, 10.00—12.00, 13.00—15.00, 16.00—18.00.

Ночной сон: 19.00—6.00.

Купание ребенка можно проводить в 18 ч 30 мин или 20 ч 30 мин. Ночной перерыв в кормлении должен быть не менее 6 часов. Кормить нужно или в 24 часа и 6 часов утра или в 21 час *a* в 3 часа ночи, но часы не должны меняться.

Режим от 2,5—3 до 5—6 месяцев

Кормление: 6.00, 9.30, 13.00, 16.30, 20.00, 23.30. Бодрствование: 6.00—7.30, 9.30—11.00, 13.00—14.30, 16.30—18.00, 15.30—20.30.

Сон: 7.30—9.30, Н.00—13.00, 14.30—16.30, 18.00—19.30.

Ночной сон: 20.30—6.00.

Купать ребенка лучше всего в 19 ч 30 мин перед кормлением.

99

Режим от 5—6 до 9—10 месяцев

Кормление: 6.00, 10.00, 14.00, 18.00, 22.00.

Бодрствование: 6.00-8.00, 10.00—12.00, 18.00-20.00.

Сон: 20.00—6.00.

Купание: в 19 ч 30 мин перед ночным сном.

Режим от 9—10 месяцев до 1 года

Кормление: 7.00, 11.30, 16.30, 19.15.

Бодрствование: 6.30—9.00, 11.30—14.30, 16.30—19.30.

Сон: 9.00—11.30, 14.30—16.30.

Распределение кормления, бодрствования и сна в течение суток см. в таблице

1.

Кашка сладенька

К концу первого месяца у малыша уже сложился ритм кормления. С месяца он принимает, кроме грудного молока, фруктовые и овощные соки (с 5 капель до 50 г к концу 5-го месяца).

С 2 месяцев можно давать ребенку тертое яблоко. Сначала половину чайной ложки в день, к концу полугодия — до 2 столовых ложек.

На 4—5-м месяце следует вводить прикорм, так как материнского молока становится недостаточно. В качестве прикорма дают малышу овощное пюре. Начинать надо с 4—5 чайных ложек и в течение недели довести его количество до 180—200 г.

На 5—6-м месяце можно начинать давать каши. Первый раз дают 2—3 ложки не очень густой каши, постепенно порцию доводят до 120—150 г на одно кормление.

На 7-м месяце в рацион питания ребенка вводят мясные бульоны, начиная с 5—6 г, а затем до 30—50 г.

На 8-м месяце можно предложить малышу мясо в виде пюре.

Число кормлений грудью сокращается к 8 месяцам до трех раз в сутки, к 9 месяцам — до двух, к 11 — до одного раза в сутки. Около года ребенка отнимают от груди. Иногда дети отказываются от нового блюда, но, как правило, это бывает в том случае, если родители дают его сразу в большом количестве и после того, как ребенок получил грудное молоко. Если малыш отказывается от нового вида пищи, не спешите и ни в коем случае не кормите его насильно. Повторите попытку в следующий раз. Но если и многократные попытки оказываются безуспешными, посоветуйтесь с врачом, возможно, он заменит это блюдо чем-то равноценным.

Очень важно своевременно научить ребенка жевать. С 8 месяцев давайте ему во время кормления кусочек хлеба, сухарь. Постепенно приучайте ребенка к непротертым овощам, фруктам, давая их кусочками. После года малыш может есть самостоятельно густую пищу.

Поза ребенка во время кормления с возрастом меняется.

В первые месяцы младенец лежит у мамы перед грудью.

Таблица 1.

Распределение кормления, бодрствования и сна в течение суток

Возраст	Кормление		Бодрствование		Сон		
	кол-во раз	перерывы между кормлениями, ч	максимальное, длительность, ч	кол-во периодов	дневной, ч	ночной, ч	всего в сутки, ч
От 1 до 2,5—3 мес	7	3	1 — 1,5	4	2—1,5	11	18—17,5
От 2,5-3 до 5-6 мес	6	3,5	1,5-2	3	2-1,5	10—11	17—16,5
От 5-6 до 9-10 мес	5	4	2-2,5	3	2-1,5	10-11	16,5-15,5
От 9—10 мес. до 1 года	5—4	4,5—3	2,5-3,5	2	первый – 2,5 второй — 2	10—11	15,5-14,5
От 1 года до 1 года 6 мес.	4	4,5-3	3,5-4	2	первый – 2,5-2, второй — 1,5-1	10—11	14,5 –13,5
От 1 года 6 мес. до 2 лет	4	4,5 - 3	5-3,5	1	3	10—11	13,5-13
От 2 до 3 лет	4	4,5—3	5,5-6,5	1	2,5—2	10— 11	12,5-12

В полгода полусидит на коленях мамы.

В 8—10 месяцев сидит на высоком специальном стуле, который придвигается к столу.

После года ребенок может сидеть за специальным столом для кормления.

Чем раньше ребенок начнет есть самостоятельно, тем лучше. *Постепенно приучайте малыша:*

- в 5—6 месяцев есть с ложки;
- в 7—8 месяцев пить из чашки, придерживая ее руками, держать корочку хлеба, жевать ее;
- в 10 месяцев держать чашку двумя руками;
- в 12 месяцев пытаться самостоятельно действовать ложкой.

С первых дней приучайте ребенка к опрятности. Перед каждым приемом пищи не забывайте вымыть ему руки. Следите, чтобы на столе всегда было чисто.

Хвалите малыша за все самостоятельные действия: «Какой молодец! Сам из чашки пьет (сам ложкой кашу ест)!» Помните, что действия ребенка еще очень несовершенны, и поэтому он может облиться молоком, испачкаться кашей. Вытрите его спокойно салфеткой, не дожидаясь конца кормления, но ни в коем случае не говорите раздраженным голосом: «Грязнуля! Разве так можно!» Ребенок может испугаться: ему непонятно, почему любящая мама может с ним так разговаривать.

Помогайте ему и наберитесь терпения: с каждым разом он все лучше будет справляться с чашкой, ложкой. Порицание же может вызвать неуверенность, страх и затормозить развитие самостоятельности.

Приучать ребенка к опрятности важно уже на первом году жизни. Нередко родители жалуются, что ребенок даже на втором году не хочет садиться на горшок. Причиной могут быть неправильные действия взрослых. Чтобы этого не случилось, надо знать следующее.

Приучать ребенка к горшку рекомендуется на первом году, с того дня, когда

он научился хорошо сидеть. Заранее покажите горшок малышу, позаботьтесь, чтобы он был чистым, сухим и теплым, чтобы не вызвать у малышки неприятных ощущений. Первое время при этой процедуре всегда находите рядом с ребенком, сопровождая его действия соответствующими словами. Не держите долго малыша на горшке. Высаживание должно длиться не более 3—4 минут. Постарайтесь, чтобы ребенка ничто не отвлекало. В случае положительного результата не забудьте похвалить его: «Вот какой Алешенька молодец, все сделал в горшочек. А штанишки у Алешеньки сухие!» Старайтесь ребенка высаживать на горшок только тогда, когда у него в этом есть потребность. Сигналом для этого может быть беспокойное поведение малыша (затормаживает действия, напрягается, сучит ножками, озирается беспокойно и т. п.). Обязательно высаживайте ребенка перед сном, перед прогулкой, после сна, если он проснулся сухим. Никогда не

Сажайте ребенка на горшок, если он все уже сделал в штанишки. Не высаживайте на горшок ночью, если он спит спокойно. Если вы заметили, что ночью малыш возится, беспокоится, то его необходимо поднять.

При правильном воспитании к концу второго года и на третьем году ребенок начинает проситься на горшок, но этот навык еще неустойчив и требует от родителей постоянного подкрепления, напоминания. Ребенок даже в три года, заигравшись, может все сделать в штанишки. Не ругайте его за это. А вот если он сам попросился, сел на горшок, обязательно похвалите его. Это очень важно для малыша.

Спи, малышка, баю-бай. (Сон ребенка от 1 месяца до 1 года)

Физическое и эмоциональное состояние малыша во многом зависит от того, выспался он или нет. Если ребенок хорошо выспался, он весел, активен, с аппетитом ест. Но стоит ему недоспать, как он становится возбудимым, капризным или вялым, в каждом возрастном периоде взрослые должны обеспечить ребенку достаточный по длительности полноценный сон (таблица 1). Как обеспечить полноценный сон? Прежде всего, необходимо знать, что он складывается из двух фаз: глубокий сон и неглубокий. Эти фазы, или периоды, глубокого и неглубокого сна постоянно чередуются, сменяя одна другую. Чем характеризуется фаза глубокого сна? Ребенок лежит спокойно, не шевелясь, веки его плотно сомкнуты, лицо спокойное, дыхание ровное и глубокое. Эта фаза очень полезна в физиологическом отношении, так как центральная нервная система в этот период наиболее заторможена, организм ребенка расслаблен, деятельность различных систем замедлена, жизненные силы восстанавливаются особенно интенсивно. Но проходит 10—15 минут и малыш начинает двигаться, кряхтеть, иногда вскрикивает, дыхание становится неровным, учащенным, глаза могут быть полуоткрытыми — это фаза неглубокого сна. Со временем продолжительность глубокого сна возрастает с 10—15 до 45 минут, а неглубокого — соответственно сокращается. Если родители знают, что сон ребенка протекает волнообразно, то они не примут фазу неглубокого сна за период пробуждения. Но, к сожалению, очень часто родители, решив, что ребенок проснулся, берут его на руки, разговаривают с ним, проявляя при этом недовольство, что он мало спал. И ребенок действительно просыпается. Если это многократно повторяется, то он привыкает систематически недосыпать, что

отрицательно сказывается на его поведении, а главное, здоровье.

Никогда не спешите поднимать ребенка, не тормозите его, даже если действительно наступило пробуждение. Пусть он спокойно перейдет от сна к бодрствованию, ведь вы тоже не вскакиваете с постели сразу после пробуждения.

Переход от бодрствования ко сну тоже должен быть постепенным. Создайте перед сном спокойную обстановку, не возбуждайте ребенка громким смехом, играми. Общение с малышом перед сном должно быть успокаивающим, нежным. Это требование следует соблюдать как на первом году его жизни, так и в последующем.

Старайтесь укладывать ребенка в определенное режимом время. Привыкнув к этому, малыш будет быстрее засыпать, сон его станет глубоким. Но иногда родители бывают излишне педантичны и укладывают ребенка «минута в минуту», не считаясь с его интересами и настроением. Такой педантизм со стороны взрослых, как правило, вызывает у ребенка негативную реакцию. Ничего страшного не случится, если вы дадите заигравшемуся малышу лишних пять минут для того, чтобы он перестроился. Ребенка, овладевшего самостоятельными действиями, полезно приобщать к подготовке ко сну. Пусть он примет посильное участие в туалете, попытается самостоятельно снять с себя одежду, сам или с вашей помощью заберется в кроватку. Все это поможет ему быстрее уснуть.

А как относиться к укачиванию, колыбельным песенкам? Ведь для чего-то народ придумал эти способы усыпления младенца. Будет хорошо, если вы иногда споете своему малышу колыбельную, ласково погладите его по головке, но не возводите все эти приемы в культ, особенно в первые месяцы жизни младенца. Ребенок быстро привыкает к укачиванию и, конечно, в дальнейшем станет требовать этого постоянно, а вы не всегда сможете располагать временем. Пустышка хорошо успокаивает возбудимых детей. Если ваш малыш не может без нее обойтись, постарайтесь давать ее только перед сном, но не приучайте пользоваться ею во время бодрствования.

Ребенок уснул. Теперь ваша задача — оберегать его сон. В комнате, в которой спит ваш малыш, должно быть тихо, электрический свет приглушен. Разумеется, вы не забыли и проветрить комнату. Иногда родители, организуя сон ребенка, впадают в крайность: или создают «стерильные» условия и добиваются абсолютной тишины и темноты, или, наоборот, считают, что ребенок должен привыкать спать в шумном помещении, при включенном телевизоре, при свете. И то и другое плохо. В первом случае ребенок привыкает спать в абсолютной тишине и темноте. Но сумеете ли вы всегда создать такие условия? Во втором случае сон ребенка будет неполноценным, и это отрицательно скажется на его нервной системе. Так надо ли рисковать здоровьем ребенка в угоду своим прихотям?

Дневной сон лучше всего проводить на воздухе, причем в любое время года. Свежий воздух является хорошим снотворным средством и в то же время закаливает малыша. Постарайтесь летом укладывать ребенка в тени, а зимой — на безветренной стороне. Часто перед родителями встает вопрос; надо ли будить ребенка для кормления? Если наступило время кормления, а ваш младенец крепко спит, не нарушайте его сон. Разбуженный малыш капризничает, плохо ест и может опять заснуть, не съев свою норму.

2—3-летние дети иногда отказываются спать днем, и родители, идя у них на

поводу, разрешают им этого не делать. Всегда помните, что нервная система ребенка не только раннего, но и дошкольного возраста нуждается в отдыхе в течение дня, и этот отдых обеспечивается полноценным сном. Почему же дети не хотят спать днем? Обычно это сигнал того, что бодрствование ребенка организовано неправильно: мало впечатлений, недостаточна двигательная активность, отсутствует прогулка.

Вот проснулись, потянулись. (Бодрствование ребенка от 1 месяца до 1 года)

Мы уже отмечали, что сон и бодрствование — два сопряженных состояния, которые зависят друг от друга: активное бодрствование — глубокий сон. И наоборот. Глубокий и достаточный по длительности сон — активное бодрствование. С первых дней жизни вашего ребенка постарайтесь создать благоприятные условия для его бодрствования, которые обеспечат малышу активность и своевременное физическое и нервно-психическое развитие.

Время бодрствования должно быть заполнено. Выше мы предложили вам разнообразные игры в каждом возрастном периоде для развития действий с предметами, движений и речи ребенка. Кроме того, во время бодрствования проводится закаливание и гимнастика.

Где должен бодрствовать ребенок?

В *первые 2—3 месяца* жизни малыш еще не умеет передвигаться, поэтому его вполне устроит кроватка. С *3 месяцев* полезно на время бодрствования убирать из кроватки постель и матрац, заменяя их специальной доской, поверх которой кладут байковое одеяло и клеенку.

Когда вашему малышу исполнится *5—6 месяцев*, ему потребуется манеж. *Месяцев с 7—8* ребенок нуждается в большем пространстве, и манеж его уже не устраивает. С этого времени значительную часть бодрствования он будет проводить на полу, учась ползать. Отгородите часть комнаты стульями, креслом, диваном. Они не позволят малышу уйти из отгороженного пространства и в то же время будут служить опорой, когда он будет учиться вставать. Если пол не очень теплый, положите коврик, старое одеяло. Позаботьтесь, чтобы рядом с малышом не было опасных предметов.

Конечно, вы догадываетесь, что одного пространства мало, чтобы ребенок активно бодрствовал. *Ему нужны игрушки, с которыми он будет действовать.*

От рождения до *4—5 месяцев* малыш учится выделять предмет, игрушку из окружающего пространства. Ему нужны крупные, достаточно яркие, непестрые, выделяющиеся на фоне других вещей игрушки. Лучше, если их сначала покажет ребенку взрослый. Интерес к игрушке, эмоциональная привязанность к ней возникают легче и быстрее, если ее показывает самый близкий человек — мама. Позже и сама игрушка становится притягательной для малыша, так как первые впечатления были получены на фоне улыбки, ласкового разговора родного человека.

В возрасте *4—5 месяцев* игрушка попадает в руки ребенка, он начинает приобщаться к ней, исследовать ее особенности. Ему нужны всевозможные удобные для захватывания, удерживания, ощупывания игрушки разной расцветки, из разных материалов, с разной поверхностью и т. д.

В возрасте 5—9 месяцев для ребенка игрушка выступает как средство получения особого результата, эффекта: шума, звона, треска. Не забудьте приобрести для малыша матрешку, пирамидку, кубы-вкладыши и т. п.

К концу года, когда ребенок делает первые шаги, можно купить устойчивую каталку на четырех колесах, с высоким бортом, держась за который он будет толкать игрушку вперед. Удобно для развития движений надувное бревно: через него малыш переползает, пытается перешагнуть, двигает его, приподнимает, садится на него.

С раннего возраста внимание ребенка привлекают машинки, куклы, зверюшки. Он с удовольствием играет с петушком, который весело кукарекает, гладит мягкого котенка, катает машину. Позднее малыш старается покормить котенка из миски, уложить спать куклу. Эти игрушки не должны быть большими, самый удобный размер их 15—25 см. Более крупные игрушки в этом возрасте нежелательны: иногда дети их боятся. Не рекомендуется давать маленькому ребенку игрушечных животных из меха. Лучше пользоваться мягконабивными игрушками из гладкой или махровой ткани.

Для игр в воде во время купания хороши пластмассовые и резиновые рыбки, уточки, лодочки.

Детям нужны и музыкальные игрушки. Они с удовольствием прислушиваются к песне взрослого, к простой мелодии, исполняемой на металлофоне, дудочке, свирели, к ритмическим звукам бубна. С интересом наблюдают малыши за юлой и волчком.

Пластмассовые и резиновые игрушки, с которыми играет малыш, надо ежедневно мыть, мягкие — периодически стирать и чистить. Хранить их лучше в специальном ящике или корзине.

Я мороза не боюсь. (Закаливание малыша первого года жизни)

«Ребенок без конца болеет,— жалуется мать,— а я ведь его всегда в тепле держу». Бедная женщина и не подозревает, что ребенок потому и болеет, что всегда находится в тепле.

Да, к сожалению, эту ошибку очень часто допускают родители. А ведь разумное воспитание немислимо без закаливания. Закаленный ребенок меньше болеет, у него лучше аппетит, крепче сон, гармоничнее физическое развитие. Польза закаливания хорошо известна.

Но, увы, не хватает родителям решительности, организованности, времени на закаливание. Удивительно было бы, если бы мама забыла или отложила кормление ребенка на завтра, а вот закаливание откладывается на завтра, послезавтра... Слов нет, много у мамы забот. Дорогие папы, помогите решить эту важную проблему. Ведь в ваших руках здоровье ребенка.

Мы уже говорили о том, что в утробе матери развитие малыша шло при относительно постоянной температуре окружающей среды. Но вот малыш родился и очутился в среде, температура которой колеблется, и уж в любом случае она значительно ниже прежней. Теперь ему самому приходится поддерживать постоянную температуру собственного тела. По сигналам, идущим из центральной нервной системы, усиливается тонус мышц рук, ног, шеи, туловища малыша.

Напряжение мускулатуры способствует выработке тепла. Чем заметнее снижается температура окружающей среды, тем выше напряжение мышц ребенка. Но если вы будете с первых дней его существования создавать тепличные условия, кутать, держать в помещении, где слишком жарко, то у младенца не будет тренироваться механизм терморегуляции, поэтому и тонус мышц будет снижаться.

Достаточно в течение нескольких дней подержать ребенка в комнате с температурой выше 20 °С, с пересушенным обогревательными приборами воздухом, чтобы все защитные силы организма, мобилизованные в момент рождения, выключились, не найдя применения. В этом случае достаточно чуть заметного сквозняка, мимолетного контакта с больным, малейшего охлаждения, чтобы ребенок заболел.

Поддержание тонуса мышц — это пока единственный способ тренировки.

На данном этапе такая тренировка является обязательной, если вы хотите сохранить здоровье своего малыша.

Итак, начинать закаливание нужно с первых дней жизни ребенка. Но как закаливать? Ни о каких сложных методах закаливания здесь речь не пойдет. Все очень просто и доступно всем мамам и папам. Прежде всего не бойтесь при пеленании, переодевании оставлять ребенка на некоторое время голеньким. Такие воздушные ванны для малыша — и закаливание, и гимнастика для мышц. Купание, которое начинают родители, как только заживет пуповина младенца, — тоже отличное средство закаливания. Наконец, необходимы прогулки на свежем воздухе. Бели ваш малыш родился летом, теплой весной или теплой осенью, то прогулки можно начать буквально на другой день после возвращения из роддома. Но как быть, если ребенок родился зимой? И в этом случае надо непременно гулять.

Выходить с малышом в первые месяцы следует при температуре не ниже минус 10 °С. Проследите перед прогулкой, в каком состоянии нос ребенка. Обязательно очистите его от слизи и не закрывайте рот и нос простынкой или шарфом. Ведь в этом случае ребенок будет дышать влажным воздухом, а это вредно и не только не уберет его от охлаждения, но и может привести к заболеванию. Не надо бояться прохладного воздуха. Проходя через чистые носовые пути, он успеет согреться, прежде чем попадет в легкие. Кроме того, прохладный воздух способствует лучшему сну, аппетиту, самочувствию ребенка. Если температура воздуха минус 10 °С, то первая прогулка должна занять не более 10 минут, постепенно увеличивайте время прогулки до 1 — 1,5 часа в зависимости от состояния и поведения ребенка. Место для прогулки нужно выбрать вдали от автотрассы.

Как видим, повседневная жизнь предоставляет большие возможности для закаливания вашего малыша. Однако существуют и специальные процедуры закаливания: обливание, обтирание и т. д.

Приступать к закаливанию можно в любое время года.

При этом следует придерживаться следующих правил:

1. Проводите закаливание систематически. Без постоянного подкрепления достигнутые результаты снижаются.

2. Резко не увеличивайте продолжительность и силу закаливающих воздействий. Нарушение принципа постепенности может вызвать переохлаждение и заболевание ребенка.

3. Не начинайте закаливающие процедуры, если ребенок болен.

4. Проводя процедуру, старайтесь вызвать у малыша положительные эмоции.

5. Никогда не проводите закаливающие процедуры с плачущим ребенком. Постарайтесь его перед этим успокоить.

6. Сопровождайте свои действия ласковыми словами. Даже если малыш не понимает слов, он обязательно уловит вашу интонацию. Все действия, проводимые с ребенком, должны быть плавными, мягкими, ласковыми.

Итак, вы усвоили все правила, а теперь безотлагательно приступайте к закаливанию. Начиная со второго месяца можно применять *обтирания*. Эта процедура несложна, но требует внимания, как и весь уход за ребенком. Сшейте мягкую рукавичку из махровой ткани, смочите ее в теплой воде (зимой температура должна быть 36°C, летом 32°C), слегка отожмите и обтирайте малышу руки от кончиков пальцев до плеч. Затем осторожно промокните их полотенцем, но не растирайте, так как это снижает закаливающий эффект. Через 3 дня обтирайте не только руки, но и грудь, еще через три — живот, затем — спинку, ноги до паха, ягодицы. А через 3 дня полного обтирания начните через каждые 5—6 дней снижать температуру воды на 1°, доведя ее до 27 °С, то есть близкой к температуре кожи на открытых участках тела.

С 9 месяцев можно начинать общие обливания. Ребенка сажают или ставят в таз и обливают из ковша, лейки, ведерка в следующем порядке: спину, грудь, живот, плечи, руки. Начальная температура воды для обливания: летом 35 °С, зимой 36—37 °С, снижать ее надо постепенно на 1°, летом — через 2—3 дня, а зимой — через 5—6 дней и довести до 28 °С летом и 30 °С зимой.

После года набор процедур можно постепенно расширить, а са-ПН процедуры немного видоизменить. Полезно дополнить водные процедуры контрастным обливанием ножек малыша. Для этого приготовьте два кувшина с водой: в одном вода теплая, 35—36°, в другом — прохладная 33—34 °С. Облейте его голени и ступни сначала теплой, а затем прохладной водой, вытрите и наденьте носки или колготки. Каждые 3—5 дней делайте воду во втором кувшине на 1° прохладнее и доведите до 16—18 °С. После I года 6 месяцев можно вместо обливания ставить ребенка под душ, но при этом имейте в виду, что душ действует возбуждающе, поэтому его не рекомендуется принимать перед сном.

Как бы тщательно вы ни проводили закаливающие процедуры, одних их будет недостаточно, чтобы повысить защитные силы организма малыша. Необходимо, чтобы он регулярно гулял и был одет по сезону.

Мы познакомили вас с основными традиционными методами закаливания, которые проверены веками и научно обоснованы. Разумеется, вы слышали и о так называемых экстремальных методах (купание в проруби, хождение босиком по снегу, обливание ледяной водой и т. п.). Как относиться к ним?

Большинство педиатров отрицают использование этих методов в раннем и дошкольном возрасте. Предельные холодовые нагрузки могут перенапрягать все системы детского организма и его защитные силы. Даже если ребенок внешне справляется с такой нагрузкой, то не без потерь, которые становятся очевидными, увы, гораздо позднее. В первую очередь страдают нервная система и почки. В любом случае, если вам очень хочется закаливать ребенка такими методами, обязательно посоветуйтесь с опытным педиатром.

По утрам зарядку делай, будешь сильным, будешь смелым. (Гимнастика ребенка первого года жизни)

Заботиться о силе, ловкости, выносливости вашего малыша надо с первых дней его жизни. И в этом помогут массаж и гимнастика. Напомним вам, дорогие папы (мы ведь уже договорились, что именно вы возьмете на себя эти обязанности), какое значение имеют массаж и гимнастика. Прежде всего, они улучшают физическое и психическое развитие ребенка, способствуют формированию моторных навыков, улучшают обмен веществ. Наблюдения показали, что дети, с которыми начиная с полутора месяцев систематически занимаются гимнастикой, отличаются красивой осанкой, хорошей координацией движений, быстротой двигательной реакции, ловкостью в играх и бытовых действиях. В раннем возрасте они не болеют рахитом.

Итак, папы, не ленитесь заниматься с ребенком, не упускайте драгоценного времени, а наградой за ваш труд будет здоровый крепыш. Упражнения делайте на столе, покрытом байковым одеялом и сверху простынкой. Комнату предварительно проветрите и подождите, пока температура не поднимется до 20 °С. Ваши руки должны быть чистыми и теплыми. Не забудьте снять часы, кольца. Необходимо и ребенка подготовить к предстоящей процедуре. Поговорите с ним, не бойтесь говорить слова, которые он еще не понимает, например: «Пойдем, Алешенька, делать гимнастику», «Алешенька вырастет сильным, ловким, здоровым». При этом ласково улыбайтесь. Постепенно малыш установит связь между вашими словами и теми действиями, которые вы выполняете, и будет положительно относиться к ним. Во время массажа и гимнастики постоянно поддерживайте эмоциональный контакт с ребенком, следите за его поведением, при малейшем изменении его настроения в худшую сторону прекратите занятие. Продолжительность занятия с малышом в первое полугодие первого года жизни в среднем должна быть 5—6 минут, во втором полугодии первого года — до 10—12 минут. До 3—4 месяцев у детей наблюдается физиологическая гипертония мышц-сгибателей верхних и нижних конечностей, поэтому в этот период можно использовать самые простые приемы массажа — поглаживание и растирание (легкое). После 4 месяцев можно включать поглаживание, растирание, разминание, легкое поколачивание, чередуя массаж с гимнастикой. Каждое упражнение можно повторять сначала 2 раза, постепенно в течение недели доводя до 6—8 раз.

Массаж и гимнастика для ребенка 1,5—3 месяцев

1. Массаж рук.
2. Массаж ног.
3. Выкладывание на живот.
4. Массаж спины.
5. Массаж живота.
6. Массаж стоп.
7. Выкладывание на живот.
8. Рефлекторное ползание.

В такой последовательности вы будете проводить массаж до трех месяцев. Как это надо делать? Руки массируете от кисти к плечу, ноги — от стопы к бедру, обходя коленную чашечку и избегая толчков в области коленного сустава. Массируя

руку, придерживайте ее за кисть; массируя йогу, возьмите ее в свою ладонь. В положении на животе ручки ребенка должны находиться над грудью, голова слегка приподнята. Массируя спину, поглаживайте ее от ягодиц к голове тыльной стороной кисти, от головы к ягодицам — ладонью. Поскольку в этом возрасте положение на животе еще неустойчивое, поглаживайте одной рукой, другой поддерживайте ребенка за ноги. Массаж живота надо проводить круговыми движениями ладони по ходу часовой стрелки, не надавливая на область печени (правое подреберье) и не задевая половых органов (у мальчиков). Стопы удобно поглаживать большими пальцами рук, обхватив остальными четырьмя.

Выполняя *упражнение 7*, положите ребенка на правый бок.левой рукой придерживайте его таз, а большим и указательным пальцами правой легко проведите вдоль позвоночника, от крестца к шее. Ребенок при этом прогибает спину.

Последнее упражнение делайте из исходного положения на животе. Прикоснувшись ладонью к ступням ребенка, побудите его оттолкнуться от вашей руки и как бы проползти чуть-чуть вперед.

Массаж и гимнастика для ребенка 3—4 месяцев

- 1.Скрещивание рук на груди.
- 2.Массаж рук.
- 3.Массаж ног.
- 4.Поворот на живот.
5. Массаж спины
- 6.Массаж живота.
- 7.Массаж стоп.
- 8.Сгибание и разгибание рук вместе и попеременно.
- 9.Поворот на живот.

Выполняя *упражнение 1*, вложите ваши большие пальцы в ладони ребенка и, придерживая его руки за кисти, отводите их в стороны. Снова сводите, перекрещивая на груди так, чтобы сверху оказывалась то правая, то левая рука. *Упражнения 2 и 3* начните с поглаживания, затем перейдите к растиранию (круговыми движениями ладоней в том же направлении) и закончите снова поглаживанием. Выполняя *упражнение 4*, побудите ребенка к повороту на живот, придерживая левую руку, согнутую в локте, и плавно поворачивая его таз влево. Такой же поворот сделайте вправо. Руки должны быть у ребенка под грудью. Стопы сначала поглаживайте, затем растирайте круговыми движениями больших пальцев рук и затем снова поглаживайте.

Массаж и гимнастика для ребенка 4—6 месяцев

- 1.Скрещивание рук на груди.
- 2.Массаж ног.
- 3.«Скользящие шаги».
- 4.Поворот на живот.
- 5.Массаж спины.
- 6.«Парение» на животе.
- 7.Массаж живота.
- 8.Массаж стоп.
- 9.Сгибание и разгибание рук.

10. Сгибание и разгибание ног.

Многие упражнения вам уже знакомы. Л вот упражнения 3, 6, 9, 10 — новые.

Упражнение 3 делают из положения на спине. Сгибая ноги ребенка в коленях, попеременно слегка прижимайте их к ягодицам — стопы при этом как бы скользят по столу.

«Парением» называется упражнение, при котором ребенок секунду-две лежит на весу на ваших руках с поднятой головой и напряженными мышцами спины. Для этого подведите обе ладони под его живот до соприкосновения мизинцев так, чтобы большие пальцы легли *по* бокам. Держа ребенка таким образом, слегка приподнимите его над столом. Сгибать и разгибать руки и ноги надо попеременно (одну сгибать, другую выпрямлять).

Массаж и гимнастика для ребенка 6—9 месяцев

1.Скрещивание или сгибание и разгибание рук.

2.«Скользящие» шаги.

3.Поворот на живот вправо.

4.Массаж живота.

5.Присаживание.

6.Полукруговые движения руками.

7.Поднимание вверх выпрямленных ног.

8.Поворот на живот влево.

Наиболее сложное упражнение этого комплекса — присаживание. Делать его надо плавно, спокойно. Ребенку, лежащему на спине, дайте обхватить большие пальцы ваших рук и легким потягиванием побуждайте его сесть, а затем лечь. Для начала выполните упражнение один раз, постепенно доведя количество повторов до четырех.

Массаж и гимнастика для ребенка 10—14 месяцев

1.Сгибание и разгибание рук.

2.«Скользящие» шаги.

3.Повороты на живот в ту или другую сторону.

4.Массаж спины.

5.Из положения на животе, поддерживая ребенка за руки, помочь ему привстать сначала на колени, а затем встать на ножки.

6.Наклоны и выпрямление туловища.

7.Массаж живота.

8.Поднимание выпрямленных ног.

9.Напряженное выгибание.

10.Присаживание.

11.Круговые движения руками.

Упражнение 1 проводите сидя, а позже — стоя, если ребенок уже хорошо сидит и стоит без поддержки. Повороты на живот (*упражнение 6*) малыш уже должен делать самостоятельно по вашей просьбе. Он охотнее повернется, если справа и слева вы положите игрушки.

Упражнение 8 можно немного усложнить, предложив ребенку достать стопами до палочки, которую вы держите над ним.

Упражнение 9 выполняется сидя у вас на коленях. Ребенок достает игрушки, лежащие рядом на стуле.

Упражнение 10 делается из положения лежа на спине. Предлагайте малышу сесть самостоятельно, если не получается — помогите ему, придерживая его колени. Упражнение повторите не больше двух раз.

Занимаясь с ребенком, будьте внимательны. Не оставляйте его без присмотра. Делайте массаж и гимнастику ежедневно *я* по возможности в одно и то же время.

Вот и прожит самый радостный и самый трудный первый год. Подведем итоги... Какими мы стали? Изменения произошли во всем: в общении, в познании, в движениях, в эмоциональной сфере и т. д.

Главные приобретения:

- в основном отрегулировались главные функции организма (пищевая, дыхательная и др.), и малыш в основном приспособился к окружающей среде;
- ребенок все лучше понимает вас и начинает произносить первые слова;
- у вас установился с ним близкий контакт. У малыша появилась потребность в общении с вами, и он все чаще является инициатором этого общения. Он уже по-разному умеет общаться с вами: не только через улыбку, мимику, жест, но и с помощью слов. Он призывает вас к сотрудничеству в своих действиях с предметами;
- ваш кроха стал более умелым: он не только манипулирует предметами, обследует их, но и способен к некоторым более сложным действиям: собирает пирамидку, открывает и закрывает коробки и т. п. С вашей помощью пытается правильно действовать с предметами (ложкой есть платок надевать на голову и т. п.);
- малыш запоминает все большее количество предметов и соответствующих слов, он начинает размышлять (Что это такое? Что с этим можно делать? и т. д.);
- становится более внимательным: дольше сосредоточивается на предметах, действиях, речи взрослых.

Однако при всех общих приобретениях отчетливо проявляются индивидуальные особенности: один подвижен, другой медлителен; один ярко проявляет свои чувства, другой более сдержан; один легко и быстро переходит от одного вида деятельности к другому (от игры к кормлению, например), а другому для этого нужно время и т. п. Различия наблюдаются и в темпах познания окружающего, развития речи, движений: один уже легко и координированно ходит, другой пока еще неуклюж; один произносит 10 упрощенных слов, а другой — 5 и т. д.

Не сравнивайте своего малыша с другими, а наблюдайте за тем, чтобы он не останавливался в своем развитии, отличался все новыми и новыми приобретениями в сравнении с самим собой.

***Глава IV. Я сам
(Воспитание и развитие ребенка второго-третьего года жизни)***

1. Вот и стали мы на год взрослей

(Особенности воспитания и развития ребенка на втором-третьем году жизни)

Как же кроха развивается после года?

Темпы его физического развития значительно ниже, чем в первый год жизни.

На втором году он ежемесячно прибавляет в весе 200—250 г, а длина его тела увеличивается за это же время на 1 см. Так что к концу второго года его рост колеблется от 82 до 91 см, а вес — от 11 до 13 кг.

За третий год жизни ребенок может прибавить в весе от 2,5 до 3 кг, а его рост увеличивается на 7—8 см. К концу года рост может составить от 99 до 101 см, а вес — 14—16 кг. Ребенок меняется внешне: ноги его становятся длиннее, округлость тела исчезает.

На втором-третьем году ребенок овладевает всеми видами основных движений: ходьбой, бегом, лазаньем, бросанием, прыжками.

У ребенка совершенствуется нервная система, поэтому работоспособность его заметно увеличивается. На втором году малыш может бодрствовать уже 4—5 часов, суточное время сна уменьшается до 12,5 часа, ребенок меньше спит днем, а с 1 года 6 месяцев его можно перевести на одnorазовый дневной сон (см. гл. IV, § 2 «Мой день»).

На третьем году период бодрствования увеличивается до 6—6,5 часа. К этому времени дети становятся более выносливыми. Однако их выносливость все же еще невелика, поэтому охрана здоровья, закаливание, создание благоприятных условий для развития малыша по-прежнему остаются основной задачей.

На стыке первого и второго года жизни могут возникнуть определенные сложности в воспитании малыша. Происходит смена ведущего вида деятельности: *наряду с непосредственно-эмоциональным и эмоционально-деловым общением на первый план выдвигается предметная деятельность*, в которой продолжается познание окружающего мира. Наблюдается взрыв активности в познании предметов, а овладение ходьбой дает возможность ребенку относительно легко перемещаться в пространстве, что расширяет его познавательные возможности. Поэтому полноценно развивающийся ребенок в это время всегда непоседа и может капризничать при ограничении его свободы.

Стремление к самостоятельности — это ведущая тенденция в развитии ребенка второго и третьего года жизни. Приходилось ли вам встречаться с людьми безынициативными, несамостоятельными, безвольными? Сколько неприятностей, несчастий и даже трагедий происходит из-за этого в жизни такого человека, в жизни его семьи, близких! А начало, корни этих бед — в раннем детстве, когда подавлялось естественное стремление ребенка к самостоятельности.

Попытки проявить самостоятельность ребенок предпринимает уже на первом году, но всегда ли мы с уважением относимся к ним? Не знакома ли вам такая ситуация: малыш ползет к игрушке, а вы быстро подаете ее ему. Или он пытается встать на ножки, а вы поднимаете его, подхватив под мышки.

На втором и третьем году жизни желание быть самостоятельным превалирует над всем остальным. Берегите, лелейте, развивайте у своего малыша это стремление. Его содержание пока элементарно, но сила исключительно велика.

Самостоятельность по-разному проявляется на втором и третьем году жизни. К концу второго — в начале третьего года ребенок сам ставит перед собой задачу (достать игрушку, взять мяч и др.), но ее исполнение еще невозможно без помощи взрослого: взрослый помогает удерживать цель, выполнять действия, контролирует и оценивает деятельность малыша. То есть самостоятельность выражается пока в *целеполагании*. Но к концу третьего года жизни у ребенка под влиянием взрослого

появляется *целеустремленность*, то есть способность удерживать поставленную задачу, исполнять ее с помощью взрослых, соотносить полученный результат с тем, что он хотел получить.

Нарождающаяся самостоятельность — это условие дальнейшего физического, психического и личностного развития малыша второго и третьего года жизни.

В этом возрасте интенсивно развивается речь. С помощью слова ребенок обозначает и предметы, действия, качества, связывает слова в предложения. Возрастает роль слова в передаче взрослыми и присвоении детьми социального опыта (общения, овладения способами употребления предметов, освоения разных видов деятельности). Это расширяет возможности взаимодействия взрослого с ребенком, взаимовлияния и, как следствие, возможности его развития.

Выше мы говорили, что развитие происходит только в деятельности¹. Как же изменяются разные виды деятельности в этом возрасте и какие возможности открываются в них для дальнейшего физического, психического, личностного развития малыша?

Общение с ребенком, сохраняя эмоциональную насыщенность, становится более содержательным. Соответственно расширяется его ориентация в окружающем мире. Малыш познает разнообразные предметы быта, природные, дидактические материалы и т. д., овладевает действиями с ними в соответствии с их назначением, то есть развивается предметно-орудийная деятельность, в процессе которой, в свою очередь, еще более расширяется, обогащается познание свойств и качеств предметов окружающего мира. Таким образом, идет интенсивное *сенсорное развитие* (развитие органов чувств, накопление сенсорного опыта: знание цветов, форм, величин и т. п.); восприятие является ведущим познавательным процессом. Сенсорное развитие ребенка усиливается под воздействием общения со взрослыми, в речи которых обозначаются эти признаки и свойства.

На основе сенсорного и речевого развития происходит умственное развитие малыша. Так, в процессе действий с предметами выделяются их отдельные признаки (цвет, форма, величина), предметы сравниваются между собой и обобщаются по данному признаку наглядно-действенным способом. Например, ребенок может из колечек разного цвета выбрать только красные, из разнообразных деталей строительного материала отобрать только кубики, в большую матрешку вложить меньшую и т. п. Все это развивает наглядно-действенное мышление, которое является основой для развития более сложных его форм.

Наглядно-действенное познание окружающего способствует развитию памяти, воображения и других психических процессов, важнейших умственных действий: анализа (расчленение целого на части), синтеза (объединение), сравнения.

Развитие предметной деятельности происходит одновременно с развитием речи. Содержание предметной деятельности обогащает пассивный и активный словарь ребенка названиями предметов, их качеств, свойств, но при условии, что взрослый при общении с малышом их называет и побуждает ребенка к повторению названий. В общении с ребенком в контексте предметной деятельности может проявляться разное по характеру (негативное или позитивное) *отношение малыша к предметному миру*.

От взрослых зависит, будет ли подрастающий ребенок ломать предметы,

¹ См. параграфы, посвященные развитию ребенка в разных видах деятельности.

окружающие его, или относиться к ним бережно. Так в предметной деятельности, организованной взрослыми, в сотрудничестве с ними создаются условия для *нравственного развития ребенка*.

Окружающие нас предметы различаются по своим эстетическим качествам. Ребенок рано начинает на них реагировать. Его привлекают в первую очередь яркие, красочные предметы, приятные на ощупь. Они вызывают познавательный интерес ребенка и желание действовать с ними. Л значит, возникает возможность *эстетического развития*, проявления и развития первоначальных эстетических чувств.

В процессе общения со взрослыми развивается сюжетно-отобразительная игра, в которой ребенок отражает заинтересовавшие его действия взрослых и сверстников, а также поведение животных. Малыш в игре подражает только тому, что привлекло его внимание, что затронуло его чувства. В игровом подражании он лучше осознает заинтересовавшие его действия, познание окружающего становится более осмысленным, эмоционально окрашенным. Поэтому в игре создаются большие возможности для становления нравственно ценного или, напротив, неприемлемого в обществе поведения и проявления соответствующих чувств. Например, ребенок может ласкать куклу-«дочку», а может бить ее. Ребенок, играя, «упражняется» в тех или иных чувствах и поступках и переносит их затем в реальную жизнь. Игру можно назвать *школой приобретения нравственного опыта*.

В процессе отобразительной игры идет интенсивное умственное развитие. Как мы уже говорили, закрепляются, осмысливаются, обогащаются знания малыша об окружающем мире. Известный психолог С. Л. Новоселова считает, что игра — это своеобразная форма размышления ребенка о мире. В игре как бы продолжается анализ заинтересовавшего его действия (кормит, ласкает куклу...). Выполнение тех же действий с разными игрушками (кормит мишку, собачку и т. д.) — это обобщение и перенос усвоенного в другие ситуации.

В сюжетно-отобразительной игре ребенок использует вместо реальных предметов игрушки и другие предметы-заместители. Например, изображая глажение белья, ребенок может взять не только утюг-игрушку, но и кирпичик из строительного материала. Такое замещение одного предмета другим возможно только на основе анализа, выделения, обобщения разных предметов по какому-либо признаку. Поэтому *действие замещения — важный показатель умственного развития малыша*.

Игра предоставляет большие возможности для развития речи (малыш называет предметы, действия, обращается к игрушкам). Продолжается *сенсорное развитие*, так как содержанием игры являются чаще всего действия людей с предметами. И ребенок, отображая их, действует с соответствующими игрушками, предметами-заместителями, познавая при этом их свойства (форму, величину, цвет, характер поверхности и т. п.). В игре кроются огромные возможности *для развития воображения*, одного из важнейших психических процессов, который отличает человека от животного и является основой любого вида творческой деятельности. В игре складывается ситуация «как будто», «понарошку», в которой и рождается детское воображение. При имитации ребенком тех или иных действий людей, животных, при поиске и использовании предметов-заместителей возникает этот психический процесс. Если ребенок играет часто, все более длительно и

разнообразно, то постепенно у него формируются предпосылки творческого воображения, а значит, и предпосылки творческой личности — одного из ценнейших качеств личности.

Эстетические качества игрового материала, игровая обстановка способствуют развитию соответствующих чувств ребенка. Взрослый передает ребенку социальный опыт, то есть ребенок учится. Психолого-педагогические исследования доказали возможность *обучения* детей раннего возраста, их исключительную способность к усвоению, если задачи предлагаются ребенку *в доступной игровой форме*. Малыш учится слушать, отвечать на вопросы взрослого сначала действием, а потом словом, поступать целенаправленно, добиваться положительного результата сначала с помощью взрослого, а затем самостоятельно. Но определенный успех в развитии ребенка возможен только в том случае, если вы занимаетесь с ним систематически, а не от случая к случаю, если вы постепенно усложняете задачи, содержание, способы обучения и, конечно, учитываете не только возрастные особенности, но и индивидуальный уровень развития вашего ребенка.

Занятия с детьми раннего возраста носят специфический характер, они проводятся в основном в игровой форме. Это объясняется особенностями ребенка, о которых мы уже говорили.

У ребенка второго-третьего года жизни еще не развито произвольное внимание. Малышу трудно заставить себя делать то, что не вызывает у него интереса. Поэтому очень важно пробудить этот интерес к занятию и в дальнейшем поддерживать его. С этой целью можно использовать *сюрпризные моменты* (неожиданное появление или исчезновение предмета). Например, мама заранее накрыла зайку платочком и предлагает дочке: «Машенька, давай посмотрим, кто это прячется от нас?» Снимает платочек; «Ой, кто это?» Малышка называет: «Зайка». Можно еще раз спрятать зайчика, а затем приступить к его рассматриванию.

Однако, поддерживая интерес ребенка к занятию, надо соблюдать чувство меры и не забывать о педагогической задаче. Развлекательный и деловой характер общения следует сочетать так, чтобы одно помогало другому. Средства и способы, позволяющие вызвать эмоциональное отношение детей к занятию, следует рассматривать не как самоцель, а как факторы, необходимые для успешного решения учебной задачи.

Малыш будет охотнее заниматься, если все, что вы используете на занятии, имеет *привлекательный вид* (яркие кубики, шарики, нарядная кукла, яркая картинка и т. д.).

Интерес ребенка поддерживается и *вашим собственным отношением* к тому, что вы показываете, о чем рассказываете. Ваша речь должна быть эмоциональной, но в то же время она не должна чрезмерно возбуждать ребенка. Меняйте интонацию, выделяйте с ее помощью главное, что малыш должен усвоить. Говорите короткими фразами, избегайте лишних слов, четко произносите их. Например: «Сереженька, спрячь маленькую матрешку в большую. Прокати красный шарик по красной дорожке».

Малыш быстрее познает предметы и их свойства, если он не просто смотрит на них, *а может потрогать, подействовать, поиграть с ними*. Например, вы учите ребенка различать основные цвета. Недостаточно вынимать кубик из коробки (мешочка), показывать ребенку и называть его цвет. Обязательно предложите ма-

лышу *самому* вынимать кубики, а вы будете называть их цвет.

Постройте с ним разноцветную башенку, дорожку, предлагая ребенку подавать для строительства кубики, а затем и строить самому: он действует, а вы обозначаете цвет («Катенька дала мне синий кубик, положили на красный кубик синий» и т. д.).

Не сразу ребенок усваивает задачу, а если усваивает, то ненадолго. Поэтому *необходимо одно и то же занятие повторять*. При этом активность малыша увеличивается, он успешно справляется с поставленной задачей, и это радует его.

Если занятие насыщено разнообразными действиями ребенка, его можно повторять без изменений. Однако длительное повторение одного и того же может привести к снижению интереса, механическому усвоению программного материала. Чтобы этого не произошло, *советуем проводить занятия с одной и той же целью, но с разным наглядным материалом*.

Например, вы познакомили ребенка с цветом, предлагая ему прокатить красный шарик по красной дорожке, а синий — по синей. А теперь предложите малышу красные кубики сложить в красную

Можно использовать один и тот же материал, но менять задания.

Например, знакомство с величиной предмета: большая и маленькая матрешки сначала поочередно гуляют по дорожке; потом ходят в гости: большая — к мишутке, маленькая — к зайчику; затем прячутся — сначала одна, потом другая. Таких заданий можно придумать множество.

Одно и то же занятие повторите от двух до четырех раз в зависимости от того, как усвоил материал ваш малыш. Чтобы закрепить знания, умения, которые он приобрел, *обязательно вернитесь к тому же содержанию через одну-две недели*.

Нервная система ребенка отличается малой выносливостью. Поэтому *занятия с малышом не должны превышать 10—15 минут*. Помните, что статичное состояние его утомляет, и обязательно старайтесь включить в занятие двигательное задание (попляши с куклой Катей, попрыгай вместе с зайчиком, походи, как мишка, и т. д.). Если вы видите, что интерес к занятию у малыша падает, лучше прекратите его.

Никогда не заставляйте ребенка заниматься насильно. Ваша задача — воспитать положительное отношение крохи к процессу познания. Только в этом случае можно ждать положительного результата.

Все виды деятельности малыша в этот период связаны с общением и немыслимы без общения со взрослым. Общение с окружающими как бы пронизывает всю жизнедеятельность ребенка. В процессе содержательного общения складывается и развивается отношение малыша к миру вещей, природы, людей, собственному «Я».

Взрослый оценивает достижения ребенка. И важно, чтобы малыш имел возможность *проявлять* практически свои достижения. Иначе ребенок может оценивать себя положительно, хотя это и не соответствует действительности.

Одобрение и похвала рождает у малыша чувство гордости. Зарождающаяся гордость — это личностное новообразование раннего детства. Под влиянием оценки взрослого ребенок начинает осознавать критерии успешности или неуспешности своей деятельности. Отношение малыша к самому себе зависит от того, насколько успешно протекает его деятельность. Взрослый дифференцирует общую

положительную оценку и оценку результатов деятельности (например: «Молодец, ты все игрушки сам убрал»), но ребенок оценивает себя в целом недифференцированно: «Я — хороший».

Взрослый человек в отношениях с ребенком — это своеобразный проводник в мир вещей, природы, людей. Без доброго отношения к взрослому, без доверия к нему, без чувства защищенности невозможны безболезненное вхождение в этот мир, осознание, принятие собственного «Я», любовь к себе. А без любви к себе не существует и любви к другим людям, природе, к жизни.

Как видите, дорогие родители, в деятельности вашего малыша заложены огромные возможности для его полноценного, разностороннего развития. Их можно использовать, а можно и упустить. Вы, конечно, не хотите упустить их, поэтому имейте в виду и постарайтесь решить следующие *задачи воспитания ребенка этого возраста.*

1. Продолжайте укреплять здоровье ребенка, закаливать его, повышать работоспособность нервной системы.
2. Развивайте основные виды движений (ходьба, бег, бросок, ловля, прыжки).
3. Обогащайте связи малыша с окружающим миром, развивайте интерес к доступным его пониманию явлениям этого мира в повседневной жизни и в специально организованной деятельности с ребенком, способствуйте отображению их в игре, изобразительной, музыкальной и другой деятельности.
4. Расширяйте запас понимаемых слов и обогащайте активный словарь.
5. Разнообразьте предметную деятельность малыша: продолжайте знакомить его с предметами ближайшего окружения, их свойствами, назначением и действиями с ними, показывайте, как можно отбирать и группировать предметы по их свойствам; вызывайте и поддерживайте положительный эмоциональный отклик на предложение выполнить элементарные действия по самообслуживанию (одевание, раздевание, уборка игрушек). Воспитывайте интерес к трудовым действиям, поощряйте желание выполнять их самостоятельно.
6. Содействуйте развитию личности ребенка: создавайте условия для развития его самостоятельности в разных видах деятельности; способствуйте развитию самоуважения, чувства собственного достоинства через оценку успехов в деятельности и общении.
7. Побуждайте к соблюдению опрятности и чистоты, вызывайте и поддерживайте у ребенка приятные чувства от чистоты своего тела и окружающего пространства.
8. Побуждайте ребенка к доброжелательным отношениям со взрослыми и сверстниками.
9. Воспитывайте любовь и бережное отношение ко всему живому (животные, растения) и к миру вещей.

2. Мой день

(Режим дня)

Продуманный распорядок дня (режим), полноценный сон, питание и т. д.— одно из важнейших условий развития малыша.

Эти условия не утрачивают своей важности и после первого года его жизни. Основные режимные моменты остаются прежними (см. гл. III «Мой день упорядочен»). Но их чередование, длительность и содержательная сторона приобретают свои особенности¹.

Приводим примерный режим дня для детей от 1 года до 3 лет.

От 1 года до 1 года 6 месяцев

Бодрствование: 6.30—9.30, 12.00—15.00, 16.30—20.00.

Кормление: 7.30, 12.15, 16.30, 19.00.

Дневной сон: 9.30—12.00, 15.00—16.30.

Прогулка: после обеда и полдника.

Купание: 18.30.

Ночной сон: 20.00—6.30.

От 1 года 6 месяцев до 2 лет

Бодрствование: 6.30—12.00, 15.00—20.00.

Кормление: 7.30, 11.30, 15.30, 19.00.

Дневной сон: 12.00—15.00.

Прогулка: 9.00—11.00, 16.30—18.00.

Купание: 18.30.

Ночной сон: 20.00—6.30.

От 2 до 3 лет

Бодрствование: 7.00—13.00, 15.30—20.30.

Кормление: 8.00, 12.00, 16.00, 19.00.

Дневной сон: 13.00—15.30.

Прогулка: два раза в день.

Купание: 18.30 или перед ночным сном.

Ночной сон: 20.00—6.30.

3. Я продолжаю учиться действовать с предметами

Действия с предметами... так ли уж это важно? Когда мы вместе с вами рассуждали о личности, условиях ее развития, мы говорили, что развитие человека вообще и вашего малыша в частности идет по мере освоения того социального опыта, который накопило человечество. Это и есть процесс его социализации. Человек постепенно осваивает знания, способы деятельности, нормы отношений в человеческом обществе и т. п. *Предметный мир — одна из сфер, которую так же осваивает человек, начиная от пустышки, погремушки, ложки и заканчивая сложнейшими машинами, космическими аппаратами и т. п.* Без их освоения он не сможет нормально жить и развиваться. Именно в возрасте от года до 3 лет ребенок начинает усваивать существующие в обществе способы употребления различных предметов. Вначале он приучается использовать по назначению предметы быта: одежду, ложку, чашку, совок, лопатку, карандаш и т. п.

Знакомясь с предметами и осваивая их, малыш выделяет разные их признаки,

¹ О содержании режимных моментов (кормление, одевание, прогулка), особенностях воспитания детей при этом читайте в следующих параграфах.

свойства, а значит, развивается и его восприятие. Он запоминает предметы, их признаки, названия — развивается память, речь. Пытаясь понять, как действовать с предметами, малыш размышляет, практически действуя. Развитие при этом мелких мышц, движений руки влияет на развитие его речи, интеллекта.

Таким образом, психическое и физическое развитие человека происходит и в предметной деятельности. Ее содержание — это и есть усвоение ребенком общественно выработанных (созданных обществом) способов употребления предметов. Овладение ею влияет на освоение других видов деятельности. Ведь предметная деятельность — основа, родничок, из которого берет начало игра, труд, изобразительная деятельность и др. У более старшего ребенка да и у взрослого из рук все валится, если действия с предметами уже в раннем возрасте не стали заботой родителей. Пошел ваш малыш в школу, старательно выводит первые буквы, цифры — усилий много, а результат не радует. Или призываете вы свое чадо к порядку, например аккуратно одеться. Он, кажется, и старается, а все на нем наперекосяк сидит. В общем, «неумеха». Причин тому может быть несколько, но одна из них кроется и в раннем детстве, в слабом развитии предметной деятельности и даже в еще более раннем возрасте, когда крохе не было еще и года.

Помните, когда ваш малыш еще лежал в кроватке, как важно было вовремя подвесить ему игрушку? И не просто подвесить, а знать, какой она формы, цвета, величины, на какой высоте должна быть и т. п. (Мы подробно писали об этом в главе «Гуленька».) Ведь тогда малыш учился *сосредоточивать* взгляд на игрушке, следить за ней, хватать ручками, ощупывать, *обследовать* ее и т. д. Это и было начало, истоки предметных действий. Тогда шло интенсивное развитие всех сенсорных процессов (ощущение, восприятие), элементарных движений.

Как затем развиваются предметные действия? Сначала это манипулятивные действия (ощупывает, похлопывает, тянет в рот, бросает, стучит и т. д.). Затем результативные (переложил игрушку с места на место, передвинул). Потом появляются собственно предметные действия, которые малыш выполняет в соответствии с назначением предметов (погремушкой гремит, пирамидку собирает и т. п.). Позднее появляются орудийные действия, то есть ребенок использует предметы как орудия, с их помощью воздействует на другие предметы (ложкой берет пищу, расческой причесывает куклу и т. п.). Таким образом, уже в пределах раннего возраста действия постепенно усложняются.

Все это можно увидеть на примере вашего ребенка. Понаблюдайте или вспомните, как ваш малыш учился есть ложкой. Сначала он стучал ею, так как удобно ухватил за ручку; засовывал в отверстие между спинкой кровати и стеной и т. п.; а потом, пытаясь есть ложкой, он зажимал в ладошке самую емкую часть и нес ко рту вместе с пищей. Позднее, уже более уверенно ухватившись за ручку ложки всей кистью, с трудом доносил ее до рта, разливая почти все содержимое, и т. д.

Почему малышу так трудно осваивать всякое новое действие? Дело в том, что *любое действие достаточно сложно по своей структуре*. Кроме его цели (представления результата), в нем есть ориентировочные операции, само движение, контроль за ним. Чтобы выполнить действие, ребенку приходится ориентироваться в пространстве, в пространственных свойствах предметов: соотносить движение руки, положение кисти со своеобразием того или иного орудия, то есть как бы примеряться к нему (соотносить глубину ложки и тарелки (чашки), глубину ложки и

характер пищи; расстояние от тарелки до рта), представлять движение и т. п. Вспомните, как вы, будучи уже взрослым, учились забивать гвозди молотком, рубить дрова топором и т. п. Вам приходилось делать то же самое: замечать, сравнивать, соотносить внешние признаки предметов, влияющие на процедуру действия, «примеряться» к ним, представлять движение.

Внешние свойства предмета должны быть особым образом учтены при выполнении предметного действия, иначе результат не будет получен. У ребенка сенсорные процессы находятся в начальной стадии развития, поэтому ему трудно осваивать действие. (Ниже мы предлагаем специальные игры на развитие сенсорных умений.)

По мере упражнения предметные действия становятся более смелыми, уверенными, точными, самостоятельными. Что происходит, когда ребенок научился выполнять эти действия более уверенно и самостоятельно? Это значит, что малыш, во-первых, хорошо представляет себе конечный результат, то есть то, что должно получиться в итоге. (В пирамидке, например, кольца должны быть расположены по мере уменьшения их величины.) Во-вторых, он ориентируется в свойствах предметов, соотносит их между собой (величину колец в пирамидке, расположение стержня и отверстия в кольце). В-третьих, малыш владеет движением (умеет удобно взять кольцо, примерить расстояние от коробки с кольцами до стержня и произвести точное движение — с первой попытки нанизать кольцо). И, наконец, ребенок на основе сенсорных ориентировок контролирует свои действия. Таким образом, действие оформилось структурно, выработался своего рода алгоритм его выполнения.

Теперь малыш уже гораздо легче осваивает другие, особенно подобные, действия. Научился есть ложкой — легче, сноровистее совком насыпает песочек в форму-игрушку; научился застегивать пуговицы крупные — осваивает более мелкие и т. п. То есть действия становятся более разнообразными. В итоге ребенок становится все более самостоятельным, все менее зависимым от вас. Он начинает ощущать свою умелость (конечно, умелость относительная), *проявляет все больше инициативы: «Хочу сам делать».* И в этих заявлениях, как мы уже отмечали, *проявляется формирующаяся личность малыша.* Уважительно к этому относитесь, берегите, лелейте эти проявления.

Итак, мы рассказали вам более подробно о том, что такое предметная деятельность, зачем она нужна и как постепенно развивается. Но без вашей помощи малыш не освоит ее. Если вы хотите, чтобы ребенок развивался нормально, помогите ему.

Что же вы можете сделать? *Как помочь вашему ребенку освоить предметную деятельность?*

Во-первых, *создайте условия для ее появления и полноценного развития.* Это значит, что уже на первом году жизни малыша и сейчас, то есть на втором и третьем, надо побеспокоиться о своевременном и последовательном развитии его сенсорики, органов чувств, первых элементарных действий так, как мы предлагаем вам в главе «Гуленька» и в данном параграфе (ниже). Не забудьте, что уже после шести месяцев жизни малыша общение с ним строится преимущественно через предметы, совместные игры с ними.

Второе условие (после года жизни): *расширяйте круг предметов,*

осваиваемых ребенком. Это и специальные игрушки, дидактические материалы, и предметы быта. О них мы рассказываем в данном и в последующих параграфах. Имеются в виду не только занятия с различными матрешками, пирамидками, вкладышами, коробочками, мозаикой и пр., но и освоение предметов ближайшего окружения во время бытовых процессов (кормление, одевание и раздевание детей, привлечение к элементарным трудовым действиям, рисованию и лепке и т. п.— см. соответствующие главы).

Дело в том, что предметная деятельность, как и общение, не исчезает, а органически включается в другие виды деятельности, превращается в них в отдельные действия; в труде — действия с предметами труда (малыш учится надевать колготки, туфли, платье и т. п., лепит с мамой пельмени, стирает свой платочек и т. д.), в изодеятельности — учится действовать с карандашом, кистью, глиной, бумагой и т. п. Таким образом, вы *расширяете круг предметов*, которые может освоить ребенок. Заметьте: *не ограничиваете, не прячете от него все подряд, не отталкиваете: «Не мешай», а предоставляете их малышу и даете возможность действовать с ними. Более того, надо все сделать, чтобы ребенок сам захотел познакомиться с новым предметом и освоить его.* Поддержите природное любопытство ребенка, его активность, стремление понять все новое. Ведь инициативность — ценнейшее качество личности. Его первые проявления мы отмечали с вами очень рано, уже на первом году.

Итак, малыш живет в обстановке, где действуют взрослые, в мире разнообразных вещей, предметов. Большинство из них не вредны для ребенка, многие из них он может осваивать. Он любопытен, ему все интересно, и вы поддерживаете эту инициативу в удовлетворении любопытства. При этом *вы готовы помочь малышу, вы готовы научить его.* Это и есть третье условие освоения им предметной деятельности — обучение со стороны взрослых. Однако *обучение — это не дрессировка.* Для начала порадитесь тому, что малыш чем-то заинтересовался, проявляет любопытство, и наберитесь терпения. *Не спешите помогать, тем более действовать за него.* Понаблюдайте за ним: как он пытается действовать с новым для него предметом, определите, в какой мере и какая помощь ему нужна. Позволяйте малышу самому учиться и помогайте только в той мере, в какой это необходимо. Для этого и надо наблюдать за ним. *Дайте* малышу возможность *«поэкспериментировать»*, попробовать разные варианты *действия.* Это не означает, что вы предоставляете ему возможность двигаться вперед только путем проб и ошибок. Это путь длинный и не всегда эффективный, тем более что мир очень богат и время освоения его должно быть экономно. Такое экономное освоение мира возможно именно в *процессе целенаправленного обучения, при котором учитывается опыт малыша.* Учить следует тому, чего ребенок не знает, не умеет, и в той мере, в какой он в этом нуждается. То есть активность познания, поиск, находки надо поддерживать и с их учетом строить обучение. Это касается не только освоения предметной, но и всех других видов деятельности и обучения вообще.

Итак, *наблюдая за малышом, нужно определить, какого характера затруднения он испытывает, в чем и какова может быть ваша помощь.*

Для этого полезно знать этапы развития предметного действия. Их определил известный психолог Д. Б. Эльконин. Сначала действие выполняется ребенком

совместно со взрослым – это первый этап. Например, вложили ложку в ручку ребенка, вместе с ним зачерпнули кашу (суп и т. п.) и донесли до рта. Конечно, нужно повторить это совместное действие. Когда малыш почувствовал рукой характер движения, его траекторию, ритм, результат и выполняет его совместно без усилий, возможно совместно-раздельное действие. То есть начинается действие совместно, а заканчивает его ребенок самостоятельно — это второй этап его освоения. Например, вместе с малышом взяли ложку, зачерпнули пищу, а остальное он делает сам.

Затем ребенок выполняет действие только на основе вашего показа — это третий этап освоения. Так, малышу, севшему за стол вместе с вами, вы показываете, как надо взять ложку, набрать ею супу и т. д. И последний этап — когда ваш ребенок выполняет действие сам, но на основе вашей подсказки: возьми ложку правильно, за ручку, набери супу неполную ложку... Молодец... не пролил суп, все в рот попало... (Примеры могут быть различные.)

На каждом этапе освоения ребенком действия необходимы ваша поддержка, поощрение за успехи и побуждение к упражнению.

При этом степень самостоятельности ребенка постоянно повышается и меняется характер и мера помощи взрослого. Наблюдая за вашим малышом, вы увидите, что, возможно, он уже готов выполнить действие только с вашей *частичной* помощью (в том звене, которое не получается: не набирает пищу в ложку из чашки). Если вы занимались с вашим ребенком с рождения и у него достаточно хорошо развита рука, зрительно-двигательная координация, возможно, что он легко освоит действие только на основе показа. Может быть, ваш малыш нуждается в однократном показе или однократном совместном действии. Наблюдайте за ребенком, *не упрощайте, не облегчайте ему задачу слишком, он должен прилагать собственные усилия. Но не ставьте и непосильных задач*

Помните: все предлагаемые рекомендации научно доказаны, но они ориентировочные, так как каждый ребенок уникален и неповторим. Ведь даже сиюминутное настроение малыша вносит существенные коррективы в успешность его деятельности. И, конечно, огромное влияние на нее оказывают более сложные индивидуальные черты и особенности ребенка (тип нервной системы, темперамент, не только организованный, но и стихийный опыт и пр.).

Следующее (четвертое) условие успешного развития предметной деятельности малыша — характер общения с ним. Доброжелательность, вера в ребенка, поддержка и поощрение, не только за успехи, но уже за одно желание и старание самому действовать, крайне необходимы. И еще... проявляйте терпение. Это трудно, но постарайтесь. Не делайте за малыша все сами — когда-то ему надо учиться. Но в случае когда быстрый результат бывает необходим (например, вы одеаетесь в поликлинику, опаздываете), проявляйте разумную твердость. Зато в более спокойной ситуации позвольте малышу тратить на действия столько времени, сколько ему нужно. Дайте ему возможность упражняться в них. (Например, ребенок обнаружил коробки для круп и с интересом вкладывает одну в другую, выкладывает и опять повторяет все с начала.) Предоставьте ему эту возможность. Малышу нравится открывать и закрывать двери в столе — пусть упражняется, проследите только, чтобы не зажал пальчики, хотя не столь сильное чувство боли корректирует его действия.

Ребенок сам определит, когда ему нужно закончить упражнение. *Дайте ему такую возможность, похвалите кроху, полюбуйтесь результатом и только потом переключайте его внимание на другое действие. Предоставляйте детям возможность выбора* (предметов, способов действия, его длительности). Как видите, взрослому надо *содействовать* освоению малышом предметного мира, больше *сотрудничать с ним, сорадоваться его удачам, поддерживать и помогать тогда*, когда он сам с чем-то справиться не может, дозируя такую помощь. *Но есть обучать, не подавляя стремления ребенка к самостоятельному познанию.*

Ваш малыш познает, осваивает мир своими темпами, а иногда и способами. Он не похож на других во многом. Постарайтесь идти *за ним*, помогая, поддерживая, раскрывая его способности к развитию. Для вас главное — видеть *своего* ребенка, а не сравнивать его успехи с чужими.

Итак, мы обсудили с вами сущность, значение, особенности и условия развития предметной деятельности малышей. Ниже мы рекомендуем вам специальные игры и занятия, в процессе которых будут развиваться восприятие, память, мышление и ручные умения малыша, необходимые для овладения предметной деятельностью.

Ребенку можно предложить однородные предметы, например, палочки, колечки, окрашенные в один из шести цветов: красный, синий, оранжевый, желтый, зеленый, фиолетовый, а также белый и черный. Попросите малыша найти палочки (колечки) такого же цвета. Покажите, как перекладывать шарики в коробку, в ведро, скатывать их по желобу, нанизывать на стержень 3—5 одинаковых колец. Дайте несколько фигур, разных по размеру (кубов, конусов), покажите, как спрятать малый куб или конус под большим, как из них сделать башенки (ставить на большой куб или конус меньшие по размеру). Для таких занятий можно использовать и предметы быта: кастрюли, коробки и др.

В возрасте от 1 года 3 месяцев до полутора лет ребенок может выполнять задания такого типа: из нескольких предметов разной величины (больших и маленьких) положить в одну сторону все большие, а в другую — маленькие; или разные фигуры, резко различающиеся по форме (треугольник, круг, квадрат), поместить в соответствующие им отверстия на доске.

После полутора лет дети могут уже группировать предметы, не так резко различающиеся между собой, выделяя их по одному из признаков: по цвету, форме или величине. Взрослый должен четко называть основные признаки предметов: «Это большая коробка, эта поменьше, а эта маленькая».

Очень хороши для детей народные игрушки типа вкладышей. Можно предложить ребенку конструктор, рекомендуемый для самых маленьких. Дети любят и мелкие игрушки типа бирюлек. Их нужно особенно широко использовать, потому что в действиях с такими игрушками развивается мелкая моторика кисти.

Чрезвычайно важны для развития маленького ребенка игры-занятия с предметами-орудиями. Дайте малышу ленточку, проденьте ее в колечко, положите на некотором расстоянии и помогите достать кольцо, взяв ленту за оба конца. Покажите, как легко притянуть к себе за веревочку воздушный шар. Можно толкать палочкой каталку впереди себя, везти за веревочку автомобиль, тележку. Покажите, как вытолкнуть палочкой мягкие предметы из трубки, ребенок это будет делать с большим удовольствием.

Хорошо, если малыш будет *пользоваться* предметами-орудиями: лопаткой, совком при копании песка, снега и др.

К двум годам ребенок может:

- находить нужный цвет при выборе из четырех предложенных ему;
- раскладывать однородные предметы на две группы по цвету, форме и величине;
- собирать трехместную матрешку, пирамидку из пяти колец, коробки-вкладыши и т. п.

На третьем году жизни познание мира предметов продолжается. Дети могут более целенаправленно «изучать» их внешние свойства и назначение. Однако в этот период, воспринимая предмет, ребенок, как правило, выделяет только отдельные признаки, те, которые сразу бросаются в глаза. Но не всегда эти признаки говорят о сущности вещи и не всегда помогают составить о ней правильное представление. Поэтому *важно помочь ребенку выделить в предметах и те свойства, которые могут остаться незамеченными им.*

Наблюдательные родители придумают немало интересных заданий для ребенка, позволяющих ему заметить как можно больше свойств предметов. К примеру, перенести предмет в другое место, передать какую-либо вещь сестренке, помочь ей построить дом из кубиков, одеть куклу и т. д. Выполняя эти действия, ребенок ощутит вес предмета — легкий он или тяжелый; почувствует характер его поверхности — гладкая, твердая, мягкая, упругая.

Встретившись с предметом или явлением несколько раз, ребенок лучше рассмотрит его, глубже «исследует», заметит происшедшие изменения. Систематические занятия с предметами развивают у малышей наблюдательность.

Важно побуждать детей в различных играх выполнять самые разные действия и с разнообразными предметами. Это могут быть предметы повседневного обихода, природные объекты (песок, вода, растения), а также специальные игровые материалы. Ребенок научится замечать физические свойства и качества предметов, разбирая и собирая кубы-вкладыши, пирамиды, матрешки, проталкивая малые предметы в соответствующие отверстия коробок, подбирая крышки к коробкам разной формы и величины, группируя однородные предметы по одному из признаков (величина, форма, цвет). Можно использовать мозаику, палочки, геометрические формы различной величины, цвета.

Желательно иметь предметы восьми цветов: красного, оранжевого, желтого, зеленого, синего, фиолетового, черного и белого.

Приведем игры, в которые дети с удовольствием будут играть, познавая различные свойства предметов.

«Найди кукле ее игрушки» — ребенок находит для куклы в платье определенного цвета игрушки (разные по форме) такого же цвета.

«Найди такую же палочку» — ребенок находит сначала из четырех, затем из пяти, шести и т. д. палочек разного цвета одну, обозначенную вами.

«Найди такой же квадрат (круг, треугольник, овал)» — ребенок выбирает сначала из двух, затем из трех, четырех различающихся по форме фигур нужную.

«Сделаем кукле бусы» — ребенок выкладывает ряд, чередуя предметы по цвету (например, красный — синий — красный), по форме (круг — квадрат — круг), по величине (большой — маленький — большой).

«Привяжем к шарикку ниточку» — ребенок к кругу (овалу) определенного цвета находит палочку такого же цвета.

Все действия с предметами дети усваивают играя, это увлекает их, создает хорошее настроение. При этом важно соблюдать основной педагогический принцип: от простого к сложному. Знания у детей еще очень малы, и они не могут ими гибко пользоваться, поэтому даже небольшое усложнение вызывает у них затруднения. Очень важно назвать предметы и признаки, показать и коротко объяснить детям, как действовать, какие правила выполнять. Необходимо, чтобы ребенок много раз сам повторял, варьировал действия, тем более что он любит повторять их много раз. Не мешайте ему в этом, а в случае неуверенности подбодрите его.

Итак, *на третьем году жизни у ребенка углубляется познание физических свойств предметов, дети узнают, группируют, соотносят предметы по цвету, форме, размеру, различают по весу, фактуре и т. д.* Они начинают правильно называть их свойства. При этом у малыша совершенствуются все органы чувств. В быту он хорошо овладевает многими простейшими предметами, орудиями (ложкой, лопаткой и др.) и пользуется ими в повседневной жизни.

Подробнее об этом читайте в параграфах 4, 5, 6, 7.

4. Пробую есть сам

(Кормление ребенка на втором году жизни)

Что же нового появляется в процедуре кормления ребенка второго года жизни? Это возраст, когда ребенок *начинает есть самостоятельно*. Некоторые дети могут есть ложкой довольно хорошо даже в 1 год. Но начиная с 1 года — 1 года 3 месяцев большинство детей активно стремятся делать это сами. Предоставьте ребенку такую возможность. Не упустите это время, иначе в 2 года вы ему скажете: «Ты уже большой и должен есть сам», а ребенок в ответ начнет капризничать и требовать, чтобы его кормили.

Итак, с 1 года — 1 года 3 месяцев *побуждайте ребенка есть самостоятельно и не запрещайте, если он стремится к этому сам*. Учите его правильным действиям:

- намыливать руки мылом и мыть их круговыми движениями;
- вытирать руки полотенцем;
- держать ложку в правой руке, а хлеб в левой;
- пищи на ложку брать немного, хлеб откусывать небольшими кусочками;
- слегка наклоняться над тарелкой;
- опускать ложку в тарелку плавно, не стуча о край;
- вытирать рот салфеткой в случае необходимости во время еды и по ее окончании.

Садитесь есть вместе с ребенком, но перед этим скажите: «Сейчас мы с тобой будем обедать, но сначала руки вымоем». Выполняйте умывание в *замедленном темпе*, пусть малыш видит ваши действия, называйте их. Демонстрируйте ему и прием пищи, пусть ваше поведение будет ребенку примером.

Используйте совместное действие, обучая малыша держать ложку, брать ею пищу и т. д. Возьмите его ручку в свою и выполняйте нужное движение, пусть он

почувствует его «рисунок». При этом приговаривайте: «Вот как Мишенька сам ест... пьет из чашки... намыливает ручки...» и т. п.

Ребенок этого возраста, особенно до 1 года 6 месяцев, очень быстро устает, каждое из перечисленных действий требует от него больших усилий, физических и психических, поэтому внимательно следите за ним во время еды и умывания и, заметив признаки напряжения, усталости, помогите ему: докормите, домойте руки сами.

Обратите внимание и на такое поведение ребенка: сначала он ест с аппетитом, ничто его не отвлекает, но вот он начинает играть ложкой, стучать ею по тарелке, даже переворачивать тарелку, уже не так охотно открывает рот, когда вы подаете ему пищу. Как поступить? Прежде всего *не раздражайтесь и не ругайте ребенка, это может привести к потере аппетита*. Такое поведение малыша говорит о том, что он уже не так голоден, как вначале. Последуем совету доктора Б. Спока: «Если ребенок перестает обращать внимание на еду, стоящую перед ним, считайте, что он съел достаточно, уберите тарелку и спустите ребенка на пол. Если ребенок немедленно начинает хныкать, чтобы еду не убрали, как будто хочет сказать: «Вы меня не поняли, я еще не наелся», дайте ему еще одну возможность. Если вы всегда будете убирать еду, как только ребенок потеряет интерес к ней, он не будет играть раньше, чем насытится».

Взрослых часто огорчает плохой аппетит ребенка. В чем же дело, почему малыш плохо ест? Если ребенок здоров, то потеря аппетита — результат ошибок родителей.

Что же надо делать, чтобы аппетит ребенка не вызывал огорчений? Прежде всего надо постараться каждый раз *готовить его к приему пищи за несколько минут до кормления*: доброжелательно, ласково сказать малышу, что сейчас он будет есть. Если ребенок играет, не прерывать его игры, а попробовать сделать кормление ее продолжением: «Оленька, твоя дочка проголодалась, давай пригласим ее поесть с нами. Только не забудь помыть ей ручки».

Ребенок должен сесть за стол с хорошим настроением.

Сервируйте красиво стол: постелите чистую салфетку, поставьте вазочку с бумажными салфетками, используйте красивую детскую посуду, желательно с рисунком. Все это привлекает внимание детей и повышает их аппетит. Если ребенок отказывается от еды или ест плохо — *не надо кормить его насильно*: пища, съеденная без аппетита, не приносит пользы. В этом случае можно попробовать использовать игровые приемы: «Машенька, давай доедим кашку и посмотрим, не улетела ли птичка» (имеется в виду рисунок на доньшке тарелки).

Кормление можно и нужно использовать для развития ребенка. Именно во время еды он без специальных занятий овладевает необходимыми знаниями, узнает названия блюд, их цвет, форму, вкусовые качества (кислое, сладкое, соленое), физические свойства (холодное, горячее, теплое), конечно, при условии, что взрослые обговаривают все действия, называют блюдо, его качества. «Попробуй, Машенька, кисель. Он из клюквы, сладкий, розовый», «Посмотри, Сережа, какой помидор круглый, красный, а огурчик зеленый, длинный».

Итак, при правильном воспитании ребенок в два года:

- перед едой идет мыть руки, моет их сам, хотя, быть может, и не всегда умело;

- ест самостоятельно ложкой жидкую и густую пищу;
- обращает внимание на свое грязное лицо, руки, нос, дает взрослому знать об этом или сам пытается вытереться бумажной салфеткой, умыться;
- требует устранения беспорядка за столом (постелить салфетку, убрать крошки и т. п.).

5. Умываюсь и ем сам!

(Кормление ребенка на третьем году жизни)

Дети этого возраста стремятся к самостоятельности и могут быть самостоятельными, только если создать им для этого условия.

Для умывания подставьте скамеечку или табуретку, стоя на которой малыш сможет достать кран; полотенце должно быть коротким, чтобы он легко мог им вытереться; повесьте его на высоте, доступной для ребенка, чтобы он мог снять и повесить его сам. Умывание должно вызывать у малыша приятные эмоции: вода не очень холодная и не затекает в рукава.

Для кормления лучше иметь маленькие, по росту ребенка, стол и стулья; найти доступное для него место хранения предметов сервировки стола: салфеток (скатерти), посуды и др.

Ребенок может сидеть и за общим столом, когда вся семья в сборе. В этом случае он, разумеется, ощущает значительность ситуации. Покажите ему *пример культуры поведения* за с делайте замечаний при какой-либо его неудаче, неловком действии, незаметно помогите малышу, похвалите за самостоятельность и аккуратность.

В любом случае *привлекайте ребенка к участию в приготовлениях к еде*: предложите ему поставить стул к столу, принести и постелить салфетку, принести тарелку, ложку и т. п. Выполнение этих действий создает у ребенка установку на прием пищи, положительно влияет на его аппетит. Участие малыша в приготовлениях к еде имеет и другую положительную сторону — приучает к труду и самостоятельности.

При кормлении продолжайте придерживаться тех же правил, что и на втором году жизни, обращая при этом больше внимания на культуру поведения за столом.

Ребенок к трем годам может:

- есть спокойно, не торопясь и не отвлекаясь, соблюдая правила поведения за столом;
- спокойно ждать, когда подадут следующее блюдо (однако не злоупотребляйте длинными паузами!);
- выразить свои просьбы словами («Поддай, пожалуйста, салфетку», «Налей еще чаю» и т. п.);
- говорить «спасибо» после еды.

6. Я одеваюсь сам

Из описания всех предыдущих периодов жизни малыша можно сделать вывод о том, что взаимодействие с ребенком было подчинено воспитанию его самостоятельности. Когда ему было всего 7—8 месяцев, он научился находить в ближайшем пространстве предметы одежды и обуви и пытался натягивать шапочку на голову, а ботинок на ногу, хотя из этого, конечно, мало что получалось. Малыш уже соотносил предмет и его назначение. К полутора годам он делает это безошибочно. А если пристраивает шапку на ногу или руку, а ботинок к голове, то смеется, как бы говоря нам: «Я знаю, что так не бывает, я знаю, куда надевать шапку и ботинок, я просто шалю!»

В I год 3 месяца — 1 год 6 месяцев ребенок активно «помогает» взрослому при одевании и раздевании: подает руку, чтобы надеть варежку, поднимает голову при надевании шапки, платка, подает маме вещи.

К двум годам активность ребенка возрастает: он поднимает ручки, когда вы надеваете на него платье, свитер, просовывает руки в рукава пальто, которое вы держите, ноги — в колготки, носки, придерживаемые вами. Малыш может самостоятельно снимать некоторые предметы одежды (шапку, платок, развязанный вами, носки, колготки), но все еще очень неумело. Однако вы можете заметить, как он проявляет упорство, чтобы наилучшим образом выполнить действие. Обязательно подмечайте прежде всего успехи малыша, не фиксируя внимания на его промахах, неудачах, тогда он обретет уверенность в себе, не будет бояться ошибок.

К 3—3,5 года ребенок может уже сам одеться и раздеться. Но некоторые родители ошибочно думают, что ему, еще такому маленькому, это не так уж и нужно. Мама сама сделает все быстрее и лучше, а вот когда он подрастет, то все придет само. И получается, что в 3 года, когда ребенок заявляет «я сам», мы ему не позволяем сделать того, за что в 5—6 лет будем упрекать: «Ты уже большой, одевайся сам». Ребенок же в ответ капризничает, требует, чтобы его одевали-раздевали, а самостоятельно все делает небрежно, плохо.

Вы, конечно, замечали, как ваш малыш, застегивая пуговицу или снимая платье, высовывает язык, пыхтит или, наоборот, задерживает дыхание, «помогает» себе всем телом. Безусловно, ему нелегко, ведь его пальчики еще так слабы и непослушны, а действия сложны и в то же время так интересны. И потому ему хочется с ними справиться самому!

Не пропустите этот благоприятный период, когда ребенок хочет все делать самостоятельно, когда его привлекают действия с предметами и он испытывает удовлетворение от самостоятельно выполненного действия! Наверстать упущенное впоследствии будет очень сложно.

Эти на первый взгляд элементарные действия самообслуживания открывают большие возможности для развития малыша:

- крепнет его рука, она «учится» сгибаться и разгибаться, соразвивается умение фиксировать взглядом движения рук, контролировать совершаемое движение сначала визуально, а затем и кинестетически, через «мышечное чувство»;
- ребенок учится различать и сравнивать особенности совершаемых действий, оценивать их качество, отличать правильное от неправильного, а значит, и исправлять ошибки;

- развивается умение устанавливать связь между совершаемым действием и получаемым результатом.

Все перечисленные умения, приобретаемые ребенком при самообслуживании, важны для его успешного участия в любой продуктивной деятельности.

Итак, ребенок хочет, но еще не умеет действовать с предметами — одеждой или обувью. *Все его внимание направлено на результат, а не на способ действия, поэтому он стаскивает с себя платье (колготки, рубашку), а не снимает.* Вот как ребенок действует с колготками: взявшись за резинку, спускает их до колен и, не выпуская резинки из рук, стоя, выдергивает из чулка сначала одну, затем другую ногу. В результате один или оба чулка обязательно выворачиваются наизнанку. Если оба, то колготки, хотя бы и наизнанку, надеть потом будет несложно. А если один? Как их надеть? Взрослый, естественно, берет вещь из рук ребенка и начинает выворачивать ее и надевать на малыша. Поэтому, если мы хотим, *чтобы ребенок действовал сам и на положительном эмоциональном фоне, надо придерживаться принципа: раздевание должно «готовить» одевание, то есть одежда и обувь должны быть сняты и положены таким образом, чтобы облегчить ребенку последующее одевание*¹.

Когда ребенок вырастет, он будет пользоваться и другими способами, но рекомендуемые нами ниже из-за своей простоты и доступности позволяют ему уже в раннем возрасте быть максимально самостоятельным.

Ну и как же, например, снять и положить колготки, чтобы успешно подготовить их беспроблемное надевание? Прежде всего подчеркнем, что у ребенка должны быть стульчик, на котором он одевается и раздевается перед сном, на прогулку, а также вешалка для верхней одежды, расположенная на уровне его роста.

Итак, снимаем колготки:

- стоя около стульчика спиной к сиденью, двумя руками держа за резинку, малыш спускает их ниже колен;
- садится на стул;
- берется одной рукой за пятку, а другой за носок чулка (вы, конечно, рассмотрели с ним, что на колготках есть пятка и носок);
- тянет поочередно чулки вниз.

Чтобы затем надеть колготки без проблем, надо определенным образом положить их на сиденье стула. Оказывается, если положить колготки на сиденье стула резинкой к краю и одним швом вверх (или резинкой к спинке стула и двумя швами вверх), то стоит взять их двумя руками за резинку и сесть на стульчик (не вертя вещь в руках), как левый чулок окажется обязательно у левой ноги, а правый — у правой. Теперь можно смело совывать поочередно ноги в чулки, ошибок не будет.

Мы неслучайно так подробно описали, как нужно снимать и надевать колготки. Обратите внимание, сколько надо совершить разных действий, которые не позволят колготкам вывернуться наизнанку и не потребуют мучительных поисков, где левый, где правый чулок. А ведь еще надо знать, где у колготок резинка, чулки, пятка, носок, шов.

Вдумайтесь, если мы, взрослые, тщательно продумаем все действия ребенка,

¹ Талантливый нижегородский педагог Л. Н. Хлевцова, придерживаясь этого правила, достигала полной самостоятельности в процессах самообслуживания трехлетних малышей в условиях группы в 25—30 человек.

то, безусловно, сумеем найти способ, как облегчить сложный для него процесс, поможем ему стать самостоятельным. Ведь это нам легко из любого положения, не глядя, взять и надеть любой предмет одежды! А малышу?

Вот еще несколько советов, как ребенку действовать с одеждой и обувью.

Таблица 2.

Порядок действий	Способы действий	Место ребенка, расположение вещей	Действия взрослого
Платье снять и повесить	Потянуть платье за ворот двумя руками вперед-вниз, высвобождая голову. Затем потянуть рукав за обшлаг, за конец рукава (не за плечо!) вниз сначала с одной руки, потом с другой. Рукава и все платье не должны при этом выворачиваться наизнанку	Стоя за спинкой стула повесить на спинку стула подолом вниз, застежкой вверх (если она сзади) или вниз (если она спереди)	Расстегните пуговицы, если самостоятельные попытки ребенка оказались безрезультатными; направляйте движения руки и головы ребенка вперед-вниз при стягивании платья, вниз — пристягивании рукава. Покажите, как взять (за плечевые швы) вещь застежкой к себе или от себя, повесьте вещь совместным действием с ребенком, размахивайте ее, приговаривая: «Не сомнется платьице, пока Оля спит»
Рубашку снять и повесить	Расстегнуть две верхние пуговицы; дальше как платье девочки	Так же, как платье	Такая же помощь, как девочке
Пальто снять	Расстегнуть пуговицы начиная с нижней (!), приспустить пальто с плеч, выдернуть одну руку из рукава, затем потянуть за обшлаг другой рукав свободной рукой	Стоя у вешалки, пальто повесить на отдельный крючок	Расстегните одну-две верхние пуговицы. Приспустите ребенку пальто с плеч сами, придержите его за спущенный рукав, помогите малышу найти петельку, за которую надо вешать
Обувь снять и поставить	Ноги в обуви поставить вместе; наклонясь, развязать шнурки (отстегнуть застежку и т. п.), ноги поочередно вынуть из обуви и поставить рядом с обувью так, чтобы обувь оказалась между ступнями ног	Наклонившись и не вставая со стула, рукой задвинуть под стул сразу пару обуви	Помогите расстегнуть обувь, если самостоятельные попытки ребенка не приводят к результату; покажите движение, которым обувь задвигается под стул
Платье (рубашку) надеть	«Влезть» в платье (рубашку): ребенок, не снимая вещи со спинки стула (!), наклоняется и просовывает голову в ворот платья, затем выпрямляется и поочередно просовывает руки в рукава	Стоя за спинкой стула	Придержите подол, помогите ребенку сделать нужное движение руками, чтобы попасть в рукава
Обувь надеть	Выдвинуть обувь из-под стула одновременно (!), поставить между ступнями ног, вставить ноги в обувь, застегнуть	Сидя на стуле	Покажите, как выдвинуть обувь и поставить ее, как застегнуть

- бережно обращается с вещами, аккуратно ставит, кладет, вешает на место. Все это *результат того, что вы, любя своего малыша, правильно себя вели:*
- проявили терпение, внимание и доброжелательность;
- отвели специальное время для процессов самообслуживания и сделали их самоценным событием жизни ребенка;
- для каждой вещи определили постоянное место, способ хранения и действия с ней;
- оказывали помощь только в тех случаях, когда ребенок еще не мог справиться сам, руководствуясь правилом «Я помогу тебе сделать самому»;
- хвалили ребенка только тогда, когда он достигал результата, прилагая усилия, делая что-либо с определенным напряжением;
- замечали любое новое действие, освоенное ребенком, и хвалили его за самостоятельность;
- выражали своим поведением бережное отношение к вещам.

Самообслуживание постоянно будет необходимо человеку в его жизни, оно является незаменимой характеристикой любой трудовой деятельности. Но малыш способен и к другим видам трудового взаимодействия с вами.

7. Я начинаю трудиться вместе с мамой и папой

В силу своей активности, интереса к действиям взрослых (они для малыша имеют неодолимую притягательную силу) ваш кроха лезет во все, что делают мама, папа, бабушка. От того, как вы отнесетесь к этому явлению, зависит его будущее отношение к вам, к вашим делам, к своим обязанностям, которые появятся у него в дошкольном, а затем и в школьном возрасте.

Можно, конечно, сделать все домашние дела, пока он спит или гуляет с кем-либо из других членов семьи. Можно поддаться первому желанию и отстранить ребенка: «Не мешай... Иди играй!» То и другое говорит только об одном: взрослые недооценивают участие ребенка (пусть элементарное, неумелое) в домашних делах и заведомо исключают одно из сильнейших средств положительного воздействия на малыша. В результате через какое-то время (уже в три года самое раннее, а в 5 лет наверняка) на вашу просьбу что-то сделать ребенок ответит: «Не хочу! Не буду!» А сейчас он все хочет! И надо воспользоваться этим благоприятным периодом.

Какие же «дела» может выполнять ребенок второго-третьего года жизни?

Уже в 1 год 6 месяцев ребенок может принести ложку на стол. Давайте их по одной: «Папе ложку, маме ложку, бабушке ложку», пусть он многократно ходит к столу: вам не мешает, и за это время вы спокойно сделаете все остальное. Вы моете посуду, а ребенок может сполоснуть вымытые ложки. Или можно предложить ему «мыть» кукольную посуду. Пусть наблюдает за вашими действиями. Называйте их: «Вымоем чашку, чашка будет чистая. Маша из нее опять молоко будет пить» и т. д. Вы стираете? Покажите ребенку, как вы закладываете в машину вещи («Для Маши мама выстирает...»). Если стираете что-то вручную, налейте ребенку в маленький тазик теплой воды, дайте маленькую вещичку, пусть «стирает». Только не давайте стирального порошка — он может вызвать аллергию, предложите мыло.

Постепенно диапазон действий ребенка становится значительно шире: он

может не только смотреть, как, например, вы поливаете комнатные растения, но и полить их сам, если вы подадите ему лейку с нужным количеством воды; класть на стол не только ложки, но и другие предметы сервировки и т. п.

Вы делаете уборку в квартире, и ребенку хочется что-то сделать. Дайте ему возможность в этом участвовать: протереть стул, кукольную мебель. Или вместе с вами пусть «протирает» стол, стулья. Мешает? Терпите, отнеситесь с юмором к его действиям, только не отстраняйте.

У вас есть огород, где вы выращиваете овощи, цветы. Малыш может поливать растения из маленькой леечки, носить маленькими ведерками воду. Ребенок 2—3 лет может нести соответственно 0,5—0,8 кг в каждой руке. Проследите, чтобы ваш малыш нес воду (песок, землю) не в одной руке, а в обеих, во избежание искривления позвоночника.

Ребенок может достаточно успешно сгребать снег с дорожки, ступенек крыльца маленькой лопаткой.

Проанализируйте все ваши дела с позиции возможного участия в них ребенка, и вы обнаружите, что в каждом из них есть место вашему малышу.

Исследования показывают, что мамы больше, чем папы, привлекают малыша к своей, «женской», домашней работе (приготовление пищи, уборка, стирка). Общаясь с крохой на «деловой» основе, мама оказывает сильное влияние на его отношение к себе и повседневным трудовым процессам, без которых невозможна жизнь человека. Но в семье всегда найдется поле для совместной деятельности с ребенком и для папы: закапал водопроводный кран, закрипела дверь, расшатался стул, потребовалась полочка для кухни и т. д. Весьма относительно будет помощь малыша в этих делах (подержал баночку с клеем, с гвоздиками; принес или подержал дощечку; подстелил газету и т. п.), но важнее всего то, что увеличивается длительность и нравственно-эмоциональная насыщенность его общения с папой. Посмотрите на личико своего крохи, когда он вам «помогает». Сколько в нем в это время значительности: «Я большой! Я помогаю!»

Если малыш постоянно видит помощь папы маме, воспитательный эффект возрастает.

Привлекая малыша к участию в «женской» работе, поощряя его «рыцарство» в маленьких семейных заботах и ситуациях, («Пойдем поможем маме накрыть на стол», «Давай пропылесосим ковер, помоем посуду» и т. п.), папа поднимает свой авторитет в глазах ребенка, способствует улучшению микроклимата в семье, что обязательно положительно скажется на результатах воспитания.

Очень важно, чтобы ребенок как можно раньше увидел, что предметы создаются руками людей. В этом большую роль сыграют поделки, изготовленные вами для малыша и вместе с ним.

Появление игрушки почти из ничего (из бумаги, шнура, пробок, пенопласта, баночек, косточек от фруктов, желудей, скорлупы грецкого ореха и т. п.) воспринимается ребенком как необыкновенное превращение, вызывает восторг, будит фантазию. Наблюдая, как вы делаете игрушку, он, конечно же, будет задавать вопросы, высказывать свои догадки о том, что бы это могло быть. Даже если он молча будет следить за вашими действиями, подержит какую-то деталь, а затем получит подарок, все равно это полезно для его развития.

Дети любят получать подарки, и подарок, сделанный специально для ребенка,

несказанно дорог ему. Малыш испытывает к нему (а значит, и к вам)' особые чувства и особенно бережет.

Что же могут делать для ребенка и вместе с ним мама и папа?

Девочки любят украшать себя. Сделайте вашей дочке простые украшения: бусы, сережки, кольца, браслеты, нанизав на толстую нить или мягкую проволоку в цветной пластиковой изоляции один или несколько <в зависимости от поделки) рядов желудей или ягод рябины (осенью), крупных пуговиц (зимой). Эти же украшения можно сделать из цветной бумаги, использованных открыток, фантиков от конфет, оберток от печенья, вафель, шоколада и т. п. Нарежьте их высокими остроугольными треугольниками, скатайте треугольники (начиная с короткой стороны к острому углу) в трубочки и нанижите на нитку или проволоку. В таких украшениях ваша дочка будет с удовольствием красоваться сама, надевать их на своих кукол.

Малышам нужны *плавающие игрушки*. И мальчики и девочки любят пускать кораблики, лодочки. Сделайте их можно из половинки скорлупы грецкого ореха, а мачту с парусом — из палочки и бумаги, соединив их кусочком пластилина или склеив клеем. Лодочки можно сделать и из кусочков пенопласта, пробки. Из пенопласта вырезать корпус соответствующей формы, а пробку разрезать вдоль, на плоскость прикрепить любую мелкую фигурку, и кораблик готов. Налейте 8 таз воды, пусть ребенок пускает лодочки. Играя, он познает свойства воды. Дайте ему еще несколько предметов: допустим, маленький резиновый или пластмассовый мяч, пластмассовых рыбок, уток, а вместе с ними и бумажный кораблик (лодочку), а также какие-нибудь тонущие предметы (камешек, металлическую ложку и т. п.). Играя в воде с этими предметами, ребенок обнаружит их разные свойства: одни из них тонут, другие нет, бумага размокает.

А бумажные самолетики, стрелы, вертушки можно сделать прямо на прогулке. Играя с ними, ребенок двигается, наблюдает, как они летают в воздухе, крутятся от ветра.

Дети любят *гремящие игрушки*. Их очень просто сделать. Возьмите пластмассовый пузырек из-под шампуня, лосьона или металлическую банку из-под пива, чая и т. п. (только не стеклянную!), насыпьте туда фасоли, горошин, желудей, мелких камешков (что у вас под рукой), в горлышке хорошо закрепите палочку, за которую ребенок будет держать «шумелку». Игрушка готова! Кстати ее можно использовать и как барабанчик, бубен, зовущий к сборам на прогулку, к уборке игрушек. Если сделать несколько таких погремушек из разных материалов, то можно будет заметить, что они издают разные звуки. Побуждая ребенка прислушиваться к ним, вы будете развивать у него остроту слуха.

Богатые возможности для пробуждения детской фантазии предоставляет различный *природный материал*: еловые и сосновые шишки, желуди, семена деревьев. Соединив их с другими материалами, например с пластилином, палочками, бумагой, можно получить забавные игрушки, которые ребенок будет с удовольствием использовать в своей игре наряду с готовыми игрушками из магазина.

Дети любят рвать, мять, разрезать бумагу. Можно удовлетворить это желание, направив действие в полезное русло, и сделать весьма привлекательные картинки. Для этого разорванную или разрезанную на мелкие кусочки бумагу

приклеивают в контуре нарисованного предмета (мозаичная аппликация), а затем подклеивают выразительные детали. Если поместить картину в рамочку, получится оригинальный эстамп. Разорванную бумагу можно смять в комочки (для этого лучше взять гофрированную или салфеточную цветную бумагу) и тоже приклеить на плоскость нарисованного предмета. На глазах ребенка рождается картина. Для него это чудо. И он связывает его с вами: мама (папа) все умеет, все может!

Ребенок рвет бумагу, сминает ее в комочки, и это очень полезно для развития мелкой моторики пальцев рук. В свою очередь развитие этих движений способствует (это доказано учеными-физиологами) развитию речи, а также готовит руку ребенка к орудийным действиям.

Мы уже говорили, что овладение специфическими действиями с предметами, материалом, инструментами, орудиями труда в раннем детстве происходит через общение со взрослым. Только он может передать ребенку сведения о функциях предметов, показать приемы их использования. Поэтому, привлекая малыша к различным действиям в совместных делах, уже с двух, двух с половиной лет активно влияйте на формирование у него некоторых простых навыков.

Простые, по мнению взрослых, действия с бумагой, например, представляют для малыша 2—3 лет значительные трудности, ведь движения его рук еще очень нескоординированны. Обратите внимание: чтобы смять комочек, ребенок держит бумагу в пальцах одной руки, а другой сдавливает ее, то есть работает одна рука. Значительно продуктивнее это действие (сминание) выполнять пальцами обеих рук, поворачивая и сдавливая бумагу с разных сторон. Вот именно на это и обратите внимание малыша, пусть действует пальчиками обеих рук.

Многие мамы боятся доверить малышу ножницы. Из предосторожности дайте ему маленькие ножницы с тупыми концами. Пусть он под вашим непосредственным контролем отрезает от полоски бумаги (одним движением ножниц) маленькие кусочки. Вы на глазах у малыша используете их, создавая картинку (аппликацию). Ребенок понимает, что он делает что-то нужное (кусочек бумажки пригодился), и одновременно упражняется в определенном орудийном действии, что существенно расширяет возможности детей в дальнейшем.

Учите малыша владеть рукой с орудием, пусть это будет на первых порах всего лишь тряпка; движение руки должно стать последовательным и плавным, а не хаотичным и импульсивным, каким вы его увидите поначалу. Например, при вытирании различных поверхностей учите ребенка планомерному движению рукой с расправленной тряпочкой сначала по периметру вытираемой поверхности, а потом слева направо и обратно поступательными движениями по оставшейся поверхности; протирая кукольные блюдца в чашки, малыш учится делать рукой круговые движения; поливая растения — ставить носик лейки на край горшка, постепенно наклоня лейку и, т. д.

Используйте совместное действие, то есть возьмите руку ребенка в свою и проделывайте нужные движения: пусть ребенок почувствует «рисунок» движения, чтобы потом более успешно повторить его самому. Обозначьте движение руки каким-нибудь образным выражением. Например, вытирая круглое блюдце круговыми движениями, приговаривайте: «Закружилась, закружилась Машеньки-на ручка...» Движению тем самым придается игровой характер, что делает его привлекательным для малыша, и он стремится его повторить.

Скажите ребенку, что он похож на своего папу — такой же сильный: взял снег на лопатку и отбросил в сторону, чтобы дорожка была чистая. И вы увидите, как преобразуются ребенок и его действия: он уже не просто ковыряет снег, а действительно старается взять его на лопатку и отбросить в сторону («как папа»). Результат невелик, но ценность его в том, что ребенок, подражая взрослому, приспособливает руку к орудию, учитывает его особенности: у лопатки есть совок, на который нужно взять снег, а для этого следует определенным образом держать лопатку.

Не забывайте похвалить малыша за выполненное действие, подчеркнув значимость его для вас, для конечного результата. Например: «Вот какой Вовочка молодец, папе коробочку с гвоздиками принес. Котик не принес, нет у него ручек, а Вовочка принес. Сейчас вешалку прибьем».

Итак, приобщая малыша к разным трудовым процессам, выполняемым взрослыми, вы активно влияете на становление его действий с предметами, орудиями труда. Это будет необходимо ребенку в будущей продуктивной деятельности. Вы также способствуете активному познанию свойств различных предметов быта, орудий труда. Например, помогая при сервировке стола, ребенок узнает, что для еды нужны разные виды посуды и что все они имеют разные свойства: тарелка, например, бывает большая и маленькая глубокая и мелкая и т. п. Или, действуя с бумагой, ребенок обнаруживает, что она мнется, рвется, разрезается. А если вы предложите малышу разную бумагу, то обратите его внимание, что она бывает гладкая и шероховатая, разного цвета, разной толщины и т. д.

Обогащение сенсорного опыта (восприятие разных свойств и качеств) поможет в дальнейшем ребенку ориентироваться в использовании предметов соответственно заданному условию. Например, ложек нужно столько, сколько человек сядет за стол; глубокая тарелка — для первого блюда, мелкая — для второго; книжку с красной обложкой лучше подклеить красной бумагой и т. д.

Итак, приобщая ребенка к совместной деятельности, вы уже готовите его к будущему систематическому участию в доступном для него труде:

- малыш овладевает некоторыми орудийными действиями (использует орудия в соответствии с их функциональным назначением) и относительно самостоятельно выполняет эти действия;
- проявляет ярко выраженную готовность соучаствовать в трудовых процессах взрослого;
- на наглядно-эмоциональном уровне воспринимает и понимает полезность своих действий.

Но не только этим исчерпывается значимость совместных с ребенком дел.

Каждый, наверное, помнит такие общие дела, как предпраздничная уборка квартиры или весенние работы в саду, когда все дружно, с шутками помогают друг другу, охваченные общим радостным возбуждением. И работа спорится, и наглядно проявляется тот самый принцип взаимодополнения, который каждому помогает осознать свое место. Так вот, элементарное участие в делах взрослых вызывает у ребенка подобные чувства. Доказано, что благодаря совместной деятельности со взрослым уже в два года ребенок начинает осознавать себя членом семейного коллектива и свой «вклад» в общие дела семьи. Участие в делах взрослых

формирует у малыша чувство связанности с мамой и папой, позицию «Я их помощник». В дальнейшем это станет одним из мотивов его активного участия, содействия в делах взрослых и не позволит избегать или оставаться сторонним наблюдателем их деятельности, так как это будет вызывать у него эмоциональный, психологический дискомфорт. Таким образом вы закладываете основы дальнейшего становления трудовой деятельности ребенка и его развития в ней.

8. Я с удовольствием играю

На вопрос, что больше всего любят дети, каждый ответит не сомневаясь — играть. А вот *почему ребенок играет* и почему это нужно делать, сможет объяснить не каждый. По мнению ученых, игра — это не пустая забава, а очень важный вид деятельности для маленького человека. И чем выше ступень развития человечества, тем роль игры объемнее и важнее. Почему? А вот подумайте сами. К моменту рождения вашего малыша человечество придумало столько слов на разных языках, столько всевозможных вещей, машин, агрегатов, люди столько всего узнали и открыли, а отношения между ними так усложнились, что осваивать это становится все сложнее и сложнее, и каждому новому поколению требуется все больше времени на присвоение опыта человечества. Представляете, как трудно взрастить нынешнему малышу!

Наблюдая окружающий мир и деятельность населяющих его людей, ребенок хочет стать ее участником, но в полной мере, как взрослый, еще не может этого сделать. А вот в игре он может все. Может слетать к звездам, опуститься на дно океана, сделать операцию, подоить корову... «Только понарошку», — возразите вы. Да, понарошку. Но в игре по-настоящему работают воображение, память, мышление, речь, по-настоящему надо строить отношения с партнерами (даже если в их роли выступают простые игрушки).

И не «понарошку», а по-настоящему малыш переживает события, которые лежат в основе его игры. Это формирует отношение ребенка к окружающему миру, к людям. Поэтому взрослым важно увидеть в игре личность малыша: заботливая ли «мама», внимательный ли «врач», вежливый ли «продавец».

Своеобразным языком, говорящим об этом, и является игра. Для ребенка она наиболее доступный способ познания мира вещей с его разнообразием свойств, качеств и мира людей со сложными взаимоотношениями, в котором ему предстоит жить.

Для взрослого же игра ребенка еще и своеобразный экран, который высвечивает все, что усвоил малыш на очередном этапе своего развития.

А развитие ребенка во многом зависит от того, во что и как он играет.

Чем меньше малыш, тем большая помощь в игре требуется ему со стороны взрослого.

Дети раннего возраста чутко реагируют на отношение взрослого: они не будут играть с ним, если почувствуют равнодушие взрослого, фальшь в его поведении. Взрослый должен уметь на время стать ребенком и играть увлеченно, с интересом. Понимая и чувствуя игру ребенка, он вовремя может подсказать, придумать что-то интересное, помочь в трудных случаях, но не делать за него того, с чем малыш

справляется сам. Вредны постоянные подсказки, усыпляющие инициативу ребенка, ограничивающие его активность. Взрослому не следует злоупотреблять готовыми образцами решения, полезнее вызвать ребенка на самостоятельное придумывание содержания игры и способов выполнения роли. Ведь хозяином положения в игре всегда должен быть ваш малыш.

Но прежде чем в игре появятся роли (мамы, врача и т. д.), она должна пройти достаточно сложный путь развития.

Первые этапы — это ознакомительная и отобразительная игра.

На первом, ознакомительном этапе действия с игрушками носят манипулятивный характер: ребенок действует с ними так, как позволяют ему его неумелые ручки.

Затем малыш сам или с помощью взрослого обнаруживает в игрушке отдельные свойства (погремушка звучит, двигается, изменяется ее окраска и др.). Так начинается этап отобразительной игры. В ней дети усваивают способы действия с разными предметами, игрушками, связанные с их физическими свойствами: стучат, бросают, двигают, катают, в большой предмет вкладывают маленький и т. п.

Постепенно дети начинают отображать в игре не только физические свойства, но и социальное назначение отдельных предметов (катают машину, коляску, везут груз).

Отобразительные предметно-игровые действия свойственны детям от 5—6 месяцев до 1 года — 1 года 6 месяцев. О них мы говорили подробнее в главе «Гуленька».

На втором и третьем году жизни ребенка перед взрослыми встают новые задачи в развитии игры малыша. *При правильной поддержке взрослых дети уже в первой половине второго года начинают переходить от действий, основанных на свойствах предметов и игрушек, к отражению практических смысловых связей между ними, то есть к обыгрыванию доступных пониманию ребенка сюжетов из жизни.* Теперь ему интересно не просто катать машину или коляску, а сажать куклу или зайчика и катать их, кормить мишку, готовить обед, как это делает мама, укладывать игрушки в постель, баюкать, причесываться самому и причесывать игрушки расческой, есть самому и кормить ложкой куклу и т. п.

Игра вашего малыша становится разнообразнее, значит, познание окружающих его предметов проходит успешно. Помогите своему малышу перенести жизненный опыт в игру. Покажите, как и во что можно играть.

Это может быть короткая инсценировка: как кукла гуляет с собачкой, как зайчик угощает петушка морковкой, а он любит зернышки, как прошел день рождения у мышки и т. п. Все это несложно. Если внимательно наблюдать за ребенком, легко увидеть, как можно в той или иной ситуации затронуть его мысли и чувства.

Например, мама подхватывает куклу, которую годовалый малыш пронес по комнате, держа за ноги вниз головой, а потом бросил на пол. Ласково обращаясь к кукле, мама говорит: «Танечка идет ножками: топ-топ-топ. Наша Танечка идет к Сашеньке». Подводит куклу к малышу. Теперь он уже берет куклу за руку, ведет ее, приговаривая «Таня топ». В другой раз он танцует вместе с куклой под веселую песенку. Кукла становится его любимой игрушкой. Малыш бережно к ней относится, не бросает, не носит вниз головой. Действия с игрушкой, которые ему

показала мама, он переносит в свою игру, постоянно дополняя ее новым содержанием.

Ребенок подражает действиям взрослых. К концу второго — началу третьего года жизни он уже берет на себя определенную роль в игре, но не заявляет о ней. Отдельные бытовые сценки переплетаются с ситуациями вымышленными, иногда сказочными, но в основе их всегда лежит собственный детский опыт. Вы без труда узнаете, как мальчик копирует в игре отца, как девочка выразительно передает типичные жесты и интонацию мамы, старшей сестры.

Все это свидетельствует о новом витке развития, о начале становления сюжетно-отобразительной игры. Ребенок на верном пути познания, ведущем от мира вещей к миру людей.

Сначала сюжетно-отобразительная игра состоит из одного действия (например, ребенок кормит куклу), а затем из нескольких взаимосвязанных действий, отражающих целое событие (кормит, моет посуду, одевает куклу на прогулку и т. д.). Однако развитие игры не сводится только к этому. Очень важно, чтобы ребенок сам ставил игровую задачу, определял содержание предстоящего игрового действия: накормлю куклу кашей, уложу спать и т. п. Полезно, когда малыш самостоятельно находит необходимые для этих действий игрушки или предметы, заменяющие их (палочка — термометр, кубик — мыло и т. п.). Тогда ребенок сможет сам занять себя в игре. Самодеятельный характер игры служит основой для ее дальнейшего развития.

Что же должны делать взрослые, чтобы сюжетно-отобразительная игра развивалась в таком направлении?

Необходимо создавать условия для наглядного познания малышом окружающего мира: через наблюдение действий взрослых, явлений природы, повадок животных. Всячески поддерживайте такие наблюдения, поощряйте высказывания ребенка по поводу увиденного. Не спешите, не торопите его, не тяните за руку... Постойте тихо, не мешайте его созерцанию. Уважайте интерес ребенка. *Привлекайте внимание малыша к действиям взрослых, которые могут быть интересны ему, предложите принять посильное участие в этих действиях (разложить ложки на столе вместе с мамой и др.).* Это повлечет за собой и появление соответствующих по содержанию игр.

Вообще следует привлекать малыша в доступной форме к равноправному участию в повседневных делах, которыми занимаются взрослые. Например, бабушка стирает платье внучке, а рядом в маленьком тазике внучка стирает платье своей кукле. Обе увлечены, довольны, улыбаются, разговаривают со знанием дела: не остыла ли вода, достаточно ли мыла, чисто ли выстирано платье и др.

В такой семье детям спокойно и уютно. Активно действуя, они узнают многие свойства предметов, их назначение, упражняются в простых трудовых действиях, испытывают огромное удовольствие от полученных результатов, становятся более ловкими и умелыми. Все, с чем малыши познакомились в жизни, они отображают в игре, дополняя ее содержание новыми сведениями, полученными из книг, телепередач, разговоров со взрослыми, наблюдений. В игре заложены большие возможности для творческого воспроизведения разных событий.

Важно, чтобы в поле зрения ребенка были подходящие сюжетно-образные игрушки (куклы, животные, бытовые игрушки). Они оживляют впечатления детей от

наблюдаемого и побуждают к отображению увиденного.

Если сюжетно-отобразительная игра все же не появляется, можно действовать по-другому: попробуйте поставить перед ребенком задачу-вопрос: «Твоя Маша, наверное, проголодалась?» Если ребенок не решает этой задачи (не кормит куклу), предложите ему соответствующие игрушки. Если и это не помогает, попробуйте на глазах у малыша поиграть, неназойливо *демонстрируя пример игрового поведения* (например, мама берет в руки куклу, садится за стол, ставит тарелку, имитирует кормление и ласково говорит: «Кушай кашку, Маша, вкусная каша»). Если малыш не играет и после этого, поиграйте вместе с ним.

Полезно, чтобы ребенок переносил игровые действия с одними игрушками на другие (пусть покормит не только куклу, но и мишку, зайку и т. п.). Продолжение этого игрового умения — *перенос знакомых действий с игрушками в разнообразные игровые ситуации* (одевает куклу на прогулку, одевает куклу после купания, примеряет ей разные наряды и т. п.).

На третьем году жизни малыш заявляет о выбранной для себя игровой роли вслух. Он уже не только связывает с названием роли ряд действий и подбирает необходимые атрибуты для этого (например, берет кастрюли: мама готовит обед), но и использует в качестве партнера по игре куклу или другую игрушку. При этом ребенок действует не только за себя, но и за этот персонаж (изображает, как плачет кукла-дочка, как кукарекает петушок и т. п.).

Постарайтесь обогащать малыша новыми впечатлениями. Подберите нужные предметы и игрушки, подчеркивайте, кто и что делает: шофер везет пассажиров в автобусе, грузы в машине; папа чинит стул, утюг; мама готовит обед, шьет платье, штанишки; строитель строит дом; доктор лечит больных.

Создайте для малыша такие условия, чтобы он мог использовать различные по образному содержанию игрушки, предметы, подбирать их заместители, обозначать словами замысел игры и понимать ее условность.

От вас малыш переймет опыт, научится действовать, используя вместо необходимых для игры предметов игрушки-заместители — палочки, листья, шишки, желуди, ракушки и т. п.

Многие родители ошибочно считают никчемными и даже вредными для своего малыша различные палочки, камешки, пробки.

Зачем нужен весь этот «мусор», если есть настоящие игрушки или вещи? А необходим он для развития фантазии, творчества вашего ребенка, для того, чтобы найти выход из любой ситуации, нестандартное, непривычное решение проблемы. Чем больше «игрушечных» трудностей малыш преодолет, испытав при этом настоящее удовольствие, тем богаче будет его опыт творчества, которым он уверенно, находчиво и в различных ситуациях, сможет воспользоваться во взрослой жизни.

Допустим, кукла на прогулке захотела есть, а посуды нет. Если, малыш не подозревает о возможности использования заместителей игрушек, то он будет требовать, не сходя с этого места, посуду. Многие сердобольные мамы и бабушки постараются тут же удовлетворить требование ребенка. Однако гораздо полезнее поискать вместе с ним «посуду» из подсобного, бросового материала.

Если ваш малыш понимает условность игры, то выход будет тут же найден: кастрюлей может стать чурочка, тарелкой — листик с дерева, из травки будут

приготовлены макароны, а аппетитный гуляш — из камешков с «соусом» из обычной лужи. Польза от этого большая — развитие воображения.

Будьте уверены: такая хозяйка (или хозяин) и во взрослой жизни не растеряется, выйдет из положения в любой ситуации.

Предметы-заместители и фантазия позволяют развернуть игру в любом, даже не подходящем для этого месте. Вот какую картину пришлось однажды наблюдать в метро. Папа ехал с трехлетним сыном. У малыша был всего один оловянный солдатик, но играл он вдохновенно. Папа лишь изредка подавал реплики, направляя игру сына. Солдатик то катался с горки, преодолевая трамплин, то шел по дорожке, то отдыхал, то вдруг захотел перекусить. Видимо, это желание навеял аромат, разносившийся по вагону метро из сумки пожилой женщины. Малыш нашел выход: он «захватил» со своей рубашки крупный горошек и угостил солдатика «сдобной булочкой». Так он не вышел за границы приличия и накормил своего любимца, а заодно приобрел уверенность, что безвыходных ситуаций не бывает.

Как знать, возможно, беспомощные взрослые, которые брюзжат по любому поводу и считают себя неудачниками, просто недоиграли в детстве. Или их игру безжалостно прерывали, считая ее несерьезным времяпрепровождением, не давая решить до конца ни одну игровую задачу и подавляя инициативу ребенка своим авторитетом и тоном, не терпящим возражений. Выросший в такой обстановке ребенок во взрослой жизни уже не сможет и не захочет принимать решения и делать что-то самостоятельно.

Взрослому следует очень бережно относиться к игре ребенка, помня, какой это важный процесс для становления будущего человека. Ведь никому не придет в голову прервать выступление скрипача насильно предлагаемой тарелкой борща, в которой он, возможно, и нуждается. А игру детей прерывают не задумываясь. А ведь можно накормить ребенка и не прерывая игры, а наоборот, разнообразив ее.

Внимание заигравшегося «водителя» попробуйте привлечь дорожным знаком, который указывает, что недалеко по трассе расположена столовая, в которой любят обедать все шоферы. «Летчика» попросите захватить из теплых стран, откуда он возвращается, аппетитной свежей зелени для супа, который сразу станет намного вкуснее. Маленькую «хозяйку», у которой еще не приготовлен обед, можно пригласить на кухню, где уже все готово, вместе с ее голодной кукольной семьей, чтобы пообедать вместе и поделиться рецептами различных вкусных блюд.

Таким образом, игра не прервется, а продлится и станет интереснее. Взрослый без труда сможет при желании придумать что-то интересное и неожиданное, не забывая при этом о развитии своего ребенка.

Когда малыш играет самостоятельно, нет необходимости следить за каждым его шагом. Но, заметив какие-либо затруднения ребенка, взрослые могут продлить и разнообразить игру, предложив вовремя дополнительную игрушку или поставив новую игровую задачу, которую малыш с удовольствием выполнит сам.

Допустим, мальчик уже перевез все кубики и, скучая, бесцельно возит за собой машину. Взрослый может вскользь заметить: «Как же ты поедешь на машине, если разлилась река?» Наверняка ребенок с радостью подхватит идею и построит мост, дорогу, чтобы можно было перевезти на другой берег груз и пассажиров. Это, кстати, познакомит малыша еще и с водным и воздушным транспортом. А толчком к столь интересному познавательному процессу стала всего лишь одна фраза умного

и заботливого взрослого.

Девочки любят играть в куклы. Они постоянно готовят, кормят, стирают, гладят. Но как помочь дочери, если играть хочется, а готовить уже что-то надоело, да и настроение начинает портиться? Умная мама нашла такой выход. Она спросила: «Что это у тебя дочка (кукла) невеселая, не заболела ли?» Так очень тонко мама повернула игру в новое русло, не делая акцент на плохом настроении дочери. И началась новая игра, в которой нетрудно узнать ласковую заботливую маму, ухаживающую за больной дочкой, и внимательного доктора. Игра в «дочки-матери» весьма полезна, интересна и неисчерпаема, как тема семьи в нашей жизни.

Чем меньше малыш, тем большая помощь от взрослых ему требуется в игре. Становясь старше, ребенок нуждается в более тонком вмешательстве в его игру. Малыш, овладевший самостоятельной игрой, чувствует себя по-настоящему счастливым.

Результатом развития игры к концу третьего года жизни должна стать способность ребенка самостоятельно отображать заинтересовавшие его действия взрослого, объединяя их в простейший сюжет и беря на себя соответствующую роль.

8.1. КАКИЕ ИГРУШКИ МНЕ НУЖНЫ

Игрушки для детей от 1 года до 1 года 6 месяцев

Детям этого возраста необходимы условно-образные игрушки. Для самостоятельной игры хороши куклы и игрушки-животные, сделанные из мягких материалов, лучше из ткани разного цвета и разной фактуры. Они могут быть объемными и плоскими. Наиболее удобны для детей такого возраста игрушки размером от 15 до 30 см. Неудобны для малышек куклы с жесткими ногами и руками, которых нельзя завернуть в пеленку, посадить на стул, положить. Желательно, чтобы в распоряжении детей были разные игрушки одного названия: малыши могут сравнивать их, обобщать, совершать с ними игровые действия.

Кроме кукол и игрушечных животных из мягких материалов, детям нужны плавающие игрушки (рыбки, утята), куклы-голыши для игр с водой, фигурки кукол и животных из пластмассы, резины, дерева размером 10—15 см для игр с песком, водой, строительным материалом.

Для показов-инсценировок необходимо иметь одну-две куклы в красочной одежде (они могут быть заводными), а также несколько персонажей кукольного театра (кошка, петушок, собачка).

Необходимы малышам игрушки, изображающие знакомые предметы быта. Игрушечная мебель должна быть удобна для усаживания, укладывания кукол, игрушечных животных. Это стол, стул, кровать, полка или шкаф для посуды, разнообразные тарелки, чашки, ложки, кастрюли. Игрушечная посуда и мебель по размеру близки к настоящей детской мебели и посуде, но они должны быть более легкими. Для хранения игрушечного постельного белья можно использовать сундучок с безопасной крышкой.

Для совершенствования ходьбы, двигательных умений детей, а также развития игры им нужны технические игрушки: устойчивые кукольные коляски,

машины с кузовом, легковые машины средних размеров, заводные машины, тележки, каталки. Для сюжетных игр в этом возрасте необходимы строительные наборы.

Игрушки для детей от 1 года 6 месяцев до 2 лет

Полуторагодовалому малышу можно дать пирамидку из трех видов разных по размеру колец (два больших, два поменьше, два маленьких), а затем—из пяти уменьшающихся по величине колец. Очень удобна для первых игр пирамидка с конусообразным стержнем. На такой стержень (в отличие от палочки цилиндрической формы) ребенок не сможет надеть сначала маленькое кольцо: у него маленькое отверстие, и оно не пройдет до конца стержня. Прежде ему надо будет надеть большое кольцо с большим отверстием. Так сама игрушка направляет и контролирует правильность действий ребенка. По такому же принципу сделаны мудрые народные игрушки-вкладыши: нарядные матрешки, бочата, яйца, коробки, корзинки и т. д. С ними можно заниматься подолгу.

Открыть такую игрушку маленькому ребенку непросто, но если по стараться, то он получит вознаграждение за труд в виде новой красочной игрушки: маленькой деревянной или пластмассовой фигурки (зайчика, цыпленка). Так же непросто, но интересно подобрать детали по размерам, соединить и спрятать одну игрушку в другую.

Сначала ребенку дают игрушку с одним вкладышем (большая матрешка, а внутри еще одна поменьше). Затем количество вкладышей увеличивается (до трех к концу второго года жизни).

Детям этого возраста необходимы разнообразные сюжетно-образные игрушки, различные по степени обобщенности образа: условно-образные, реалистические, игрушки-заместители. Нужна кукла более подвижная, детализированная (с пальчиками на руках и ногах и т. п.) — от этого она становится более похожей на человека. Её можно посадить, провести по полу, уложить на кровать. Для сюжетных игр необходимы куклы из мягких пластмасс, а лучше — из ткани, с нарисованными крупными глазами, волосами в виде лепного парика или короткой стрижки, в простой неснимающейся одежде, размером от 10 до 35 см. Нужны фигурки из разных материалов длиной от 7 до 15 см (из резины, пластмассы, дерева).

По мере обогащения опыта ребенка увеличивается количество предлагаемых ему игрушек-животных: это могут быть мишка, ежик, заяка, игрушечные насекомые — жук, бабочка.

Игрушки, изображающие предметы быта, также становятся более разнообразными, поскольку ребенок знакомится с использованием многих новых вещей по их назначению (кухонная плита, умывальник, доска для глажения, дополнительная посуда — чайник, чашки с блюдцами, кастрюли). Постельные принадлежности для игры в этом возрасте — не только простынки, но и матрац, подушка, одеяло. Добавляются новые виды технических игрушек: автобус, трамвай, заводные машины. А поскольку дети становятся более ловкими, им можно предложить для игры машины с сиденьями, лошадок с седлами, санки.

Для того чтобы поднять игру на более высокий уровень, важно наряду с

образными игрушками вводить игрушки-заместители. Отсутствие их тормозит не только развитие игры, но и мышления и речи ребенка. В возрасте от 1 года 7 месяцев до 1 года 9 месяцев происходит качественный скачок в развитии активной речи малыша. Побуждая детей к использованию игровых материалов, заменяющих хорошо знакомые им предметы, постарайтесь создать ситуацию, в которой малыш окажется перед необходимостью обозначать предметы-заместители и действия с ними словами. Заместителями игрушек могут быть деревянные или пластмассовые кружочки, колечки диаметром 3—5 см, легкие безопасные бруски, дощечки разной формы и размеров, полоски картона, заменяющие некоторые предметы, любимые детьми лакомства — конфеты, яблоки и др.

В этом возрасте детям нужны деревянные кубики с понятными им изображениями. Поворачивая кубик, ребенок встречается с новой картинкой, называет знакомый предмет. К концу второго года жизни малышам предлагают первые настольно-печатные игры типа разрезных картинок (соединяя две части, ребенок получает целую картинку, изображающую хорошо известный предмет: мячик, ведро, морковку и др.).

Игрушки для детей от 2 до 3 лет

Для развития самостоятельной игры детей третьего *гоца* жизни очень большое значение имеет подбор сюжетно-образных игрушек: кукол, игрушечных животных, предметов для занятий с ними, машин. В игре с этими игрушками воспитывается доброта, отзывчивость, эмоциональность. Малышей уже начинают интересоваться разными марками автомобилей. Лучше купить ту машину, с которой ребенок будет играть дольше, — к примеру, автобус, у которого открываются дверцы. В него можно посадить шофера, пассажиров, провести автобус по дорожке и мосту из кубиков, построить для него гараж. Если ребенок хорошо знаком с грузовым транспортом (папа у него шофер), стоит купить ему грузовую машину и т. д.

В играх с куклами, игрушечными животными дети начинают отображать не только отдельные бытовые ситуации (кормление, укладывание спать), но и делают попытки передать трудовые действия окружающих людей (мамы, бабушки, продавца, врача и др.), их взаимоотношения (мама ласково разговаривает с дочкой, врач внимательно слушает больного, продавец вежливо обслуживает покупателя и т. д.).

Для таких игр необходимы игрушки, которые бы сами наталкивали детей на отображение впечатлений, полученных в жизни. Например, можно предложить для игры куклу, одетую в белую шапочку и фартук. Она превращается в продавца, и далее разворачивается сюжет в магазине. Хорошо, если старшие поддерживают такие игры, включаются в них, служат примером для подражания, проигрывая с ребенком или куклой ту или иную сценку. Подобные совместные игры помогают отцу или матери лучше понять своего малыша, духовно сблизиться с ним.

При выборе куклы надо учитывать, что ребенку этого возраста, как и на втором году жизни, лучше приобрести куклу с нарисованными глазами, короткой стрижкой. Руки и ноги у нее должны быть мягкими, чтобы куклу легко можно было посадить, поставить, положить, одеть. Жесткая кукла с несгибающимися ногами

раздражает ребенка. Одежда куклы должна быть простой, чтобы дети сами могли ее снять и надеть. «Приданое» куклы — смена одежды, постельное белье, мебель, посуда. Мебель — кровать, стол, стульчик — должна быть прочной, так как малыш часто переносит ее с одного места на другое, да и сам иногда не прочь посидеть на кукольном стуле.

Посуда — пластмассовая и металлическая — лучше крупного размера (чашка около 10 см в диаметре), чтобы ребенку удобно было ее взять за ручку. Набор посуды небольшой — две-три чашки с блюдами, две-три тарелки, ложки, кастрюля, чайник, сковородка. Для игры с куклами можно купить корзинку, сумку и другие игрушки, отображающие принятые в семье предметы обихода.

Красочные игрушечные животные разного размера, сделанные из мягких пластмасс и резины, удобны для игр с водой, песком, строительным материалом. Это могут быть фигурки известных ребенку птиц, зверей, домашних животных. Любят дети игрушки с дополнительными атрибутами: поросенок в фартучке, теленок с колокольчиком и др. Наиболее удобны для детей игрушечные животные и куклы среднего размера (длиной 25—35 см), хотя иногда малыши предпочитают играть с маленькими (10—15 см) или крупными, напольными игрушками. В комнате ребенка должно быть не более одной-двух крупных игрушек: большая мягкая игрушка, или деревянная лошадка, или автомобиль с сиденьем для ребенка.

Детей больше привлекают такие игрушки, в которых передан образ детеныша: у них, как правило, крупные круглые глаза, несколько укороченные округлые конечности и туловище, округлая голова с коротким носом и забавной пухлой «детской» мордочкой. И наоборот, игрушка, изображающая животное с удлинёнными частями тела, вытянутой головой, длинным носом, маленькими глазками, пугает ребенка.

Детям третьего года жизни можно купить игрушки, изображающие домашних животных (лошадь, собака, кошка), диких животных, сказочные персонажи (лиса, слон, медведь и др.). Нет необходимости покупать все эти игрушки ребенку сразу. Пусть он по-настоящему подружится со своим осликом или лошадкой. А потом можно купить и новую полюбившуюся ему игрушку (собачку, козлика). Для ребенка, охотно играющего с игрушечной кошкой, можно купить или сделать (сшить, связать, выпилить из фанеры) маленьких котят. Надо поддерживать стремление детей делиться, обмениваться игрушками со сверстниками. Дети учатся договариваться, играть рядом, не мешая другим, объединяются по два-три человека в соответствии со своими интересами. У них появляются первые дружеские привязанности, и, например, своего любимого медвежонка ребенок доверяет тому, кто ему особенно симпатичен.

Многое о предметах, людях, животных малыши узнают в повседневной жизни, однако им нужны специальные дидактические игры для того, чтобы расширить и уточнить знания об окружающем, для обучения родному языку, элементарному счету и т. д. Доступна детям этого возраста настольная игра «Кому что нужно». На больших картинках изображены люди известных малышам профессий: дворник, почтальон, парикмахер, продавец, врач; на маленьких картинках — характерные для каждой профессии предметы, орудия труда. Надо определить, что дворнику нужна метла, лопата; врачу — термометр, белый халат и т. д. По этому принципу можно сделать самим и другие настольные игры. Вот

примерные темы: «Каких деток потеряла мама?», «Поможем девочке стать опрятной». Предлагаются большие картинки с изображением коровы, курицы, собаки и маленькие — с изображением телят, цыплят, щенят и т. д. В другой игре для девочки, обутой в один ботинок, ищут второй, для непричесанной — расческу и т. д. Дети любят складывать кубики с изображением простым различающихся по форме и окраске предметов, напимяк, разных овощей и фруктов. Для этого возраста набор должен включать четыре кубика, то есть картинка состоит из четырех частей.

Развлекают, развивают чувство юмора и расширяют кругозор детей игрушки-забавы и театральные игрушки. Это может быть веселая кувыркаящаяся обезьянка, куклы-рукавички: клоун, зайчик. Хорошо, если, играя с театральными игрушками, ребенок говорит от имени персонажа. Незаметно для себя он овладевает более правильной, эмоциональной, выразительной речью, что немаловажно для общения.

Калейдоскоп завораживает, удивляет ребенка причудливостью и неожиданностью новых узоров, красок и форм. Дети любят смотреть, как старшие пускают мыльные пузыри или солнечные зайчики. Они пытаются их поймать, смеются, много двигаются; необычность и непредвиденность таких игр пробуждает любознательность, воображение. Для воспитания музыкального слуха, эмоциональной восприимчивости к музыке хорошо приобрести дудочку или игрушечное пианино, заводных птичек, поющих разными голосами.

К празднику ребенку можно купить карнавальную шапочку-полумаску, оставляющую открытыми рот, нос и глаза (лису, зайца, медведя и др.). Такая игрушка побуждает малыша выразительно передавать движения, характерные для данного животного, способствует развитию речи. Хороший подарок ребенку к празднику — один-два цветных надувных шара. Пусть малыш вместе со старшими выйдет погулять по нарядно украшенным улицам родного города, села, почувствует торжественность дня, эмоционально приобщится к традиционным формам отдыха и веселья своего народа.

В день рождения можно подарить трехлетнему ребенку велосипед или другую игрушку, о которой он мечтал: большую куклу, игрушечную мебель, машину определенной марки, самолет. Не стоит одновременно дарить много игрушек. Внимание ребенка от этого рассеивается, обилие новых сильных впечатлений утомляет его, вместо праздничного настроения вызывает капризы, перевозбуждение. Иногда целесообразно подарить набор игрушек, которые можно использовать сразу в одной игре: это обогащает игру, делает ее более устойчивой и длительной.

Покупать игрушки лучше заранее, не стоит малыша вести в магазин за покупками (особенно если это большой магазин с обилием товаров). Он еще мал для того, чтобы среди множества игрушек выбрать то, что ему действительно нужно. Ребенок просит купить первую попавшуюся на глаза игрушку и не понимает, почему ему в ней отказывают. Новая игрушка после длительного поиска уже не приносит радости.

В игрушечном хозяйстве и у мальчика и у девочки желательно иметь хотя бы одну-две игрушки каждого вида. Неверно мнение, что машины не нужны девочкам, а куклы мальчикам. Знакомство с элементарной технической игрушкой развивает девочку, а игра мальчика с куклой (это может быть кукла-сверстник ребенка, кукла-

солдат и др.) воспитывает многие нравственные качества: умение понять другого, проявить по отношению к нему заботу, внимание. Использование машин и кукол обогащает детскую игру.

Таким образом, у каждого ребенка должны быть самые разнообразные игрушки: игрушки для развития движений (мяч, хоккей), две-три настольные игры (пирамида, конструктор, разрезные картинки), одна-две машины, куклы с «приданным» и набором посуды, игрушечные животные, игрушка-забава, музыкальная игрушка.

Игрушки, с которыми малыш играл в более раннем возрасте, если они интересны ему, «живут» в детской комнате и сейчас. Любимая игрушка (кукла, машина, медвежонок), как известно, может пройти через все детские годы человека и на всю жизнь остаться одним из самых светлых и теплых воспоминаний.

Дети любят игрушки-самоделки. Сколько радости и благодарности почувствует сын или дочка, если на глазах у них папа соорудит стол для куклы, мама сделает из бумаги для мальчика пилотку, как у солдата, бабушка сошьет кукле одеяльце и подушку, а старший брат предложит коробку, которую можно приспособить и как конуру для собаки, и как шкаф для посуды, и как автобус для пассажиров.

В поле зрения ребенка не должно быть одновременно много игрушек, он их просто не заметит, достаточно двух — четырех, чтобы развернулась интересная игра. Остальные игрушки хранятся в определенном месте. Если по ходу игры потребуется дополнительная игрушка, ребенок может быстро найти ее. Настольную игру после занятия не следует оставлять на столе, пусть малыш аккуратно сложит ее и положит в шкаф и только после этого возьмет другую игрушку. Часть игрушек, с которыми ребенок не играет, надо вынести из детской комнаты, а потом некоторые из них в качестве приятного сюрприза показать. Например, полуторагодовалая девочка упорно игнорировала красивую погремушку, с которой она играла в младенчестве. Но, обнаружив ее через два месяца, она очень обрадовалась, показывала ее кукле, использовала как колокольчик.

Надо периодически мыть, чистить и чинить игрушки. Сломанные, не поддающиеся ремонту игрушки не стоит хранить, они захламляют комнату, воспитывают небрежность. Но отдельные детали вышедших из употребления игрушек — колечки от пирамиды, часть бочонка, а также пластмассовые крышки, флаконы, банки, природный материал (небольшие камушки, каштаны, шишки) — могут быть использованы в игре детей и должны храниться в отдельной коробочке, ящике.

8.2. ХОЧЕШЬ, Я ПОСТРОЮ ДОМ?

В два года дети начинают строить простые сооружения -из песка, снега, небольших прутьев, брусков, камешков. Однако родителя часто категорически требуют, чтобы ребенок не поднимал палку, не возился с камешками. В одних случаях они предлагают при этом малышу игрушки, купленные в магазине, в других — просто настаивают, чтобы он не собирал всякий «мусор», ничего не предлагая взамен. Но ведь для малыша палка может быть и ружьем, и морковкой, и даже рыбкой или крокодилком; разные камешки — это дети, машины, поезд; ветки, бруски

— замечательный материал для постройки зоопарка, дороги. Какой простор для развития фантазии, мышления, речи! Дети учатся видеть необычное в обычном, исследуют природный материал, выделяя предметы по их форме, цвету, звучанию, запаху, величине и др. Не следует запрещать игры с безопасным бросовым и природным материалом, иначе развитие творческих способностей надолго задержится.

При сооружении разных построек из природного материала и готовых специальных строительных наборов, конструкторов ребенок ищет способы, как поставить и соединить детали, подбирает лучшие варианты. Здесь необходимы наблюдательность, трудолюбие, критичность — качества, без которых невозможен ни один вид творческой деятельности.

Работа над постройкой побуждает детей к общению со сверстниками, что очень важно для дальнейшего развития ребенка, для его эмоционального благополучия в детском коллективе.

Специальные строительные наборы для детей этого возраста могут включать самые разнообразные объемные формы: кубы, цилиндры, бруски, диски и др. Интересны и доступны детям третьего года жизни пластмассовые конструкторы из разных строительных деталей с шипами, которые делают постройку прочной, удобной для использования в разных играх с машинами, куклами, фигурками животных.

Можно предложить детям для игры и строительства крупные легкие прочные коробки разной формы и величины из-под обуви и других покупок. Для прочности и долговечности коробки можно обклеить плотной цветной бумагой. Ценность крупных легких строительных деталей в том, что малыши, действуя с ними, разнообразно двигаются по всей комнате. Они с огромным удовольствием сооружают из больших коробок поезд, пароход, «путешествуют» на них. Коробка может быть кухонной плитой для юной хозяйки, барабаном для начинающего музыканта. Приготовьте строительные детали одной и той же формы и цвета в нескольких экземплярах (по 8—10 штук). Это можно сделать еще до рождения ребенка (папы, вам работа!), а можно и вместе с ним.

Что дадут ребенку игры со строительным материалом?

Ваш малыш познакомится с разными деталями и запомнит их название; узнает, что различные формы имеют свои особенности: например, у куба все стороны одинаковые, а у кирпичика разные — две грани узкие и длинные, две узкие и короткие, две широкие и длинные; детали могут по-разному располагаться на плоскости (кирпичик, например, лежит или стоит), а также в пространстве: кубики можно поставить один на другой, положить один за другим, выше или ниже, рядом.

Ребенок учится соотносить форму детали с ее конструктивными свойствами: у кубика все стороны равны, поэтому не стоит и беспокоиться, на какую сторону его положить, когда строишь мост и сооружаешь опоры для него, а вот для того чтобы построить устойчивый мост из кирпичиков, надо подумать, поставить ли их на узкую сторону или положить на широкую. Все это важно для умственного развития малыша.

Прежде чем он сможет задумать конкретную постройку, подобрать для нее необходимые детали и осуществить свой план, он просто нагромождает кубик на кубик, кирпичик на кирпичик. Кубики падают, это вызывает у него восторг,

удивление.

Однако объемная форма подсказывает ребенку образ предмета: кубик — табуретка, на нее можно посадить куклу; брусок, поставленный торцом и украшенный сверху флажком, — башенка. Кирпичик, положенный на широкую сторону, — дорожка, по ней поехала машина. Хвалите ребенка за такие действия. Помогите, когда он сам не справляется: например, на кубик-табуретку пытается посадить куклу, она падает, малыш сажает ее снова и снова, но безуспешно. К кубику пристройте кирпичик — получится стул, и кукла с него не упадет.

Малыш будет многократно повторять знакомую игру: сам строить стульчик и усаживать на него разные игрушки. Кубики, кирпичики, бруски становятся строительным материалом, из которого можно что-то создать, сконструировать, соорудить.

Надо помочь ребенку задумать постройку и подобрать детали для выполнения задуманного с учетом их свойств. *Для этого рассматривайте с детьми различные предметы.* Например, на прогулке обратите внимание на скамейку во дворе: у нее есть сиденье и спинка. У лестницы, по которой вы спускаетесь во двор, есть ступеньки, ведущие вниз-вверх; у горки, с которой малыш катается, с одной стороны — ступеньки, а с другой — скат. Такое целенаправленное рассматривание предметов помогает ребенку воспроизводить их в постройках.

Вы можете *сами построить что-то и предложить ребенку рассмотреть* (исследовать): что это такое, из каких деталей построено, какой они формы, как расположены по отношению друг к другу. Порядок такого изучения предмета должен соответствовать последовательности его сооружения. Это облегчит детям конструирование.

Обыгрывайте постройки, чтобы вызвать у ребенка желание строить.

Для этого *можно* разыграть сценку с *любой* игрушкой. Например, мама «разговаривает» с матрешкой, которая просит построить широкую дорожку для неё, а узкую — для ее маленькой дочки. Домики, к которым идут дорожки, постройте сами. Из каких деталей построить дорожку? На какую сторону положить кирпичик? Какими сторонами приложить кирпичики друг к другу, чтобы получилась широкая дорожка? А узкая? Вот сколько задач решает малыш. Рассмотрите детали вместе с ним, проведите по сторонам кирпичика его ладошкой, прослеживая протяженность стороны.

В следующий раз матрешкам потребуются другие дорожки: длинная (маме — в магазин) и короткая (дочке — к бабушке).

Для обыгрывания построек дайте ребенку куклу, зверюшек, посуду, лоскутки (куклы спят, едят, ходят по дорожкам, по лесенкам, прячутся за заборчиком, живут в домиках и т. п.). Вот тут и пригодятся поделки из различных материалов. Малыш будет с большим удовольствием использовать их в своих постройках наряду с игрушками, купленными в магазине.

Нужно постепенно усложнять постройки: сначала строим из одного вида деталей (только кубиков или только кирпичиков), потом используем два, три, четыре их вида (кирпичики, кубики, бруски, призмы) и комбинации из них (кубик с кирпичиком, брусок с призмой, несколько кубиков с несколькими кирпичиками). С вашей помощью малыш придет к такому выводу: из разных деталей можно создать постройки одного вида. Например, лесенку можно сделать только из кубиков,

только из кирпичиков, а можно воспользоваться их комбинацией. Это подготовит его к более сложному конструированию в дальнейшем.

На третьем году жизни дети могут сооружать следующие элементарные постройки: дорожки (узкие, широкие, длинные, короткие), башенки (два, три, четыре кубика, поставленные один на другой), лесенки (с двумя, тремя ступеньками), стульчики, диван, кроватку, стол, скамейку, машину, мост, горку, домик, ворота.

Вы можете сказать, что у вашего малыша появились первые конструктивные умения, если к трем годам он:

- проявляет интерес к играм со строительным материалом и сооружает несложные постройки;
- находит сходство между постройкой из строительного материала и знакомыми предметами окружающей жизни;
- называет постройки, сделанные вами, и может построить такую же сам, сознательно выбирая соответствующие детали;
- успешно применяет технические приемы работы со строительным материалом: накладывает детали друг на друга, укладывает в ряд, ставит вертикально на меньшую плоскость, делает перекрытия;
- различает и называет детали: кубик, кирпичик;
- понимает слова: большой — маленький, широкий — узкий одинаковые — разные;
- действует соответственно указаниям: положи, поставь, принеси, сними, разбери, убери и т. д.

На этой основе обогащаются сюжетные игры. Овладение этими умениями рождает у ребенка чувство уверенности в себе, гордости своими успехами, создает основу для самостоятельности и проявления личностной позиции «Я сам».

8.3. УБИРАЮ ИГРУШКИ САМ

Ребенок играет со своими игрушками на широком пространстве комнаты. В результате через какое-то время они оказываются повсюду и создают полный беспорядок. Удержитесь от замечаний типа: «Все игрушки разбросал...» или призывов: «Собери игрушки». Это бесполезно и не нужно. Ребенок их не разбрасывал специально, он их оставлял в разных местах, переключаясь с одной на другую. Постарайтесь вытерпеть беспорядок, пока малыш играет, но перед сном (дневным или ночным), перед едой, перед прогулкой необходимо убрать игрушки на место.

Сделайте уборку игрушек самоценным событием. Отведите для этого специальное время, минут 5—10, не позволяя себе торопить ребенка или убирать их за него, сделайте так, чтобы вас ничто не отвлекало: завершите или приостановите домашние дела, которые у вас начаты. Вы приступаете к очень важному делу, 5—10 минут должны быть полностью с ребенком, и пусть ничто вам не мешает.

Определите место хранения игрушек. Ни в коем случае нельзя хранить все игрушки в одной общей коробке, в куче. Дело ведь не только в том, что, собрав игрушки, мы устраняем беспорядок в комнате, а в отношении к самим игрушкам, в воспитании бережливости. Их можно расположить в двух-трех разных местах.

Например, машины, каталки стоят в «гараже», на нижней полке шкафа; куклы, зайцы, мишки спят на кукольных кроватях, сидят на стульях; мячи хранятся в коробке и т. п. Однако эти места должны быть постоянными, чтобы всякий раз ребенок знал, куда положить ту или иную игрушку.

Сделайте так, чтобы ребенку не была в тягость уборка игрушек, занимайтесь этим вместе с ним. Неважно, сколько игрушек уберет на место он (чем младше, тем меньше) и сколько вы; главное — *дать почувствовать ребенку, что он участник очень важного дела. Заранее дайте знать, что пора убирать игрушки.* Можно, например, сделать «сигналом» к уборке игрушек такие нехитрые стишки:

Динь-ля-ра, динь-ля-ро!	Куклы, мишки ждут,
Кушать (гулять, спать) Олечке пора!	Когда к ним подойдет
Все машины ждут,	И на место уберут.

А когда малыш станет постарше, в 2—2,5 года, можно и по-другому — сообщили о предстоящем обеде, сне или прогулке и скомандовали:

А теперь за дело дружно.	Мигом мы взялись за дело —
Убирать игрушки нужно!	И работа закипела!

В темпе, весело убирайте игрушки по местам. Хорошо, если при этом вы будете сопровождать свои действия стихами. Например, убирая на место мишку, можно прочитать:

Мишка милый, мишка славный,	Весь из плюша мишка сшит.
Неуклюжий и забавный,	Ватой белой набит.

Или про куклу:

Аленушка наша	Собой круглолица,
Из тряпочек сшита.	Глаза, как цветочки,
Аленушка мягкой	Аленушка в аленьком
Ватой набита.	Ходит платочке.

Или про мяч:

Мой веселый, звонкий мяч!	Желтый, красный, голубой,
Ты куда помчался вскачь?	Не угнаться за тобой.

Тем самым вы *демонстрируете свое доброе отношение к игрушкам, показываете, что любите их, заботитесь о них.* У ребенка тоже будут возникать и закрепляться эти чувства. Руководствуясь ими, он не бросит игрушку где попало, уберет ее на место, а затем «перенесет» эти чувства и на живые существа.

Малыша непременно надо похвалить за сделанную работу. Перечислите, что он сделал: «Вот какая Машенька добрая — мишку за стол посадила, Лялю спать уложила, машину в гараж поставила — отдыхайте, игрушки! Маша тоже спать пойдет». Полюбуйтесь комнатой: «Ах, как красиво! Какой порядок!»

Убирая игрушки, обращайтесь к ним, как к живым существам, и через них «давайте установку» ребенку на сон, еду и т. д. Например, перед сном, взяв куклу, можно сказать: «Ляля, ложись спать. Машенька тоже спать сейчас пойдет, в свою кроватку ляжет». Перед едой: «Мишка-мишутка, садись за стол да посмотри, как Машенька обедать будет» и т. п.

Итак, родителям следует:

- отнестись к уборке игрушек как к важному делу, уделить этому специальное время;
- определить постоянное место для игрушек;
- убирать игрушки вместе с ребенком;
- показать своим поведением теплое, доброе отношение к игрушкам.

9. Мне надо много двигаться

(Развитие движений детей на втором-третьем году жизни)

Одним из важнейших факторов хорошего физического и психического развития является правильно организованная двигательная активность вашего ребенка. Часто родителей раздражает чрезмерная активность детей, их постоянное стремление куда-то забраться, что-то взять и т. д.

Дорогие папы и мамы, не спешите с запретами, помните, что *движение является биологической потребностью растущего организма*. Невозможно представить, чтобы здоровый ребенок не стремился к движениям, деятельности. Как только малыш овладеет способами перемещения, научится ползать, а затем ходить, он постоянно пребывает в движении. Обратите внимание, что даже с предметами малыш действует на ходу, очень редко присаживаясь или останавливаясь. *Не подавлять надо двигательную активность, а всячески поддерживать ребенка в его стремлении двигаться, быть активным, создавать условия для этого*. Благодаря правильно организованной двигательной деятельности создаются благоприятные условия для обмена веществ, а это стимулирует развитие нервной системы, костно-мышечного аппарата, сердечнососудистой системы и органов дыхания, улучшает пищеварение. Правомерно выражение: «Движение — это жизнь». *Именно движение делает ребенка выносливым, ловким, сообразительным*. Постепенно у него развивается сила, координация, его игровая и бытовая деятельность становится более разнообразной, активной, самостоятельной.

Сколько же должен двигаться здоровый ребенок в течение дня?

Исследования специалистов показывают, что объем и качество движений зависят от целого ряда факторов: возраста, пола ребенка, времени года, суток, индивидуальных особенностей, условий, в которых он живет. Дети 2—4 лет преодолевают за сутки приблизительно 2,5—3 км, а 6—7 лет — 7—8 км и более. Мальчики в среднем двигаются больше, чем девочки. Летом у детей потребность в движении больше, чем зимой. Это связано с изменением обмена веществ. В течение суток потребность в движении также меняется. Так, наибольшая активность проявляется с 9 до 12 часов в первой половине дня и с 17 до 19 — во второй.

Двигательная активность зависит от индивидуальных особенностей. Есть дети с повышенной двигательной активностью, со средней, умеренной и малой потребностью в движениях. Дети со средней двигательной активностью, как правило, не вызывают у родителей тревоги: они отличаются уравновешенным поведением, хорошо регулируют свою двигательную деятельность и практически не переутомляются. Ребенок со средней двигательной активностью бегаёт, ходит, прыгает столько, сколько может. Родители могут не опасаться, что он перегрузится.

Другое дело — дети с повышенной двигательной активностью. Они неуравновешенны, не могут регулировать свою двигательную деятельность, не склеены к выполнению действий, требующих точности, координации, быстро утомляются. Детей с повышенной двигательной активностью необходимо вовремя переключать на другой вид деятельности.

Как же должны вести себя родители с такими детьми? *Ни в коем случае не прекращайте резко двигательную деятельность ребенка.* Переход от динамического состояния к статическому должен быть постепенным. Если вы считаете, что ребенок устал от бега, предложите ему, например, поискать пропавшую игрушку. «Алешенька, ты не видел, куда спрятался от нас мишка? Помоги мне его найти». Малыш ходит, ползает, разыскивая игрушку, и организм его постепенно приходит в равновесие. И после этого предложите послушать сказку о медведе. Детям с повышенной возбудимостью необходимо периодически давать задания, требующие точности, координации движений. Например, предложите малышу пройти по узкой дорожке, прокатить мяч, попасть в цель (коробка, обруч, круг, нарисованный на земле, стене), взобраться до установленного знака по лесенке и т. п. Не огорчайтесь, если точные движения не сразу будут получаться.

Малоактивные дети не склонны много бегать, куда-то залезать, предпочитают играть в песочнице, что, к сожалению, вполне устраивает многих пап и мам. Однако родители должны знать, что у малоподвижных детей медленнее формируются двигательные навыки, необходимые ребенку в игре, в бытовой деятельности. Таким детям не хватает ловкости, выносливости, они избегают подвижных игр со сверстниками. Вес их значительно выше нормы, а это вредно для здоровья.

Как приучить малыша к активности, *как сделать, чтобы он хотел двигаться?* Эту задачу поможет решить совместная деятельность родителей и ребенка. Предложите во время прогулки догнать вас или сами догоняйте ребенка, постепенно увеличивая расстояние бега. Пусть малыш попрыгает как зайчик или воробышек. А вы посчитайте, сколько раз он прыгнет. Обязательно похвалите его, даже если он не очень хорошо справился с заданием. Хорошо активизируют действия малышей различные игрушки, особенно мяч. Действия с мячом дают нужную нагрузку организму и в то же время не утомляют. Бросайте мяч, а ребенку предложите догонять его, потом пусть малыш сам бросает и догоняет мяч. Постепенно действия с мячом будут усложняться. Всегда радуйтесь успехам ребенка. Ваше положительное отношение к двигательной деятельности обязательно пробудит интерес к ней у малыша.

Очень важно, чтобы ребенок своевременно овладел всеми видами основных движений. Помогите ему в этом. И для того чтобы ваша помощь была эффективной, познакомьтесь с особенностями развития основных движений и задачами обучения этим движениям детей раннего возраста.

Ходьба. Дети начинают ходить к концу первого — началу второго года жизни. На протяжении второго-третьего года ходьба совершенствуется, а к концу дошкольного периода складывается стереотип ходьбы, то есть формируется походка. Для малыша, начинающего ходить, характерны следующие особенности: ноги сильно согнуты в коленях и тазобедренном суставе, ступни повернуты внутрь. Ребенок ставит ногу не с пятки на носок, а опускает на всю стопу, шлепая ею. Шаг неравномерный, короткий, семенящий. Малышу трудно выдерживать направление

при ходьбе.

Поэтому перед вами стоит задача — способствовать развитию у ребенка этого основного движения:

1. Проходить без помощи взрослого сначала небольшое расстояние (1—2 м), постепенно доводя его до 200—500 м с небольшим отдыхом.
2. Ходить в определенном направлении (пойдем к кукле Кате, мишке и т. д.).
3. Поднимать ноги при ходьбе, стопы ставить параллельно. Для этого можно перешагивать через веревочки, кубики и т. п. (высота от 5—10 до 15—20 см), ходить по дорожке с нарисованными параллельно следами.
4. Держать корпус прямо, не опускать голову.

Бег. Бег отличается от ходьбы наличием фазы полета (полный отрыв от поверхности). Умение бегать формируется у ребенка к концу второго года, а иногда только на третьем году. Это зависит от физических данных малыша.

Особенности бега в этом возрасте: мелкие семенящие шаги, ноги опускаются на землю всей стопой, движения рук и ног несогласованны, заметны боковые раскачивания корпуса, скорость бега очень небольшая. Малыш быстро устает.

Поэтому ваша задача — способствовать формированию у детей умения бегать:

1. Переходить от ходьбы к бегу и наоборот.
2. Бегать в заданном направлении.
3. Менять направление при беге.
4. Правильно держать корпус.

Ползание, лазанье. Ползанием ребенок овладевает на первом году, на втором этот вид движений совершенствуется. Лазанье по лестнице ребенок осваивает на втором году: сначала приставным шагом, затем смешанным и только к концу третьего года жизни — переменным шагом. Однако надо иметь в виду, что не все дети овладевают к трем годам перекрестной координацией, а следовательно, и чередующимся шагом. Это не должно огорчать родителей, так как к 5—5,5 года перекрестная координация возникает спонтанно, без особого обучения.

Однако ваша задача — создать условия для развития у малыша умения ползать:

1. Ползать по прямой, с подлезанием под веревку (высота 25—30 см), пролезать в обруч, под стулом и т. д.
2. Лазать по лесенке-стремянке вверх и вниз (высота 1—1,5 м).
3. Влезать на лестницу и слезать с нее.

Бросание и катание. На втором году ребенок начинает осваивать упражнения в метании. К ним относятся прокатывание мяча, бросание, бросание с последующей ловлей. Выполняя эти движения, малыш не всегда выдерживает направление. Толкание и бросок мяча тоже еще слабые. Ребенку трудно соразмерить силу броска с расстоянием, и поэтому он не всегда попадает в цель.

Чему можно научить малыша?

1. Бросать, катать мяч в определенном направлении (прокатывать в воротца, между кубиками, бросать в корзину, кукле Кате и т. п.).
2. Соразмерять силу броска с расстоянием (ребенку предлагают несколько раз бросить мяч в корзину с расстояния от 0,5 до 1,5 м, меняя расстояние для возникновения у ребенка разных мышечных ощущений).

3. Ловить мяч, брошенный взрослым (расстояние 0,5—1,5 м). Бросать мяч взрослому.

4. Подбрасывать мяч вверх и пытаться его ловить.

5. Бросать мяч об пол и пытаться ловить.

Прыжки. Прыжковыми движениями малыш начинает овладевать одновременно с бегом на втором-третьем году. Прыжок, так же как и бег, требует известной физической подготовленности. Вначале ребенок овладевает подскоками на месте, с продвижением вперед, затем учится прыгать в длину с места, спрыгивать с предметов. При прыжке малыш тяжело опускается на всю ступню, колени почти не сгибаются, движения его рук и ног плохо согласованы. Руки не помогают отталкиванию и приземлению. Перечисленные особенности прыжка делают его опасным для малыша: прыжок даже с незначительной высоты может при неправильном приземлении привести к сотрясению внутренних органов, что вредно для организма.

Поэтому нужно способствовать развитию у малыша следующих умений:

1. Ритмично приседать, сгибая ноги в коленях («пружинка»), постепенно отрываться от пола.

2. Подскакивать на месте на двух ногах, отталкиваясь носками. Приземляться мягко, слегка согнув ноги в коленях.

3. Подскакивать с продвижением вперед.

4. Перепрыгивать через линии, нарисованные на полу (расстояние между линиями 10, затем 20, 30 см), прыгать через ручеек, канавку и т. д.

5. Подпрыгивать вверх, касаясь предмета, находящегося на высоте 10—15 см от поднятой руки ребенка.

6. Спрыгивать с высоты 10, 20, 30 см.

Итак, вы теперь знаете, как развиваются основные движения малыша и какие задачи при этом стоят перед вами. Мы хотим вас предупредить о том, что перечисленные выше трудности в освоении движений сами по себе не исчезают. Некоторые из них могут сохраняться на протяжении всей жизни. Вам, наверное, приходилось видеть взрослых, которые косолапят, низко опускают голову, излишне размахивают руками при ходьбе, или подростков,двигающихся тяжело и неуклюже, неспособных преодолеть препятствие. Надеемся, что вы хотите видеть своего ребенка ловким, выносливым, с легкой походкой, красивыми движениями. А раз так, то не теряйте времени, приступайте к обучению вашего малыша этому искусству. И не забудьте о красоте собственных движений, ведь ребенок будет подражать вам.

Прежде всего создайте условия для развития движений. В распоряжении вашего ребенка должны быть разнообразные игрушки, пособия, стимулирующие двигательную активность: каталки, машины, разнообразные ящики и коробки, дорожки из клеенки разной ширины, надувное бревно для перелезания, мячи разных размеров и из разного материала (резиновые, тряпичные, надувные и т. д.), велосипед трехколесный, лыжи и т. д. (см. Приложение). Движения требуют пространства. Выделите в комнате место, где малыш может свободно двигаться. Максимально используйте ближайшее природное окружение (полянки, дорожки, спортивные детские площадки). А сделав все это, предоставив в распоряжение ребенка пособия, игрушки, выделив место, не мешайте ему проявлять

самостоятельность и активность, не спешите на помощь. Пусть малыш сам преодолевает препятствия.

Однако для совершенствования движений самостоятельной двигательной деятельности ребенка недостаточно. *Необходимо проводить специальные занятия, подвижные игры, делать утреннюю гимнастику.*

Какие же могут быть достижения в развитии движений у вашего малыша, если вы *последовали нашим советам?*

На втором году жизни малыш может:

Ходьба

- Ходить в определенном направлении со зрительными ориентирами.
- Ходить по ограниченной поверхности (по дорожке из клеенки, по доске, по нарисованной на земле или полу дорожке шириной 20—25 см).
- Подниматься и спускаться по наклонной доске (высота 10-15-18 см от пола).
- Перешагивать препятствия: веревку, палку, положенную на пол или землю, затем приподнятую на 5—10 см.
- Ходить по земле, подниматься на бугорки, горки, спускаться с них, перешагивать через небольшие канавки.

Лазанье

- Влезать на лесенку-стремянку высотой 1—1,5 м. Слезать с нее сначала приставным шагом, затем чередуясь.
- Пролезать в обруч, под веревку, под скамейку и т. д.
- Перелезать через бревно.
- Подниматься по лестнице, спускаться с нее.

Бросание

- Катать мяч, бросать вниз, вдаль, догонять его. Перекатывать мяч взрослому, прокатывать между предметами.
- Каждой рукой бросать маленький мячик в корзину (расстояние 50—70 см).
- Бросать большой мяч вверх.

К трем годам ребенок может:

Ходьба

- Ходить, не шаркая ногами, выдерживать направление без зрительных ориентиров.
- Ходить по ограниченной поверхности (ширина 15—20 см).
- Бегать в одном направлении, по кругу в течение 30—40 секунд.
- Кружиться на месте.
- Ходить по извилистому шнуру, уложенному на пол.
- Пробегать медленно до 80 м.

Лазанье, ползание

- Подползать под веревку (высота 25—30 см).
- Ходить на четвереньках по ограниченной поверхности (дорожке, скамейке шириной 20 см).
- Влезать на лестницу и слезать с нее.
- Влезать на табурет, стул и спускаться с него.

Бросание

- Бросать мяч взрослому, ловить брошенный мяч (расстояние 50—100 см).
- Бросать мяч в цель (расстояние 100—120 см),
- Бросать мяч вперед двумя руками снизу.
- Прокатывать мяч между предметами.

Прыжки

- Подпрыгивать на двух ногах на месте, с небольшим продвижением вперед.
- Спрыгивать с предметов (высота 10—15 см).
- Прыгать с места на двух ногах как можно дальше.
- Перепрыгивать канавку, ручеек (15—20—25 см).

10. Я люблю поговорить

(Развитие речи детей на втором году жизни)

Развитие речи — одна из важнейших задач психического и личностного развития ребенка. Многие причины задержки развития речи и ее дефекты у детей более старшего возраста кроются в условиях их жизни в первые три года. Не забывайте об этом мамы и папы! Психологи и лингвисты давно доказали, что именно в раннем возрасте темпы речевого развития значительно выше чем в последующем. Судите сами. К концу первого года жизни в словаре ребенка примерно 8—10 слов, в 2 года — 300—400 слов, а в 3 года — 1000 слов! Поистине гигантские скачки. Безусловно) могут быть индивидуальные различия, ведь каждый ребенок обладает своим темпом развития, он неповторим.

Ребенку предстоит за несколько лет овладеть всеми формами родного языка, научиться произносить все его звуки, накопить многотысячный запас слов, усвоить грамматический строй речи, научиться правильно объединять слова в предложения.

Второй год жизни является решающим в развитии речи детей. В этот период значительно совершенствуется понимание речи ребенком и *главное — появляется самостоятельная речь.* Как много надо сделать родителям, чтобы помочь малышу научиться хорошо говорить! Для этого необходимо знать основные особенности, задачи и средства развития речи детей.

Каковы же основные особенности и направления в развитии речи на втором году жизни?

На первом этапе (примерно до полутора лет) главным образом совершенствуется *понимание* ребенком обращенной к нему речи взрослых. Он быстро усваивает названия предметов. Достаточно два-три раза показать предмет и назвать его, как малыш уже запоминает новое слово и по просьбе взрослого указывает на этот предмет пальчиком. Это и есть понимание речи. Заметим: если дети своевременно не овладеют пониманием речи, то может наблюдаться отставание не только в развитии их самостоятельной речи, но и психическом развитии в целом.

Говоря о понимании речи ребенком, следует подчеркнуть, что связь между предметом и словом, его обозначающим, формируется у детей этого возраста быстро, однако она может оказаться непрочной. Например, малыш хорошо знает предмет (куклу, мишку), но, если этот предмет находится среди многих других, он может ошибиться, когда мы просим принести его. Это родителям надо учесть и как можно чаще показывать данный предмет среди других и давать точное его название.

Ошибку ребенок может допустить и потому, что у него недостаточно развито слуховое восприятие звуков. Особенно если названия предметов созвучны (миска — мишка). К концу второго года жизни слуховое и зрительное восприятие совершенствуется и ребенок уже вряд ли перепутает предметы, сходные по внешнему виду или имеющие похожие названия.

О понимании ребенком вашей речи говорит его так называемая двигательная реакция.

К примеру, вы просите малыша: «Покажи, где петушок. Дай мне петушка». Ребенок смотрит на петушка, а подает, например, мишку. Что это значит? Ребенок не понял вас? Нет, он понял все правильно, но у него недостаточно сформирован «двигательный ответ».

Не пугайтесь — к концу второго года жизни комплексные ответы (слово в сочетании с жестом или действием) у малыша приобретают большую четкость. Для того чтобы ребенок верно понимал название предметов, действий, он должен больше общаться с предметом — не просто рассматривать, а, если можно, держать в руках, ощупывать, действовать и одновременно слышать обозначение признаков предмета: «Какой круглый мячик, большой мячик, красный, красивый. Давай покатаем мячик, вот так, вот так (действия с мячиком). Ой, укатился мячик, принеси мне красный мячик». В этом возрасте важно учить ребенка выполнять поручения. Почаще обращайтесь к нему с просьбами: «Принеси куклу Катю», «Поддай ложечку (шапочку)» и т. д. Но при этом родителям следует помнить, что новые действия малыш выполняет только в том случае, если слово сочетается с показом действия. Чем чаще вы будете этим заниматься с ребенком, тем быстрее он начнет понимать ваши слова и раньше сам заговорит.

Используйте активнее разные режимные моменты: кормление, одевание, укладывание спать. Здесь очень многое можно *показать, назвать*, причем ненавязчиво для малыша. «Сейчас наденем на головку шапочку, красивую шапочку. Где головка у Сашеньки? Покажи. А где шапочка? Дай мне шапочку, наденем шапочку...» Если ребенок делает это — значит, он начинает понимать вас, а может, даже произносит какие-то звуки: «на», «те» и т. д. «Сейчас будем *кушать суп*, суп вкусный. Саша любит суп? Скажи: «Да». Где ложка у нас? *Покажи ложку, возьми ее*, скажи: «Дай, дай...» Так же называем другие блюда, предлагаем ребенку сказать «спасибо» (хотя бы покачать головой).

Подчеркиваем, что в разговоре с ребенком этого возраста надо называть предметы и живые объекты *правильным, необлегченным словом*: машина, собака, автобус и т. д.

Разговаривать с малышом рекомендуем в любой удобный момент. На кухне мама готовит обед, ребенок рядом. Это прекрасный момент поговорить: «Мама будет готовить суп, вкусный суп. Наш мальчик (девочка) любит суп? Скажи: «Да, да». Смотри, что делает мама: картошку режет — «чик-чик». Покажи ручкой, как мама режет картошку. Молодец, помощник мой хороший». Можно использовать моменты уборки квартиры, стирки. Сколько новых: слов малыш услышит, «увидит» их значение, а это основа для будущей активной речи. Очень многое для *развития речи и обогащения знаний дают прогулки, наблюдения за живыми объектами, транспортом*. Гуляя с малышом на улице, поговорите с ним, *покажите, назовите* то, что видит ребенок. «Посмотри, собачка *бежит* (или сидит). Какая собачка?

Маленькая (большая), черная, лохматая. *Покажи собачку*». Любой момент неожиданности вызывает у ребенка повышенный интерес. Пробежала кошка, проехала машина. Обратите внимание ребенка: «Смотри, *машина поехала*».

Покажи пальчиком, где машина... уехала машина, помаши ручкой-«До свидания, до свидания». Скажи: «Ту-ту». Подул ветерок, снежок посыпался на шубку, шапку: «Ой, какой снежок красивый" белый. Где снежок? На шапочке. *Покажи*. Вот снежок, снежок белый». Подошли к играющим детям. «Вот девочка, *покажи* девочку. Девочку зовут Ира, а тебя как зовут? Саша. А это кто? Мальчик. Какая красивая машина у мальчика, попроси машину: «*Дай, дай* машину». Спасибо. *Покачай головкой*». Такие наблюдения и разговоры направлены на *развитие у ребенка понимания слов-названий и слов-действий*. Чуть позже он будет использовать эти слова в своей самостоятельной речи.

Подобные наблюдения следует проводить как можно чаще, но важно не переусердствовать при этом. Постоянные вопросы, разговор могут утомить ребенка, все будет зависеть от его самочувствия, желания в данный момент общаться.

Что еще следует знать родителям?

На втором году жизни у ребенка появляются элементы обобщения — *мысленного* выделения общего в предметах и явлениях действительности и основанного на этом мысленного объединения предметов, то есть ребенок начинает соотносить слово не только с одним конкретным предметом, а обозначает им уже все предметы данной категории, несмотря на имеющиеся у них различия в цвете, величине, форме (например, на вопрос: «Где стол? А еще где стол?» — малыш может показать и свой маленький, и большой обеденный, и письменный стол). Дети могут узнавать увиденные ранее предметы на картинках, в книжках. Конечно, овладевая обобщением, на первых порах (особенно до 1 года 6 месяцев) они делают немало ошибок: не могут выделить существенные признаки предметов, ориентируются в основном на несущественные, случайные — цвет, детали, форму и т. п. Так, упрощенным словом «пу» ребенок может назвать не только пуговицу, но и отверстие в туфле, родинку и еще что-либо похожее. На вопросы: «Где уточка? А еще где уточка?» — показывает не двух уток разного цвета, а красную утку и красный чайник, похожие по цвету и форме. Постепенно ребенок научится выделять в предметах существенные признаки, но в этом ему надо помочь.

Показывая малышу игрушки или какие-нибудь другие предметы, точно называйте их, характеризуйте их признаки (форму, цвет, величину, материал), действия, и не один раз. («Эта собачка беленькая, пушистая, маленькая, а эта собака большая, черная. Собачки бегают или спят. Это большой, пушистый белый мишка, он рычит, а этот мишка маленький, желтый, он пищит: «пи-пи»...)

Очень хорошо, когда у ребенка есть игрушки одного и того же вида, но разные по цвету, величине. Пусть малыш чаще с ними играет, действует (поднимает, переворачивает, ощупывает, качает), а вы в это время назовите правильно его действия, признаки предметов. Это поможет ребенку лучше узнать предметы, научиться различать их и со временем точно и правильно называть.

Итак, одно из направлений формирования речи у детей данного возраста — развитие понимания речи взрослых. При этом совершенствуется важнейшая функция — функция обозначения, зачатки которой мы отмечали еще на первом году жизни. К 1 году 6 месяцам ребенок может:

- выделять и обозначать себя, других людей, различные предметы, то есть знает свое имя, имена близких людей, некоторые названия одежды, мебели, посуды, средств передвижения, животных;
- выделять и называть отдельные части своего тела (руки, ноги, голова, глаза, уши, рот), а также животных (игрушек). Если и не называет, то все показывает;
- понимать слова, обозначающие действия, совершаемые в быту (ложись спать, садись, будем одеваться, пойдем гулять и т. д.), а также действия с игрушками и другими предметами (сними, надень, открой, закрой и т. д.);
- понимать элементарный сюжет (когда ему рассказывают и показывают сказку, используя игрушечных животных).

Короче говоря, достижения ребенка довольно высоки. Но мы хотим предупредить родителей о том, что возраст от 10 месяцев до полутора лет является *критическим периодом в развитии детской речи*. Расширение сферы жизнедеятельности ребенка создает возможность стрессовых ситуаций. Помните, что любой, даже самый, казалось бы, незначительный, стресс (например, малыш испугался лающей собаки) может стать причиной некоторой задержки развития детской речи. Поэтому надо делать все возможное, чтобы исключить из жизни ребенка стрессовые ситуации.

Знание особенностей понимания речи детьми помогает решать следующую очень важную задачу на втором году жизни — *развитие самостоятельной речи*. Предпосылки ее закладываются на первом году. Напоминаем, что подготовительные элементы в развитии звуковой стороны речи — это лепет и подражание звукам и словам. Лепет — это доречевое средство общения и способ выражения эмоционального состояния. Подражание выступает как своеобразная форма общения между взрослым и ребенком *а* как механизм развития его речи.

Если своевременно (на первом году) развивать у детей лепет и подражание, то на втором году эта деятельность становится очень интенсивной. Звуковая игра, в которую включаются также и слова, начинает заполнять все время бодрствования ребенка. В фонетическом отношении слова, конечно, еще несовершенны: ребенок может пропускать звуки (тряпка — тьяпка, игрушка — игушка, чебурашка — бубашка), заменять один звук другим (конфета — кикета, колени — акенки, апельсины — асинки и т. д.). Мало того, овладевая произношением слова, малыш, особенно до 1 года 6 месяцев, может долгое время произносить его по-разному, то более, то менее совершенно. Например, в полтора года один ребенок вместо «яблоко» произносил то «я-я», то «ябку», то «ябо-ко» и только к двум годам стал это слово произносить правильно.

Подобные особенности произношения на втором году жизни считаются физиологическими, поскольку в основе их лежит несовершенство речевого аппарата и слуха.

При всем несовершенстве своей речи маленький ребенок ухитряется использовать ее для выражения своих желаний, для достижения своих целей. Как это ему удастся? Во-первых, одно и то же слово ребенок употребляет для обозначения самых разнородных вещей, имеющих в развитой речи различные названия, как бы обобщает их (например, словом «киска», «киса» может называть и

кошку, и пушистую шапку; «дн-ди» — звенящую игрушку и ложку и т. п.). Во-вторых, на помощь слову малыш привлекает мимику, жесты, гримасы, крики. Подкрепленное таким образом слово в состоянии теперь выразить его просьбу, требование, мысль. Одно слово заменяет целое предложение или даже несколько предложений. Так, например, слово «ти-ти» может означать: «Дай часы», «Вот часы», «Часы идут»; слово «моко» — «Дай молока», «Я пью молоко» и т. д. Ребенка пока могут понять только взрослые люди, причем самые близкие. Период, когда вследствие крайней ограниченности словаря одно слово заменяет целое предложение, длится несколько месяцев. И это нормальное явление.

Здесь очень существенны индивидуальные различия. Некоторые малыши уже в полтора года очень активны в речевых проявлениях, а некоторые и к двум годам мало говорят. Исследование таких детей показало, что *если у них нормальный слух и есть понимание чужой речи*, то с формированием и созреванием речевых центров активная речь появляется к 1,5—2 годам, реже — в более поздние сроки.

Во втором полугодии ребенок:

- *совершенствуется в понимании речи. От 1 года 6 месяцев до 2 лет он уже может различать возраст и пол окружающих людей (девочка, мальчик, тетя, бабушка и т. д.);*
- *знает и показывает не только предметы, но и их части, различает размеры (большой — маленький), цвета (красный, синий, желтый, зеленый), знает назначение предметов («Из чашки начинает понимать слова «можно», «нельзя», «не мешай», «помоги». Это очень важно для регуляции поведения ребенка;*
- *понимает и может выполнять несложные поручения из двух-трех действий («Сядь на стульчик и посмотри книжечку»);*
- *может понимать вопросы взрослых и элементарно на них отвечать.*

В этот период быстро начинает формироваться самостоятельная речь ребенка. Малыш в общении со взрослыми в основном употребляет слова, подкрепляя их жестами и мимикой. Он усиленно подражает старшим: легкие слова произносит полностью, в трудных словах — отдельные слоги (Чебурашка — бубашка, стул — тул и т. п.). Как же быть родителям в таких случаях?

Что делать? Прежде всего помнить: как ни забавна речь маленького ребенка, ей не следует подражать в общении с ним, иначе велика вероятность, что речевое развитие малыша задержится. Хотя бытуют разные мнения. Некоторые родители считают, что подстраивание под детскую речь («Ты хочешь бибику?», «Я тебе дам ко-ко») упрощает понимание речи взрослого. Но вот другой жизненный пример. Гуляя с ребенком, мама говорит: «Вот ав-ав побежала». И ребенок спокойно отвечает: «Не ав-ав, а собачка» (а ему еще и двух лет нет). Как говорится, комментарии излишни. Итак, надо не подстраиваться под детскую речь, а, напротив, чаще повторять правильное произношение слова, побуждать ребенка к такому повторению: «скажи», «повтори». Конечно, при этом необходим педагогический и родительский такт. Известный знаток детской речи К. И. Чуковский не раз писал, что если педагог или родитель своей ежеминутной придирчивостью будет слишком стеснять малышей в свободном выражении их чувств и мыслей, если он не даст никакого простора их эмоциональным высказываниям, он рискует обесцветить их речь, сделать ее анемичной и скучной, убить в ней чудесную детскость и тем

нанести ей непоправимый вред. Топорные методы здесь не годятся, излишняя ретивость окажется только вредна, и хорошие результаты могут быть достигнуты лишь теми родителями, которые будут действовать исподволь, в меру, не слишком навязчиво, почти незаметно.

Речевое развитие детей, конечно, не сводится только к формированию правильного произношения и обогащению словаря. С течением времени речь ребенка становится все более связной, то есть начинается овладение *грамматическим строем предложения*. В его речи появляются двусловные предложения, а к концу второго года — предложения из 3—4 слов, вопросительные и восклицательные. Хотя слов-вопросов в детской речи еще нет (или они очень редки), вопрос выражается интонацией. В конце второго года жизни дети начинают изменять слова в числе, роде и падеже: «Мама, дай обуюску (подушку)», «Дед Амос кикетю (конфету) принес».

Более высокий уровень понимания речи взрослых и овладения самостоятельной речью дает детям возможность делать элементарные обобщения. Они могут обозначать одним словом предметы с одинаковыми признаками или назначением (игрушки, посуда).

К двум годам ребенок много говорит и может обращаться по собственной инициативе к взрослым по самым разнообразным поводам:

- о своей деятельности (при определенном затруднении просит помочь поднять игрушку, покачать куклу);
- при желании отдать или передать предмет;
- с просьбой дать что-либо;
- для того, чтобы привлечь внимание взрослых к окружающему (пробежала кошка, едет машина);
- для того, чтобы сообщить о своем состоянии, о случившемся с ним (отнял игрушку другой ребенок, испачкал руки).

Такие инициативные словесные обращения ребенка к взрослому крайне важны в становлении его активной речи, и их надо поощрять. При этом следите, чтобы облегченные слова в речи ребенка сменялись обычными, приучайте его выражать желания и просьбы словами и короткими фразами. Нужно развивать у малыша потребность в речевом общении, чаще побуждать его к высказываниям: «Скажи то-то», «Что это?», «Кто это?» Часто можно услышать от расстроенных родителей: «Мой (моя) все понимает, но не говорит». Не огорчайтесь, это бывает у многих нормально развивающихся в физическом и нервно-психическом отношении детей, особенно на втором году жизни.

Однако последите за собой — не вдаетесь ли вы в крайность: ловите каждое желание малыша и по его малейшему требованию, жесту тут же исполняете? В такой ситуации ребенок может долго не заговорить — ведь его и без слов понимают. Разумнее побуждать малыша выразить свое желание словами и только после этого выполнять его. Можно даже сделать вид, что вы не понимаете, чего он хочет. Такое поведение обострит потребность в речевом общении. Но затем желание ребенка обязательно надо выполнить, иначе он может замкнуться, тем более если такое невнимание взрослого повторится не один раз.

Кроме того, помните, что все занятия с ребенком, где действует кисть его руки и пальцы (рисование, игры с кубиками, с различными мелкими игрушками и т. п.),

способствуют, как доказали ученые, развитию речевых центров мозга. Эффективны также специальные упражнения и массаж кисти и пальцев руки.

Для развития речи очень важно проводить специальные игры и упражнения. Рекомендуем ряд игр, в которые может поиграть с ребенком в семье любой взрослый.

«Показ игрушек» (животные, куклы, машинки и др.). Цель: вызвать у ребенка потребность в обращении («Дай Катю», «Дай собачку (ав-ав)», «Дай машину (ду-ду)»), а также развивать его активный словарь.

Количество предметов увеличивается постепенно (от одного до 4—5, в зависимости от возраста ребенка). Игрушки расставляют в разных местах комнаты, но так, чтобы ребенок мог их достать и принести вам. В зависимости от уровня развития речи вашего малыша задание может быть разное: просто найти игрушку по вашему предложению; принести и обязательно назвать («Что это? Что ты принес?»); сказать, какая игрушка (большая, маленькая, красивая); попросить отнести на место, спросить, что он отнес. Или еще вариант: вы берете все игрушки и предлагаете ребенку попросить себе любую из них, побуждаете к обращению («Скажи: «Дай Лялю», «Дай зайку»), отдаете игрушку и говорите: «Возьми Лялю», «Возьми зайку». Следите, чтобы малыш произносил не только упрощенное слово-название, но и полное, особенно после полутора лет. Игру можно проводить в разных вариантах (прятать игрушки, показывать, снова прятать и все время стимулировать речь ребенка вопросами: «Кто это?», «Кто убежал?», «Куда спрятался зайка? Давай поищем вместе»).

«Волшебный мешочек». В этой игре при той же цели больше внимания уделяется звукоподражанию. Для этого в мешочек (яркую, красивую сумочку, пакетик) кладете игрушки — животных (кошку «мяу-мяу», собаку «ав-ав», гуся «га-га», уточку «кря-кря» и др.). Можно заинтриговать ребенка — спрятать мешочек, внезапно найти, «с трудом» открывать: «Что же здесь в мешочке? Что принесла тетя (дядя или мишка)?» Можно придумать многое, что заинтересует ребенка. Вы лучше знаете своего малыша. Постарайтесь как можно больше активизировать его речь: «Скажи, как кричит киска (лает собачка). Повтори, давай вместе скажем» (несколько раз повторить). Но и здесь должна быть мера — если ребенок не хочет, не принуждайте, повторите игру в следующий раз, когда он будет больше к этому расположен.

Варианты игры могут быть разные. Один из них: убираете всех животных в мешочек и предлагаете малышу попросить любую игрушку: «Скажи: «Дай Петю — ку-ка-реку», «Дай утю — кря-кря» и т. д. По такому же типу проводится игра «Кто в домике живет?», когда игрушки не в мешочке, а в домике (можно домик построить из кубиков, стульев). Вы имитируете голосом звуки животных и спрашиваете; «Кто так кричит? Возьми кису, покажи, как она мяукает» и т. д. Во все игры вам, конечно, придется активно включаться, стараться вызвать речевые реакции ребенка, чаще вместе с ним произносить слова и повторять их не один раз.

Игры с куклой. Их может быть несколько: «Укладывание куклы спать», «Кормление куклы», (*Пойдем с куклой Катей гулять*). Их цель: научить простейшим действиям с куклой — заворачивать ее, баюкать, кормить, одевать, произносить слова: «Ляля», «спи», «бай-бай», «на», «каша», «здравствуй», «кушай», «пойдем гулять» и др. Конечно, в один день проводится одна какая-то игра. Например, ваши

действия и слова в игре «Укладывание куклы спать». Вы садитесь с ребенком за стол, ставите кукольную кровать с постельными принадлежностями, показываете и называете каждый предмет: «Смотри, Сашенька, это кровать, вот подушка, одеяло, простынка, а это стул». Показываете куклу: «Ляля хочет спать. Иди, Ляля, спать в кровать. Я сейчас раздену Лялю». Снимаете с куклы одежду, кладете ее на стульчик, укладываете куклу, покрываете одеялом, баюкаете, приговариваете вместе с ребенком: «Баю-бай, спи. Ляля, спи». Предложите поместить рядом еще какие-нибудь игрушки (куколку или зайчика) к обязательно побаяйте их: «Скажи: «Баю-бай, Ляля, спи, спи». Эта игра не только вызывает речевую активность ребенка, но и упражняет его в умении самому последовательно раздеваться, укла-

В игре «Кормление куклы» ваши действия и слова будут примерно такими: ставите на стол кукольную мебель, сажаете за стол куклу. Свои действия сопровождаете словами: «Я поставлю стол и стул, посажу Лялю и дам Лоле кашу. Вот тарелка, вот ложка. На, Ляля, кушай, Ляля, кашу,— поднесите ложку ко рту куклы несколько раз.— На, Ляля, кушай. Ляля, кашу. Ах, какая вкусная каша! Ляля съела кашу. Вытри ротик, Ляля. Возьми салфетку». Предлагаете ребенку покормить куклу: «На ложку. Скажи: «На, Ляля, кушай (ам-ам) кашу». Такие же игры можно провести с петушком, собачкой, мышкой и другими игрушками.

Рассматривание картинок. Цель этого занятия в привлечении внимания ребенка к изображению, в том, чтобы вызвать слуховое сосредоточение на словах взрослого и связать изображение со словом. Картинки могут быть разные. Сначала надо использовать изображение одного и обязательно хорошо знакомого по виду и слову объекта (кошка, собака, птичка и др.). Картинки должны быть яркие, четкие. Игра проводится так. Вы показываете картинку, спрашиваете, что нарисовано на ней, называете объект вместе с ребенком, просите повторить название (два-три раза). Потом прячете картинку по очереди, спрашиваете: «Кто убежал, кого нет?» Находите картинку, просите назвать, кто это, как он (она) кричит и т. д. Постепенно, особенно после 1 года 6 месяцев, можно предлагать для рассматривания по две картинки а уже к 2 годам — несколько.

В таких упражнениях вы учите ребенка искать и находить название изображения, узнавать его, показывать картинку в ответ на вопрос «где то-то?», отвечать действием на слово «дай», подражать звукам животных.

После полутора лет можно показывать картинки с изображением действий. И цель здесь будет другая: понимать наряду со словами-обозначениями предметов слова-обозначения действия (спит, ест) и качеств (большой, маленький, сердитый), побуждать говорить предложениями из двух-трех слов, переходить от обреченных слов к полным.

Конечно, такие занятия с ребенком проводятся регулярно, и взрослые должны быть терпеливы, эмоциональны. Помните, любая ваша отрицательная реакция (в голосе, жесте) сразу же скажется на его настроении, а значит, и результаты будут соответствующие.

Очень хорошо, если вы в общении с ребенком будете использовать образцы русского народного слова: песенки, потешки, стихи. Это замечательное средство развития речи детей, о чем неоднократно писал великий русский педагог К. Д. Ушинский.

Все ваши усилия обязательно увенчаются успехом: к двум годам малыш будет

общаться с вами с помощью слова, пусть еще и плохо произносимого. На всех взрослых в семье теперь ложится большая ответственность: не допускать в общении с малышом вольностей, которые нередко встречаются в разговоре взрослых между собой. Ведь ребенок копирует речь взрослых, и часто вы можете услышать от него ваши излюбленные обороты речи и выражения, повторяемые с теми же интонациями. Бывает, это умиляет родителей. К сожалению, такое умиление может позднее для ребенка обернуться неприятностями. Не забывайте об этом!

11. Меня понимают все

(Развитие речи детей на третьем году жизни)

Условно этот период можно назвать «Меня понимают все». Что это значит? *Функции речи расширяются, и она становится не только средством общения ребенка со взрослыми, но и средством его общения с детьми.*

Чем это определяется? Каковы особенности развития речи в данном возрасте?

Резко увеличивается способность подражать, воспроизводить слышимое. Потребности и желания ребенка (получить игрушку, поделиться своими радостями и многое другое) оформляются словами. Совершенствуются все стороны речи (очень быстро пополняется словарь, качественно улучшается умение строить предложение и т. д.).

Речь становится средством познания окружающего, продолжает обогащаться ее смысловое содержание. Ребенок уже хорошо понимает все, о чем говорит с ним взрослый, что касается его непосредственного окружения, связано с его переживаниями. С ним можно говорить также о его прошлых впечатлениях и о том, что он будет делать, куда пойдет и т. д., то есть *начинает формироваться планирующая функция речи*. Ребенок может заранее сказать, что он будет рисовать или строить, и по-своему рассказать об этом. Планирующая функция речи прежде всего появляется именно в практической деятельности (рисовании, конструировании), и она очень важна для общего умственного развития.

На третьем году малыш может не только слушать, но и понимать литературные произведения, рассказы взрослого, что, безусловно, обогащает его знания и речевой опыт.

Как можно чаще читайте детям сказки, потешки, стихи. Вот где представлено богатство русской речи! Им доступны и интересны такие русские сказки, как «Колобок», «Три медведя», «Машенька и медведь», «Волк и семеро козлят» и др. Обратите внимание ребенка на меткое народное слово в этих произведениях. Имейте в виду, что мультики не дадут того, что дает книга. Все, что ваш малыш воспринимает, он по своей инициативе начинает отражать в речи. *Возникает описательная речь, речь-монолог*. Появление ее связано с расширением круга представлений, с ростом самостоятельности ребенка.

Вместе с развитием речи успешно развиваются все психические процессы (мышление, память, внимание, воображение).

Ребенок начинает устанавливать причинную зависимость отдельных часто повторяющихся явлений, делает примитивные сравнения, умозаключения, конечно, пока лишь наглядно-действенного характера (о том, что видит, с чем действует).

Так, в 2 года 5 месяцев на замечание взрослого: «Ешь скорее, а то остынет» — он возражает: «Творог не остывает», а на вопрос: «Почему?» — отвечает: «Потому что он не горячий». Вышли гулять, бабушка говорит: «Плохая погода», малыш тут же отвечает: «Солнышко спряталось, холодно будет». Ребенку 2 лет 11 месяцев читают стихотворение С. Маршака «Багаж», он спрашивает: «Почему потерялась собачка?» — «Убежала». — «Надо было крепче держать в руках», — делает он вполне осознанный вывод.

Происходит дальнейшее развитие процесса обобщения, на основе которого формируются понятия. Причем основой обобщения являются качества, свойства и функции предметов, животных и людей (на вопрос: «Кто летает?» — ребенок 2 лет 9 месяцев отвечает: «Птичка летает, муха летает, самолет летает, а еще пчелка летает»; «Кто работает?» — «Мама работает, папа работает, все работают»).

В этот период, во второй половине третьего года жизни, дети начинают задавать огромное количество вопросов, что также свидетельствует о развитии речи и мышления. Каждый ребенок неповторим, у каждого свои вопросы: «Откуда лед?», «Зачем ветер?»,

«Почему тучки рассердились?», «Яблоки на дереве растут?» «Рысь кусается?» и т. д. и т. п. В вопросах отражается жажда знаний, стремление к ним. Все, что в какой-либо степени вызывает недоумение или удивление, все незнакомое, непонятное, неизвестное порождает вопросы. Родителям следует с уважением относиться к детским вопросам и давать на них краткие, ясные, понятные ответы. Первые вопросы ребенка очень просты, они в основном о предметах и лицах, которые непосредственно его окружают. Малышу хочется получить фактическую информацию: «Это что такое?», «Что ты делаешь?», «Куда делись туфельки?», «Кто пришел?», «Куда ушла тетя?» и т. п. Родители не должны ограничиваться только ответами на вопросы, очень важно при случае самим задавать вопросы, простые по форме и содержанию: «Какая шапочка у Кати?», «Что Катя ест?», «Какая собачка у дяди?», «Какие цветочки растут на лужайке?» и др.

Побуждая малыша отвечать на наши вопросы, мы упражняем и совершенствуем его способность быстро и правильно применять уже приобретенный запас слов, обогащаем его новыми словами.

Поддерживая диалог с ребенком, мы открываем ему возможность общения со взрослыми, которое является для него не только средством приобретения знаний, но и источником радости. На это указывают многие психологи и педагоги. Но простую истину, что *общение взрослого с ребенком является или, во всяком случае, должно быть уже с ранних лет и на протяжении всего детства не только источником знаний, но и большой радостью*, не все родители, к сожалению, в достаточной мере понимают. Многие из них, главным образом папы, обращаются к своим детям только для того, чтобы похвалить их, наговорить им нежностей или, наоборот, чтобы сделать выговор, наказать. Спора нет, дети нуждаются и в нежном слове, и порой в выражении недовольства их поведением, но в еще большей степени они нуждаются в непринужденной беседе с родителями. Трудно даже оценить, какое огромное значение имеет непринужденный, ласковый разговор родителей с ребенком обо всем, что его интересует, для развития его ума, речи, его чувств, его нравственности — всей его личности. Но о чем, спросят родители, можно говорить с двух-трехлетним малышом? Как придумать тему для беседы? Да ничего

придумывать не надо. Ребенок еще так мало знает, что все для него ново и полно интереса. Много теперь привлекает его внимание, и так хочется узнать обо всем, что он видит и слышит, что удовлетворить его любопытство очень легко.

Можно и нужно рассказать ему о нем самом и близких людях (как зовут, чем занимаются, конечно, в самой доступной форме); о том, что он видел на улице или в детском садике; рассказать о курочке, коровушке, о зайчике, живущем в лесу, о белочке с длинным пушистым хвостом, о медведе, спящем всю зиму, и еще о многом другом. Говорить с ребенком надо простым и понятным для него языком, используя простые слова, короткие фразы, и не утомлять частыми и длинными разговорами и рассказами.

Все, что говорится маленькому ребенку, должно быть понятно ему. Но отсюда вовсе не следует, что все слова, с которыми родители обращаются к малышу, должны быть хорошо ему известны. Идти таким путем — значит не обогащать его речь и ум. Наоборот, советуем время от времени в круг старых, уже усвоенных слов вводить два-три новых, в круг рассказов о знакомом понемногу вкрапливать что-нибудь занимательное о том, что он видел на картинке или что дошло до него понаслышке. Само собой разумеется: все новое, что мы сообщаем ребенку, — будь то новое слово или новое знание о природе, — должно соответствовать уровню его развития и понимания, идти навстречу его интересам, накладываться на то, что ему уже известно. Как этого добиться? Путь простой, но не очень легкий. Новое надо уметь объяснить с помощью знакомых слов, понятных выражений, изображений на картинке. Одним словом, в новом малыш должен увидеть уже знакомое ему, тогда и это новое предстанет перед ним с большей наглядностью.

Мы упомянули о картинке. Уже со второго года жизни малыша картинки начинают играть большую роль в его развитии, в обогащении его речи, в расширении кругозора. «Детская природа, — писал великий русский педагог К. Д. Ушинский, — требует наглядности. Учите ребенка каким-нибудь пяти неизвестным словам, и он будет долго и напрасно мучиться над ними, но свяжите с картинками двадцать таких слов — и ребенок усвоит их на лету... Показывание картинок и рассказы по ним — лучшее средство для сближения с детьми. Ничем вы не можете так быстро разрушить стену, отделяющую взрослого от детей, как показывая и объясняя картинки». Лучше и точнее не скажешь.

Хорошо бы иметь дома наборы простых, но ярких картинок с четким изображением (человек, животное, дерево, дом и т. д.). Одну и ту же картинку можно показывать ребенку много раз, и, если она интересна для него, он будет каждый раз находить в ней что-то новое, привлекательное и постепенно сам с удовольствием станет рассматривать новые картинки. *Не надо только заставлять ребенка рассказывать, что на ней нарисовано.* Захочет он рассказать — прекрасно, если нет — родители могут сами сочинить какой-нибудь незамысловатый рассказ, краткий и ясный. Неважно, что ребенок потом будет повторять слова вашего рассказа, а может, и весь рассказ. Надо только постараться, чтобы этот рассказ был простым и в то же время выразительным, достойным подражания, которое является неизбежной ступенькой на пути к самостоятельному словесному творчеству. Хочется дать один совет: сейчас продают много ярких, красочных детских книжек. Если вы их можете купить, прекрасно. Но не соблазняйте только красочностью того или иного издания, полистайте, посмотрите его содержание, полезно ли оно для

развития вашего малыша, доступно ли будет ему.

На третьем году жизни дети очень любят слушать и быстро запоминают стишки, песенки, потешки, прибаутки. Это также существенный показатель развития их мышления, памяти и, конечно же, речи, причем речи образной, эмоциональной. К сожалению, в последнее время из нашей речи уходят эти прекрасные образцы народного творчества, известные еще нашим бабушкам и прабабушкам. И все-таки не забывайте о них, хотя бы читайте, дайте ребенку возможность насладиться яркой россыпью русского слова.

В этом возрасте формируется описательная развернутая речь детей — речь-монолог. Появление ее связано с расширением круга общения, представлений ребенка, с ростом его самостоятельности. И здесь роль взрослых особенно велика! Родителям следует знакомить малыша с примерами такой речи, ее эталонами, чаще рассказывать сказки, читать стихи, небольшие рассказы вместе с ребенком. Считаем необходимым предупредить взрослых вот о чем. Бывает, что малыш быстро запомнил стихотворение, сказку и так забавно, по-детски их рассказывает маме и папе, бабушке и дедушке. Но вот пришли в гости знакомые, и родителям очень хочется показать достижения своего любимца. Они просят его рассказать одно, другое стихотворение. А ребенок не хочет, стесняется или рассказывает, но так невыразительно... Не надо принуждать его. И даже если ваш ребенок свободно держится, сам готов рассказывать еще и еще, не выставляйте его напоказ, во всяком случае часто. Пусть он с малых лет понимает, когда и как можно похвастаться своими достижениями, не становясь назойливым.

И еще одно важное достижение в развитии речи детей данного возраста — это словотворчество.

Классические примеры детского словотворчества приводит К. И. Чуковский: стрекоза — «стрекозел», морщинки на лбу — «сердитки», «баюльная песня» (от слова «баюкать»), «намакаронился», «глазки выньми», «журчей»... Купаясь в ванне и заставляя свою куклу нырять, девочка приговаривает: «Вот притонула, а вот вытонула». Замечательный мастер слова пишет, что только глухонемой не заметит изысканной пластики и тонкого смысла этих двух слов. Притонуть — не то что утонуть, это утонуть на время, чтобы в конце концов вынырнуть. К. И. Чуковский объясняет такое детское творчество копированием речи взрослого. Но ребенок обращается со словами по-своему. «Сам того не подозревая, он (ребенок) направляет все свои усилия к тому, чтобы путем аналогии усвоить созданное многими поколениями взрослых языковое богатство. Но применяет он эти аналогии с таким мастерством, с такой чуткостью к смыслу и значению тех элементов, из которых слагается слово, что нельзя не восхищаться замечательной СИЛОЙ его сообразительности, внимания и памяти, проявляющейся в этой трудной повседневной работе».

Такое неосознанное словесное творчество Корней Иванович Чуковский назвал одним из самых изумительных феноменов детства. Прочитайте его книгу «От двух до пяти», в ней очень много полезных советов родителям.

Очень большое значение для развития речи детей имеет практическая деятельность. Вы, наверное, замечали, что в этом возрасте ребенок много играет, рисует, конструирует из кубиков, трудится. Двухлетний малыш все больше играет самостоятельно, а чуть позже берет на себя роль мамы, папы, шофера и др. При этом

много говорит со своими игрушками, сам с собой. Это следует всячески поощрять. Очень полезно, если и вы сами будете играть с детьми. Во время ваших совместных разговоров ребенок услышит много слов, легко запомнит их и, уверенны, повторит затем в самостоятельной игре. В каждой *совместной с ребенком деятельности старайтесь предусмотреть ситуации, которые незаметно для малыша вовлекают его в речевое общение*. Ребенок ищет сотрудничества со взрослым. Помогите ему.

Вы видите, что ваш малыш начал строить что-то из кубиков: «Что ты хочешь построить, Сашенька? Домик для петушка (или гараж для машины)? Давай вместе построим домик. Принеси мне кубики, пожалуйста. Что ты принес? (Кубики.) Какого цвета кубики? (Красные.) Какой домик будет у петушка? (Красный.) А где петушок? Позови петушка, скажи: «Петя, Петя, петушок, иди сюда». Какой петушок? Красивый петушок. Теперь будем строить домик (стройте и говорите)». Малыш, конечно, будет помогать вам. Спрашивайте его, что он делает, какой кирпичик берет, куда поставит. В конце «строительства» вместе с ребенком полюбуйтесь: «Какой хороший красный домик для петушка мы построили! Теперь он будет жить в домике, ему не будет холодно...» Можно строить домики для разных животных, гараж для машинок, и во время вашей совместной работы ребенок услышит и запомнит немало слов: *высокий, низкий, длинный, короткий, широкий, узкий, названия цветов* (красный, синий, зеленый, желтый). Словарь малыша пополняется за счет существительных, глаголов (строить, построить, принести, поставить, подвинуть), прилагательных, наречий (близко, далеко, высоко), предлогов (в, на, под, за) и т. д. Ваша задача состоит в том, чтобы ребенок услышал, выделил слово, повторил его, и не раз. Советуем давать детям различные поручения: «Пойди поищи в ящике еще один красный кубик», «Пойди попроси тряпочку у бабушки, надо протереть игрушки» и т. д.

Организуя какую-либо деятельность ребенка, родителям следует помогать ему вступать в речевой контакт со сверстниками: «Помоги найти Саше совочек», «Попроси у Тани мячик (совочек), поиграйте вместе»... Можно использовать такие приемы, как: «Давай попросим (скажем) вместе», «Я начну, а ты продолжишь». Этим самым вы активизируете словарь ребенка, помогаете ему овладевать словами просьбы, благодарности, строить фразовую речь.

Итак, на третьем году жизни значительно совершенствуется активная речь ребенка. Обобщим основные направления ее совершенствования.

Очень быстро растет словарь (до 1200—1500 слов). В речи детей появляются глаголы, причем они могут употребляться в прошедшем и будущем времени. Это уже результат становления практической деятельности самого ребенка (игра, рисование, труд), в которой он больше всего сопровождает свои действия слова. Кроме глаголов и существительных, в речи детей широко представлены местоимения (личные и притяжательные: я, мы, мой твоя и т. д.). Дети начинают пользоваться предлогами, в их речи увеличивается количество прилагательных и наречий. Это позволяет им оформлять свои мысли, выражать их предложениями.

Начинает оформляться грамматический строй детской речи, хотя она и состоит преимущественно из простых повествовательных предложений. Дети уже нередко пользуются восклицаниями, вопросами, выражая свою мысль не только интонацией, но и словами. Все чаще они обращаются к взрослым с вопросами. Появляются сложные предложения с предлогами и союзами, но с чисто детской

конструкцией («Что ли пойдем гулять?»).

Развивается эмоциональная выразительность речи, умение слушать и рассказывать небольшие стихотворения, потешки, сказочки, рассматривать картинки в книге, говорить о них.

Формируется умение вежливо здороваться, прощаться, благодарить, обращаться с просьбой.

Все это, безусловно, влияет на развитие личности ребенка. Он начинает гордиться своими успехами, становится более самостоятельным.

Совершенствуется звуковая сторона речи малыша. У него развивается способность к различению звуков языка (фонематический слух), формируется правильное произношение многих звуков речи, за исключением ер», «л», свистящих и шипящих. Но необходимо знать, что правильное произношение звуков на третьем году жизни еще не закреплено, не автоматизировано. Пытаясь воспроизвести правильно новый звук, дети могут исказить уже освоенные: «Неня» (Лена), «ибка» (рыбка), «Дед Амос» (Мороз), «сандат» (солдат), «хавья» (халва)... Нет необходимости приводить еще примеры: они имеются в достаточном количестве в опыте каждой семьи. Недостатки произношения могут наблюдаться до 3—4 лет. Они не должны особенно беспокоить родителей¹ и не требуют постоянных поправок и тем более специальных занятий с ребенком, так как являются результатом не отсталости в развитии, а слабости речедвигательного аппарата, его недостаточной тренированности.

Для того чтобы помочь ребенку преодолеть трудности произношения, взрослые, обращаясь к нему, должны говорить спокойно, внятно, отчетливо, не проглатывая отдельных звуков и окончаний, избегая длинных слов. Желательно, чтобы вы следили за своей речью не только при обращении к ребенку, но и в разговорах друг с другом. В присутствии детей уделяйте внимание внешней форме речи: не кричите, не говорите много, щадите нервы и слух малыша!

Быстрое развитие речи присуще всем здоровым детям. Это нормальное явление, если родители с первых месяцев жизни ребенка занимаются с ним, общаются. *Родителей должно насторожить, если малыш в этом возрасте почти не говорит или говорит мало, употребляет лишь простые, односложные фразы.* Это уже определенное отставание в развитии речи, необходимо выяснить его причины. Специалисты выделяют три основные: заболевание ушей и носоглотки, а также другие тяжелые заболевания; органические поражения центральной нервной системы, которые часто сопровождаются общей умственной отсталостью; недостатки воспитания, когда ребенок растет «запущенным», ему не уделяют должного внимания, не занимаются с ним.

В первых двух случаях необходимо как можно раньше обратиться к врачу, чтобы своевременно начать соответствующее лечение. Нельзя забывать, что, чем дольше длится отставание речи, тем труднее наверстать упущенное и тем пагубнее последствия.

Итак, к трем годам ребенок легко и свободно говорит, если все условия первых лет его жизни благоприятствуют этому.

Напомним эти условия:

¹ Специалисты советуют обращаться к логопедам - только в том случае, если нарушения в речи сохраняются после 5 лет.

1. Общение взрослого с ребенком во всех сферах и видах деятельности и как следствие — доверие малыша к взрослому и готовность с ним говорить.
2. Удовлетворение потребности ребенка в общении со сверстниками и детьми разного возраста.
3. Высокая культура речи взрослых: родителей, близких людей и др.
4. Содействие развитию слуха и речевого аппарата как основы развития речи ребенка.
5. Обеспечение взаимосвязи сенсорного, умственного и речевого развития.
6. Проведение специальных игр и упражнений по развитию речи.
7. Предоставление детям в достаточном количестве образовательного материала: игрушек, книг, картинок и др.

12. Взял я в руки карандашик...

(Изобразительная деятельность ребенка на втором году жизни)

Вспомните знакомые вам с детства полотна И. И. Левитана, И. И. Шишкина, И. Н. Крамского, М. С. Сарьяна: пейзажные картины родной природы, красота самых обыденных вещей, зримо представленная в натюрмортах, характеры и судьбы известных и неизвестных людей, раскрытые в портретах.

Память каждого из нас хранит ту или иную картину, близкую нашему мироощущению, настроению, интересам, пристрастиям. Не раз нам случалось восхищаться способностью художника не только заметить в окружающем мире то сокровенное, что волнует каждого из нас, но и ярко, проникновенно, убедительно рассказать об этом, используя выразительные краски, линии, композиции.

Ваш ребенок может оказаться будущим Левитаном. Истоки таланта до сих пор не ясны. Возможно, Божьим даром творчества, даром удивлять, волновать окружающих своим искусством наделен и ваш малыш?..

Конечно, великим и даже средним художником будет не каждый. Но значит ли это, что изобразительная деятельность ребенка — занятие бесполезное?

В этом параграфе мы расскажем, почему вашему малышу нужно заниматься изобразительной деятельностью, как она возникает и развивается, какое значение имеет для ребенка, что надо делать для своевременного ее формирования.

Что может дать изобразительная деятельность для развития ребенка?

Изобразительная деятельность крайне важна не столько для овладения умением рисовать, сколько для развития общих способностей, которые проявятся в будущем в любых видах деятельности. Не упустите ранний, а затем дошкольный возрасты, наиболее благоприятные для их развития. Позднее восполнить пробел в полной мере будет невозможно. В этой деятельности идет интенсивное развитие эстетического мировосприятия, способности к творчеству, развитие интеллекта, нравственности. Дети, занимающиеся художественной деятельностью, способны эмоционально откликаться на окружающий человека мир, чувствовать красоту и безобразие в природе, в человеческих отношениях, в мире вещей, способны осознавать и выражать свои чувства. Ребенок более внимательно присматривается к окружающему. Он учится замечать и удивляться своеобразию, уникальности предметов и явлений. Как богаты, разнообразны, неповторимы краски неба в летний

солнечный или в пасмурный и хмурый день, на восходе и закате солнца, как причудливы формы деревьев! У детей развивается способность почувствовать выразительность старой согнувшейся сосны, тонкой стройной юной березки-белоножки и могучего старого крепкого дуба; красоту и приволье широких просторов полей и особое богатство звучания тишины леса.

У малыша познание, начинающееся с удивления, продолжается затем в изучении, разглядывании, практическом действии, экспериментировании с предметом, явлением.

Возникает желание поделиться узанным с близкими людьми через рисунок. Этим ребенок «подключает» близкого человека к сопереживанию. А если малыш умеет рассказать об увиденном и поразившем его явлении языком красок, линий и чувствует ответную эмоциональную реакцию близких людей, его зрителей,— он счастлив. Ощущение того, что тебя понимают и принимают, сопереживают твоему чувству, поддерживает у ребенка стремление больше видеть, узнавать, искать еще более понятный и выразительный язык линий, красок, форм. Так стимулируется творчества

При этом открываются большие возможности для совместного со взрослыми чувствования, переживания красоты и безобразия, успехов и неудач. Как это объединяет ребенка со взрослыми! Не оттого ли, что слишком мало в детстве бывает сорадования, соогорчения, сопереживания, возникают впоследствии проблемы отцов и детей, неоправданного отдаления, непонимания, а то и неприятия друг друга, казалось бы, у самых близких людей?

В процессе изобразительной деятельности развивается способность всматриваться, вслушиваться, анализировать предметы, явления, видеть в них общее и различное, быть внимательным, усидчивым, тренировать руку и глаз, упражняться в координации зрительных, двигательных анализаторов и т. п. Как это все пригодится вашему ребенку и в школьном обучении!

Изобразительная деятельность в том проявлении и значении, о котором мы только что говорили, формируется постепенно. Но ее истоки — в раннем детстве. Если вовремя создать условия для ее появления и развития, вовремя заметить и поддержать, она станет ярким средством самовыражения и развития вашего ребенка. Но для этого мамам и папам, всем, кто общается с малышом, надо знать, как возникает и развивается детская деятельность. С усложнением ее растет, развивается, изменяется и сам ребенок. Надо помочь ему в этом, но не спешить, не форсировать развитие.

Для этого важно знать, *почему* малыш рисует, как он это делает и *что у него получается*.

Как же появляется изобразительная деятельность и при каких условиях?

Ваш малыш подрос. Ему идет *второй год*. Мир широк, богат, разнообразен. Как много в нем интересного, непонятного, привлекательного, зовущего, запретного... Как хочется все узнать, потрогать. Вот на папином столе что-то белое, шуршащее. Листочек упал со стола и «приземлился» рядом с малышом. «Что же можно сделать с этим «дивом»? Пока не видит мама — попробуем на вкус... жуется, но не вкусно! Не вкусно, даже если набить полный рот. А вот и мама помогает вытащить изо рта эту «бяку». Что же с ней можно еще сделать?.. Попробуем помять... мнется и шуршит, рвется и опять шуршит, но по-другому. Это я заставляю

ее шуметь. Она слушается меня... захочу, опять буду шуметь. Это моя «шумелка»... Как интересно! Что же с ней еще можно делать? Попробую...»

Знакомая картина, не правда ли? Так же ребенок экспериментирует с карандашом, фломастером, глиной и т. д. Он делает свои открытия.

Можно ли назвать это изобразительной деятельностью? Нет, конечно. Это один из видов познавательной деятельности. Малыш задает себе вопрос: «Что же это такое? Что с этим можно сделать?» — и познает мир предметов чувственным путем, исследуя их. Это истоки любой деятельности, в том числе и изобразительной. Поэтому надо позаботиться о том, чтобы в поле зрения малыша оказались изобразительные материалы. Чем ярче и привлекательнее они будут, тем лучше.

Это могут быть цветные карандаши, фломастеры, бумага. Ребенок быстрее их заметит, если они будут лежать отдельно от других предметов.

Желательно, чтобы материал был достаточно прочным, так как малыш из потребности к исследованию всего и вся часто использует его не по назначению. Например, лучше дать фломастер с толстым стержнем, а вместо хрупких карандашей — цветные шариковые ручки. Не следует одновременно давать слишком много материала. Это рассеивает внимание ребенка, лучше, если он сосредоточится на одном-двух фломастерах. Итак, *материал должен быть ярким, прочным, обеспечивать свободу и разнообразие действий, находиться в доступном для ребенка месте.*

Дайте возможность малышу опробовать материал так, как он хочет, пойдите навстречу его желаниям (исключая действия, опасные для здоровья). Ребенок может катать, бросать карандаши, стучать ими, просовывать в какую-то щель, пробовать на вкус и т. п. Бумагу он будет рвать, мять... Если его интерес иссяк, можно подложить материал другого свойства, цвета, величины и т. п.

В чем ваша цель? Продлить, закрепить интерес малыша к материалу, поддерживать его разнообразные познавательные действия (здесь и закладываются истоки будущей любознательности, инициативы, более сложной познавательной деятельности). Этот период может быть очень коротким, а может быть и довольно длительным. Когда у детей несколько снизится интерес к материалу, надо создать условия для возникновения нового интереса, нового побудителя деятельности.

Лепите, рисуйте на глазах у ребенка и для него, чтобы он, общаясь с вами, видел предназначение этих предметов. Постепенно для него будет значимым, интересным не только сам материал, но и действия взрослых с этим материалом. Малыш начинает подражать маме, папе, сестре. Он говорит: «Я рисую», «Я письмо пишу».

Узнавайте, «прочитывайте» ваш рисунок вместе с ребенком. Для него образ, увиденный в рисунке (цыпленок, киска, машина), — это целое открытие. Он и не подозревал, что на бумаге может быстро появиться яблочко, домик и т. п.

Таким образом, от интереса к материалу в ребенке зарождается интерес к соответствующему действию с ним, а затем и к результату этого действия — образу предмета, воплощенному в крас-

Развитие действий с материалом и понимания его изобразительных возможностей может быть и стихийным. К примеру, манипулируя с фломастером, ребенок неожиданно черкнул по бумаге и увидел оставшийся яркий след. Это вызвало огромное удивление и радость. «Во какая!» — восклицает малыш. Не

понимая еще, что на бумаге можно изображать что-то, он радуется яркой линии и тому, что она возникла от его воздействия. Ребенок стремится повторить действие: «Еще такую сделаю».

Вместе с малышом удивитесь тому, что получилось, похвалите его, поддержите в стремлении «сделать еще такую».

С этого момента появился *новый мотив его действий: ребенка привлекает не только и не столько материал, сколько возможность получить результат* (след на бумаге). И теперь ему уже не все равно, отточен карандаш или нет.

Что же нужно делать взрослым в этот период?

Закрепляют интерес ребенка к действиям с материалом, к получению яркого следа на бумаге. Каким образом? Для этого необходимо предоставить ему фломастеры или цветные восковые мелки и бумагу большого формата. Можно использовать рулон дешевых обоев. Длинная и широкая полоса бумаги, расстеленная на полу, привлекает ребенка. Он спешит заполнить пространство листа точками, штрихами, линиями. При этом его действия часто проявляются в ритмических движениях. Ритм движений привлекает малыша, являясь дополнительным стимулом его действий с материалом.

Надо дать ему возможность «изжить» желание черкать по бумаге, заполнять пространство листа. Движения с карандашом еще хаотичны, неорганизованны, ребенок не может контролировать их и управлять ими. Он нередко рвет бумагу, так как не способен регулировать силу нажима на карандаш, черкая, выходит за пределы листа бумаги, не управляет размахом движений. Но действия эти самостоятельны и самооценны. Попробуйте вложить карандаш в руку ребенка правильно. Он пока захватывает его кулачком, ему так удобнее, так как правильное положение пальцев требует более тонкой координации движений, работы мелких мышц. Вашему малышу это пока трудно, поэтому не настаивайте на правильном удерживании карандаша.

Итак, вы ведете ребенка от манипулятивных действий с изобразительным материалом к использованию его по назначению.

Что же мы видим на листке бумаги? Каков результат таких действий?

На листе остаются штрихи, точки, «мотки», прямые и ломаные линии. Когда ребенок пытается замыкать линию, появляется нечто похожее на форму. Этот период в развитии изобразительной деятельности называется «периодом каракулей».

На таком уровне деятельностного развития поведение малыша можно наполнить иным смыслом, более близким к собственно изобразительной деятельности. *Надо показать, что в штрихах, точках, линиях, «каракулях» можно видеть какое-то содержание, образ.* Но сначала дайте возможность ребенку самому сделать «открытие», увидев в штрихах и линиях *то зайчика, то яблочко, то машину.* Возникает так называемый ассоциативный образ. Малыш радуется, увидев вдруг в «каракулях» знакомые предметы, радуется тому, что они могут появиться на бумаге, что источник их появления — он сам, что это результат его собственных действий.

Если ребенок не видит образ, помогите ему. Видение образа ступенька к следующему этапу развития изобразительной деятельности. Самое главное, что требуется от взрослых, — это проявить интерес к тому, что черкает ребенок на своем

листке. Надо вместе с ним «читать» его рисунок, показывая, что в штрихах, пятнах может быть образ какого-то предмета, явления. «Какая длинная дорожка получилась!» — удивленно восклицает мама. Малыш не рисовал дорожку, просто черкал по листу. Однако образ, увиденный мамой, удивляет и радует его.

Чтобы усилить интерес ребенка к образу, вызвать ассоциативную связь, то есть помочь увидеть в линии дорожку, поиграйте с ребенком, обыграйте рисунок. Поставьте на дорожку машину и покатайте ее, можно взять маленькую игрушку, например зайчика, и показать, как он скачет по дорожке. За неимением игрушки используйте предметы-заместители (кусочек бумаги, ткани, меха и др.), напоминающие воображаемый предмет. А иногда достаточно жеста, имитирующего движение того или иного персонажа. Такое обыгрывание рисунка развивает воображение малыша. А воображение — основа любого творчества, без воображения немислимо развитие творческих способностей. В процессе такой игры ребенок лучше понимает смысл изобразительной деятельности, что важно для последующего ее развития.

Вы догадались, от чего зависит появление у ребенка ассоциативного образа? Ну конечно, от его впечатлений, от опыта. Чем больше он видел, знает, чем ярче эти впечатления, тем больше возможностей для появления ассоциативного образа, богатого, разнообразного, интересного прочтения малышом своего рисунка, прочтения на уровне случайных ассоциаций. *Ознакомление с окружающим миром вещей, живой и неживой природы, людей — основа образного прочтения ребенком своих картин, основа работы воображения.*

Итак, малыш с интересом ищет образ, содержание в своих бесформенных линиях. Это становится главным двигателем, стимулом его самостоятельных действий с изобразительным материалом.

С того момента как ребенок понял, что на бумаге может появиться любой предмет, в общении с ним возможны вопросы типа: «Что ты нарисовал?» Когда ребенок отвечает на ваш вопрос, это свидетельствует о более высоком уровне воображения. Увидеть образ самому гораздо полезнее, чем по подсказке взрослого.

Не пытайтесь в это время найти объективное сходство «каракулей» с изображаемым предметом. Его чаще всего нет. Но как же малыш находит это сходство? Иногда по форме (прямая линия — значит, дорожка), по цвету (красное — значит, яблочко или флажок, в зависимости от опыта), по массе (большое пятно — значит, слон), по ритму движения (стучит карандашом по листку, и это ему напоминает, как идет дождик, как горох сыплется и т. п.). Иногда ощущение сходства вызывается траекторией движений.

Рука с карандашом бесцельно скользит по листу. Это вызывает в памяти след от самолета или движение машины (в зависимости от того, что произвело впечатление и что запомнилось). Малыш, как правило, не осознает, на основе каких признаков возникло «узнавание» образа.

В процессе и в результате совместного «чтения» этих «каракулей» и их обыгрывания ребенок не только увидит образ (например, дорожку), но, радуясь своим возможностям, захочет повторить изображение: «Еще дорожку нарисую». Наступает очень важный момент в развитии деятельности. С этого периода ребенок не только понимает ее изобразительный характер — *впервые появляется цель, поставленная им самим: «Яблочко! Яблочко! Еще нарисую яблочко».* Сказанное

вслух: «Еще нарисую...» — свидетельствует о появлении собственно изобразительной деятельности, первоначального замысла.

Итак, мы проследили, как зарождается и развивается детская изобразительная деятельность, какое значение она имеет, определили условия успешного развития малыша в этой деятельности. Помните, что все дети разные и условия их развития неодинаковы. Поэтому нет точных сроков развития их изобразительной деятельности. Все ее этапы один ребенок проходит медленно, поочередно; другой — быстро, как бы одномоментно. Вам важно видеть перспективу ее развития и создавать для этого соответствующие условия.

Вспомним еще раз основные ступени развития изобразительной деятельности и ваши педагогические действия:

1. Ярko выраженный интерес малыша к изобразительному материалу и познавательные действия с ним.

Предоставляйте ребенку материал, позволяйте разнообразно действовать с ним. Поддерживайте его интерес к экспериментированию с материалом!

2. Интерес ребенка к действиям взрослых с материалом. Подражание взрослым, основанное на потребности в общении с ними, на интересе к действиям с материалом.

Рисуйте на глазах малыша и для него. Показывайте, как можно пользоваться материалом. «Читайте» свои рисунки вместе с ним.

3. Интерес малыша к следу, оставленному им на бумаге, и появление ассоциативного образа.

Знакомьте ребенка с окружающими предметами, явлениями. Рассматривайте предметные и малосюжетные картинки. «Читайте» и обыгрывайте детские рисунки-«каракули». Удивляйтесь и радуйтесь им.

4. Появление первых замыслов, принятие малышом самостоятельного решения что-то нарисовать.

Поддерживайте кроху в этом стремлении, хотя детский рисунок и представляет собой «каракули». Постарайтесь увидеть в этих «каракулях» образы, задуманные ребенком, радуйтесь вместе с ним, хвалите его, играйте с рисунком.

13. Как живу я и расту в стране Акварелии

(Изобразительная деятельность детей от двух до трех лет)

К концу второго года ваш ребенок поднялся на ступеньку выше в изобразительной деятельности. Он уже не просто называет, что случайно получилось в его «каракулях», он сам определяет содержание будущего рисунка: «Нарисую машину», то есть ребенок сам ставит цель, изобразительную задачу, впервые зарождается замысел.

Новый этап в деятельности, рисование по замыслу, появляется примерно к двум годам: у некоторых детей чуть раньше, у других — чуть позже. Это зависит от многих условий.

И сейчас малышу интересен материал и действия с ним; к рисованию его побуждает и подражание старшим, и потребность пообщаться с ними, и получить их одобрение. Но самый главный побудительный мотив — это сделанное ребенком

«открытие»: в рисунке, на бумаге можно изображать все что угодно. Поэтому постепенно главным движущим мотивом рисования становится стремление малыша изобразить интересные для него предметы, явления, впечатления от них. В этом проявляется потребность еще раз пережить то, что взволновало, заинтересовало.

Следует всячески поддерживать эту зарождающуюся тенденцию в действиях малыша. Каким образом? *Продолжайте выказывать заинтересованное отношение к результатам изображения, обыгрывайте их, поощряйте. В то же время обогащайте впечатления ребенка от окружающего мира. Чем ярче и эмоциональнее эти впечатления, тем больше оснований для появления у него новых замыслов.*

Малыш склонен повторять полученное изображение. Однако если вы внимательно понаблюдаете за ребенком, за его стараниями, то увидите, что он, как правило, не может повторить его.

В чем дело, почему он не может повторить только что выполненный рисунок? Причина заключается в том, что сходство «каракули» с предметом, явлением получилось случайно и малыш не осознает причину этого сходства: почему он увидел «солнышко», «яблочко» или «дорожку»? Если он даже и понял причину, то не владеет способом изображения, поэтому повторить его сложно. Как себя ведет ребенок в этом случае? Он может и не замечать, что изображение не получается, и с удовольствием продолжать черкать по бумаге, находя сходство с этим же или другими предметами. При этом один и тот же штрих, линия нередко приобретают разное смысловое значение в его толковании.

Что в этом случае следует делать взрослым?

Радоваться и удивляться вместе с ребенком сделанным им «открытиям», обыгрывая его рисунок, поощряя к повторению изображений, созданию новых. Не смущайтесь сменой названий одних и тех же «каракулей», это полезно. Ребенок утверждает в том, что на бумаге можно изобразить все, что ему угодно. Он испытывает радость от понимания, что на листочке может возникнуть целый мир, который его окружает, и этот мир появляется благодаря ему. Он воспроизводит его сам. Чем богаче и разнообразнее этот мир, отраженный в детском рисунке, тем лучше. Это развивает воображение, закрепляет у ребенка интерес к деятельности.

От чего зависит богатство содержания рисунков? От опыта малыша.

Чем больше он видит, знает, тем больше возможность увидеть образы этих предметов, явлений в рисунках, тем больше замыслов возникает у него. Мы уже говорили о том, что надо поддерживать маленького художника в его смелости и уверенности, понимать и принимать его замыслы, радоваться результатам и обыгрывать эти первые художественные образы. Позднее наступит время, когда ваш малыш заметит, что яблоко на рисунке мамы, а тем более на картинке в книжке — более красивое, более похожее на настоящее, чем у него. Еще позднее он, тяжело вздохнув, скажет: «Я не умею» — и откажется рисовать. А значит, он откажется узнавать, понимать окружающий мир глазами и разумом художника и многое может потерять в своем развитии.

Поэтому, когда вашему ребенку исполнилось 2,5 года, программа приобщения его к изобразительному искусству может быть более сложной.

Перед вами стоят следующие задачи:

1. Продолжайте обогащать малыша яркими впечатлениями при

ознакомлении его с миром вещей, природными явлениями, людьми и их действиями.

Только в том случае, если восприятие предметов, людей, животных было эмоциональным, они становятся интересны детям, запоминаются, а значит, ребенок захочет заново пережить эти яркие впечатления в изобразительной деятельности, играх.

Маленький художник всегда рисует только то, что его волнует, интересует, что оставило в памяти яркий след. Чем больше малыш видел, чем более эмоционально он это воспринимал, тем более разнообразной будет тематика его рисунков.

Итак, если жизнь вашего ребенка интересна, насыщена яркими впечатлениями, у него возникает желание рассказать об этом в рисунке, лепке, и темы изображения в таком случае разнообразны.

2. Воспитывайте у малыша интерес к предметам изобразительного искусства (первые из них — иллюстрации в книжках, скульптура малых форм — статуэтки, художественно выполненная игрушка).

Развивайте у него способность замечать, понимать изображение знакомых предметов, явлений; умение эмоционально откликаться не только на содержание образа (малыш радуется: «узнал» птичку, мишку и др.), но и на художественную форму: яркий цвет, блестящую, гладкую поверхность глины, камня и т. п. (надо, чтобы он любовался, гладил ладошкой, выражал отношение в улыбке, слове).

Приобщая кроху к восприятию доступного изобразительно искусства, вы помогаете ему не только лучше понимать и чувствовать мир, но тем самым лучше понять и смысл его собственной изобразительной деятельности. Он осознает, что окружающий его мир существует еще и в образах. Это одновременно сложная и важная задача умственного развития детей. Ведь малыш далеко не сразу понимает, что предметный мир может существовать в изображении. Повторное открытие знакомых и интересных ему вещей в художественных образах радует ребенка. Показывайте ему образы (в рисунке и скульптуре), яркие по цвету, динамичные, изображенные достаточно крупно. Если это рисунок, то он не должен теряться среди других изображений (композиция простая, изображение предметное или малосюжетное).

3. Воспитывайте у ребенка интерес к собственной изобразительной деятельности: желание рассказать в рисунке о том, что его волнует, радует; стремление поделиться своими впечатлениями, чувствами с близкими людьми.

Помните, что детский рисунок — это не только отражение того, что удивило, обрадовало ребенка, но и призыв к общению с ним. Поддерживайте и развивайте это стремление.

4. Помогайте малышу осваивать доступные для него способы изображения в рисовании и лепке; знакомьте со свойствами материалов (краски, глина, карандаши) и элементарными приемами их использования.

Это важная задача, и решать ее надо сейчас. Пока ваш малыш раскован и смел, он рисует все, что хочет и как хочет. Он не боится рисовать машину, море, вас. «Море нарисую, еще море. Ух! А это акула-каракула подскочила... Видишь, какая?! (обращаясь к маме). Сейчас съест!»

Итак, чтобы малыш впоследствии не потерял интерес к рисунку, уже сейчас, в игре, незаметно, не скучно, а весело, легко познакомьте его с простейшими и доступными ему способами изображения, научите его, как пользоваться изобразительным материалом.

Какие способы изображения доступны малышу?

Педагогами установлено (Е. А. Флерица, Т. Г. Казакова, Т. С. Комарова), что в рисовании ребенку этого возраста доступно изображение отдельных предметов, явлений с помощью ритмичных мазков — цветовых пятен («листочки»), штрихов карандашом, фломастером («дождь»), линий прямых и замкнутых, горизонтальных и вертикальных («дорожки», «ленточки» и т. п.). Малыш может воспринимать, чувствовать и передавать яркие цвета окружающих предметов (цветочки, шарики). *Таким образом, линия, ритм штрихов и цветовых пятен — те изобразительно-выразительные средства, которые доступны вашему ребенку. Он их может легко освоить, если вы ему поможете.*

Одновременно малыша надо приучать к правильным приемам работы с карандашом, с кистью и красками (гуашь). Техника рисования карандашом (Т. С. Комарова) такова: надо научиться брать карандаш тремя пальцами, держать его большим и средним, придерживая сверху указательным, и правильно действовать с ним. Кисть не бросать, а ставить на подставку, держать в пальцах, а не в кулачке, выше железного наконечника; набирать краску только ворсом кисти, снимая о край баночки лишнюю; промывать кисть после рисования и осушать, легко прижимая к салфетке.

Малыши этого возраста любят лепить. Вместе с вами они лепят пирожки из теста, из снега — снежную бабу, из мокрого песка и глины строят дома, дороги, лепят зверюшек и т. п. Этот материал послушный, податливый, и потому малыш его любит (за редким исключением, когда-боится измазать руки). В комочке глины он быстрее видит образ: зайку, мишку, человечка, конфету. Лучше всего лепить из влажной, хорошо промешанной глины. Этот материал более пластичен, послушен и более гигиеничен, чем пластилин.

Каким изобразительным действиям можно учить малыша в лепке? Прежде всего отщипывать комочки глины разной величины, затем раскатывать их между ладошками и расплющивать.

Следует приучать малыша вместе с мамой, а потом и самостоятельно убирать материал со стола, мыть руки после лепки.

Как же можно решать все эти задачи?

Важно помнить, что изобразительная деятельность не является каким-то «довеском» к жизни вашей и вашего ребенка. Она должна органично войти в процесс общения с малышом, быть естественной и желанной.

Каждый день вы с ним гуляете; ребенок, особенно мальчик, внимательно наблюдает за машинами. А вот вы весело играете с ним мячом. У папы на столе зажглась и заспала светом настольная лампа, малыш сам включил ее. Вдруг рассыпались у мамы любимые им витамины. Как интересно было помогать маме искать их и собирать! А у бабушки в саду сливы поспели: одна, еще одна, много слив! Все это можно рисовать, лепить: «Мы гуляем по дорожке», «Мячик скачет», «Зажжем огоньки», «Вот рассыпался горох», «Какие сливы поспели в саду» и т. д. Основа для возникновения образов, желания изображать конкретные предметы и

явления — это яркие детские впечатления: от игрушек, от природы, живой и неживой (ветер, солнце, снегопад), от животных, птиц, людей, машин и т. п. Мир богат и разнообразен! Малыш рисует его по собственной инициативе. Не спешите предлагать ему свою тему. Сначала присмотритесь к тому, что ребенок рисует, и «подключитесь» к его рисунку. Вот у него на листке появилась птичка, а вы «послушайте», о чем она поет. Грустная у нее песенка. Рассказала птичка, что прилетела она зернышек поклевать, а зернышек нет. Предложите покормить птицу. Может быть, ваш малыш догадается, как их «насыпать» карандашом или фломастером. Если он не сообразит, покажите, как можно ритмично нанести зернышки-точки на лист бумаги. Не забудьте при этом вложить карандаш в руку ребенка правильно, между тремя пальцами зательный — сверху. Вот и посыпались зернышки. Спросите м^а ша, где птичка, что делает, видит ли она корм и т. п. Побуждай^а его фантазировать, играть в рисунке, придумывать новое содержание и рисовать то, что придумал. Оказывается, прилетели ещё птички и все зернышки склевали (дайте еще бумаги, если лист уже весь зарисован). И опять посыплется зернышки, прилетят птицы — в рисунке будет все, что знает малыш о птицах, что его интересует, что он видел на прогулке.

Но вот пришел папа (сестренка, бабушка). Пригласите их посмотреть (предложите малышу показать), какое чудо произошло: прилетели птицы... Вместе с бабушкой спели песенку про птичек, полетали по комнате, поклевали зернышки, попищали, как птички, и улетели в гнездо. Можно примоститься у окошка и понаблюдать еще раз за жизнью птиц.

Вы рисовали, играли, пели, двигались, наблюдали вместе с малышом — и все это была изобразительная деятельность, живая, интересная, игровая, неназойливая.

Итак, знакомьте детей с миром, смотрите, что малыш изображает, играйте с ним при рисовании, побуждайте игровыми вопросами, советами развертывать содержание, сюжет рисунка (не спешите придумывать за него), покажите ему доступные способы изображения (если он не находит их сам). В игровой форме стимулируйте их повторение. Следите при этом, чтобы материалом ребенок пользовался разумно. Контроль и упражнение помогают вырабатывать правильный навык, освоение элементарной техники рисования может быть веселым, радостным.

Однако овладение карандашом, кистью происходит медленно. Малыш пытается взять карандаш кулачком, сильно нажимает, набирает на кисточку слишком много краски, рисуя, выходит за пределы контура и т. п. Не отчаивайтесь, не огорчайтесь и не огорчайте «художника» недовольными замечаниями, оценками. Возьмите карандаш, кисть и правильно вложите в руку малыша, не выпуская ее, нарисуйте вместе, чтобы он почувствовал движение, его силу, направление, ритм.

В процессе рисования поправляйте ребенка по мере надобности. Покажите еще раз, как карандаш (кисть) лежит на среднем пальчике, как большой палец сбоку держит карандаш и не дает ему падать, а указательный «забрался» наверх и помогает большому пальчику.

Ребенок легче, быстрее овладевает карандашом, фломастером, а потом уже кистью, так как кисть мягкая и ребенок слабее чувствует и осваивает рисовальные движения.

Важно, чтобы у малыша с самого начала формировались правильные

технические навыки. Поэтому необходимы ваше внимание к его действиям, терпеливый и настойчивый показ, повторение способов действия, упражнения и контроль за действиями. Поощрение очень важно и в этот период развития малыша.

Чем чаще вы будете давать ему изобразительный материал, присутствовать и общаться с ним при этом, тем быстрее малыш освоит его, тем смелее, увереннее, свободнее и разнообразнее будут его действия.

Одни и те же изобразительные действия усваиваются на разном материале. Поэтому тематика детских рисунков, подсказанная вами, но охотно принимаемая детьми, выбирается с учетом двух моментов:

- впечатлений ребенка (что он знает, что его интересует, что вы с ним недавно видели, делали и т. п.);
- способов изображения, с которыми можно познакомить малыша. Подумайте, можно ли эти впечатления (темы) передать ритмичными штрихами, мазками, линиями разной направленности.

При соблюдении этих условий выбор тем неограничен.

Так, чтобы научиться нанесению ритмичных штрихов, пятен, можно рисовать с детьми, как идет дождь (повторяя при этом звуки: «кап-кап-кап»); снег, как *рассыпался* горох, как *сыплется* песочек и т. п. Есть такие явления, которые лучше рисовать красками (так будет выразительнее): снежинки, звездочки на небе, огоньки на елке и в окнах, листочки на дереве, одуванчики, ромашки на лугу, вишни на тарелке; как жуки летают, как падает град на землю; мы сажаем с бабушкой бобы на грядку, расцвели в саду розы и т. п.

Тематика для изображения явлений (предметов) линией может быть самой разнообразной: дорожки, ручейки, палочки, ленты, карандаши, ниточки к шарикам, веревочки к машине, пояс к платью и т. п. Вы легко придумаете, что рисовать, если внимательно оглядитесь вокруг, посмотрите, чем занят ребенок, какие у него игрушки, что он замечает в окружающей обстановке, что вы делаете при

Тематика рисунков может быть существенно расширена при совместном с ребенком рисовании, «сотворчестве» (Т. Г. Казакова). Например, вы рисуете машину, а малыш — дорожку, по которой она едет. Вы рисуете дерево, а малыш — яблочки на нем; вы — домик, а малыш — окна, огоньки, которые в них зажглись; вы — елочку (силуэт), а малыш — игрушки на ней и т. п. Ваши рисунки должны быть очень простыми, иначе ребенок, понимая несовершенство собственных «каракулей», может отказаться рисовать.

Тематика лепки так же проста, понятна, доступна и основана на опыте ребенка: конфеты, орехи, колбаски, картошка, вишня, зайчики (мама скрепила два шарика и сделала ушки). Совместная со взрослыми лепка особенно увлекает детей. Тут же можно обыграть самодельные лепные игрушки, развернуть своеобразный настольный театр. Песенки и танцы взрослого и малыша с новыми игрушками будут интересны и полезны. Лепка вместе с детьми и для детей (из глины, песка) различных фигурок с последующим их обыгрыванием ускоряет появление ассоциативных образов.

Какой изобразительный материал можно предложить малышам?

Ребенку нужно много бумаги. Он быстро заполняет пространство листа. Поэтому рекомендуем иметь запас бумаги. Она может быть самой дешевой. Хорошо

иметь недорогие обои. Большой лист расстелите на столе, прикрепите на свободной стене, а можно и на полу. Малыш с удовольствием двигается, черкает по бумаге. Большое количество бумаги при некотором контроле предупредит рисование ребенка на мебели и стенах.

С детьми этого возраста можно заниматься совместным рисованием не только на бумаге, но и на песке — палочкой, на линолеуме — мелом.

Чем еще можно рисовать малышу? Цветные карандаши красивы, но если вы не рисовали с малышом, когда ему шел второй год, то он не умеет нажимать на карандаш. Поэтому карандаш ломается и рвет бумагу или линия (из-за слабого нажима) очень тонкая, незаметная, и это огорчает ребенка. Предложите ему сначала цветные фломастеры с толстым стержнем, они достаточно прочные и дают яркую линию. Следует рисовать одним фломастером, а затем двумя-тремя, чтобы привлечь внимание ребенка к цвету; затем можно предложить и карандаши.

Возможно использование цветных восковых мелков. Изготовленные на восковой основе, они не крошатся, не пачкают руки, оставляют на бумаге яркий след. В этом возрасте можно и нужно предложить детям краски (гуашь). Краски — яркие, сочные по цвету, легко наносятся, и потому этот материал удивляет и радует малышей.

У детей довольно рано возникает эстетическое отношение к цвету, что проявляется в тяге ко всему яркому и красочному. В изобразительной деятельности это выражено в их увлечении разноцветными карандашами, фломастерами, красками. Ребенок «пробует» цвет, особенно в первые дни знакомства с материалом. Некоторые цвета так привлекают его, что он пробует их в прямом смысле — язычком. Некоторые — становятся для него любимыми. У таких маленьких детей цвет длительное время самоценен, то есть не используется для обозначения признака изображаемого предмета, а радует сам по себе. Поэтому цыплята могут быть голубыми, а кошка — зеленой. Соглашайтесь с малышом. Для него сейчас важен сам цвет.

Однако, если вы вместо красочного материала «отделаетесь» от ребенка ручкой с синим или черным стержнем, если вы сами не будете обращать внимания на цвет окружающих ребенка предметов, малыш может надолго задержаться на уровне «сине-черного» восприятия мира, равнодушия к цвету. То есть он не почувствует, не переживет одну из радостей этого мира — красоту цвета, не обретет способность видеть мир в красках и рассказывать о своем мировосприятии.

Итак, ребенку третьего года жизни материал интересен. Помните об этом. Пробуя материал, он нередко пытается залезть в краски пальчиком и, более того, нарисовать пальцем на листе. Позвольте ему сделать это. Малыш лучше чувствует предмет, исследуя его руками, лучше чувствует движение и свободнее, чем с инструментом (кистью), действует.

В настоящее время в детском саду практикуется способ рисования пальчиками, ладошками. На листе бумаги легко создаются изображения падающих листьев, «следы» зверей. Изобразительно-игровым способом ребенок не просто показывает, как шагает маленькая кошка (пальчиком), как топает большой медведь (ладошкой), но и воображает себя этой кошкой и медведем. Образы воображения возникают легко, и это полезно. Но не задерживайте ребенка долго на таком способе рисования. Во-первых, далеко не все, а лишь отдельные предметы и явления можно

изображать таким образом. Да к тому же краски расходуется больше, чем при рисовании кистью или тампоном, и малыша приводить в порядок приходится чаще. Но главное в том, что кисть более универсальна и несет в себе большие изобразительные возможности, иначе человечество давно отказалось бы от этого инструмента и рисовало руками.

Какую кисточку приобрести для ребенка? Большую, с натуральным ворсом (№ 10, 12). Эта кисть пластична, послушна, позволяет выполнять различные изображения. Если такой кисточки у вас нет, можно дать клеевую кисть, но она жесткая, и не всякое изображение может быть выполнено ею выразительно (ленточки будут явно неровными, как бы плохо выглаженными, мячик — похожим больше на ежа). Лучше сделать тампон из поролона, прикрепить его к палочке — и самодельная кисть готова. Но рисовать ею также можно не все. Такой «кистью» удобно наносить пятна — «следы», «облака» «листопад» и др.

Итак, задачи взрослых: обеспечить детей материалом; рассматривать с ними иллюстрации в книгах, предметные картинки; непосредственно через наблюдение знакомить с окружающими предметами и явлениями; рисовать на глазах у детей простейшие изображения; интересоваться их действиями с материалом; «читать» и обыгрывать первые рисунки; почаще хвалить малыша, радоваться и удивляться тому, что у него получилось, внушать и поддерживать веру ребенка в свои силы; учить простейшим способам изображения, способам действия с материалом.

Каких же успехов можно ждать от вашего малыша к трем годам?

- 1. Ребенок проявляет интерес к изобразительной деятельности, стремится заниматься ею по собственной инициативе, рассказывать вам о своих интересах в рисунке.*
- 2. Видит образ в своих рисунках и лепке; рассказывает, что рисует и лепит, обыгрывает рисунки; радуется тому, что у него получается; делится с вами своей радостью.*
- 3. Знает, где лежит материал.*
- 4. Умеет пользоваться изобразительным материалом: держать карандаш, кисть и действовать ими (набирать краску, промывать кисть, обсушивать).*
- 5. Достаточно смело и уверенно выполняет изобразительные действия: рисует линии (прямые, замкнутые), штрихи, пятна; охотно и смело лепит: отрывает кусочки, скатывает.*
- 6. Начинает выполнять изображение, узнаваемое другим*

Но эти успехи будут достигнуты только в том случае, если вы создали все условия для возникновения и развития изобразительной деятельности ребенка.

Бывает так, что при всех ваших стараниях успехи малыша не столь очевидны. Не печальтесь — все дети разные, темпы их развития тоже. Ваш малыш достигнет необходимого уровня несколько позднее. Продолжайте заниматься с ним рисованием и больше разговаривайте по поводу его рисунка. Поддержите его стремление рисовать, отнеситесь к нему бережно, — малыш фактически рассказывает вам о себе, о том, что его волнует, радуется, огорчает. Сохраните это желание общаться с вами через рисунок. Это начало более длительного, регулярного, содержательного общения и взаимопонимания. Как важно, чтобы ребенок не захлопнул перед вами свою душу, обиженный невниманием или

неосторожной оценкой. Помните: он ждет поддержки и поощрения. Насмешки, даже самые безобидные, недопустимы. Всякая насмешка навсегда лишает взрослого духовной близости со своим ребенком, а следовательно, лишает возможности направлять его развитие.

14. Покажите мне спектакль

(Домашний театр)

Любому непосвященному ясно, что театрализованная деятельность — это что-то связанное со словом «театр». *Когда же начинается домашний театр? Уже тогда, когда вы во время бодрствования малыша обыгрываете, обговариваете любое свое и его действие.* Здесь вы можете использовать весь свой опыт, фантазию, приемы народной педагогики, знание художественной литературы и артистические способности. Тогда даже скучная, но необходимая процедура умывания превратится в игру, дающую массу информации. Можно ласково приговаривать народную потешку:

Водичка, водичка!
Умой моё личико...

Или вспомните К. И. Чуковского:

Надо, надо умываться	Стыд и срам...
По утрам и вечерам.	Рано, рано на рассвете
А нечистым трубочистам —	Умываются котята...

Это вполне заменит скучную лекцию о пользе водных процедур.

В спектакль нелишне превратить даже смену пеленок, рассказав малышу, как пеленка в клеточку и пеленка в цветочек лежат в аккуратной стопке и ждут, когда смогут обнять и погладить его. А пеленка в горошек даже попросила погреть ее, потому что больше всех любит малыша и боится, чтобы он не простудился в прохладной комнате, когда его будут пеленать.

Ни для кого не секрет, что многие дети плохо едят. Домашний театр поможет и в этом случае. Придумайте пьеску о том, как готовилась к встрече с Машенькой или Ваней обычная ложка. Как она долго мылась горячей водой с мылом, сушилась, смотрелась в зеркало. Как в ее зеркальной поверхности отражается солнечный лучик, поэтому каша теперь должна стать намного вкуснее.

Выберите для ребенка тарелку с рисунком на дне, и ему придется каждый раз доедать все до конца, чтобы посмотреть, не улетела ли сорока со дна, не сердится ли косопалый мишка, улыбается ли сегодня солнышко.

Действующими лицами в таких спектаклях может стать и кроватка, и люстра, и горшок с цветком, и ножка малыша с крохотными пальчиками-братцами, и овощи, которые вы режете, и кастрюля, и чайник, и погремушка... Нужно «оживить» предметы, заговорить от их имени, чтобы обнаружить истинные, характерные для них свойства и раскрыть их ребенку. Хотя малыш еще не умеет говорить, но он умеет слушать звучание слов, а затем воспринимать их смысл. И если вы смогли сконцентрировать его внимание на действии с предметом, сопровождаемом словами, то вы помогли своему малышу сделать огромный шаг на пути его развития. А если эти слова являются художественным текстом, то вы еще и при-

общили ребенка к частице человеческой культуры.

Огромное наслаждение доставляет крохе театральное содействие вместе со взрослыми, применяемое в народной педагогике. Каждый из вас с детства помнит многократно исполняемую «Сороку», которая кашку варила и деток кормила. Взрослый произносит слова, водит пальчик малыша по ладошке, загибает пальчики, а в финале сам малыш уже изображает, как детки полетели и на головку сели. Ребенок очень горд и доволен тем, что вместе со взрослым уже что-то умеет делать. Он сам побуждает вас к общению, к содействию с ним, хватая вас за палец в надежде еще и еще раз повторить историю про сороку. Кроха хлопает в ладоши и поднимает их вверх, предлагая сыграть «Ладушки», заставляя вас проговаривать соответствующие слова.

Мудры и наблюдательны были наши прапрабабушки и няни, сказывавшие сказки, певшие песни и показывавшие их без картинок, но с помощью действия взрослого совместно с ребенком. Учтем это, когда будем рассказывать первые сказки! Давайте включим малыша в содействие с их героями. Для этого побудим его изображать руками, голосом, как бабка звала внучку, как говорил зайчик с колобком и т. п. Ребенок с удовольствием играет роль деда и бабы, которые плачут, когда разбилось яичко курочки Рябы, и радуются, когда им достается другое яичко, не золотое, а простое. В воображаемых обстоятельствах малыш переживает настоящие чувства, узнает о добре и зле, о справедливости и долге.

Идет время. Ваш ребенок растет. У него появляются все новы и новые игрушки. Он уже может сам сопровождать ваш текст движениями предметов и игрушек, понемногу вступая в диалог, а затем и возлагая на себя ту или иную роль. Дадим ему в руки эти предметы и игрушки. Вот тут и начинается настоящий театр. Спектакль с использованием игрушек помогает вашему малышу полнее воспринять содержание художественного произведения, создает яркие образы, обогащает впечатления, развивает внимание, мышление, память, речь... Участие в спектакле дает возможность установить связи между чувственными и словесными впечатлениями, зависимость между способами действия с игрушками и характером персонажа. Хороши для начала цикл стихов А. Барто «Игрушки», стихотворение З. Александровой «Мой мишка» и другие, подобные им. Вы можете использовать обычные игрушки — животных, куклы, машины и пр.

Простая кукла может стать Машенькой из сказки и заблудиться в густом лесу — среди цветов на подоконнике или пластмассовых новогодних елочек, залезть на шкаф, приговаривая: «Высоко сижу, далеко гляжу». А можно вместе с ребенком смастерить персонажей для театра, необходимые декорации из любого подручного материала.

Театр может быть плоскостным, если вы вырежете персонажей из картона и разрисуете их, а с обратной стороны приклеите кусочки фланели. Такие фигурки будут отлично держаться на фанерке, обтянутой фланелью. Хороши для плоскостного театра сказки «Репка», «Курочка Ряба», «Колобок», «Три медведя». Не так-то просто подобрать готовые игрушки для показа этих сказок. Если вырезанные фигурки подставить под луч фильмоскопа, направленный на белую поверхность, то театр будет уже тeneвым. А если сделать для них подставки и разыгрывать действие на столе, то театр будет настольным.

Театр может быть пальчиковым, если на каждый палец надеть чехольчик-

куклу из обрезанных перчаток, дополненных глазками-бусинками, гребешками из лоскутиков, усиками из лески или косичками из ниток. Кукол можно сделать из бумажных пакетов, рукавиц, пустых пузырьков из-под шампуня, лоскутков ткани, из воздушного шарика и др.

Может быть театр с куклами бибабо, которые надевают на всю руку. Средний палец руки «отвечает» за «оживление» головы, а большой и мизинец — рук или лап персонажа. Спектакли с такими куклами лучше показывать из-за ширмы, которую легко соорудить, накинув покрывало на две-три спинки рядом стоящих стульев или в дверном проеме.

Когда ребенок освоит вождение игрушек под ваш или, допустим, свой текст, попробуйте осуществить еще один вид театрального представления — драматизацию литературных произведений или собственные инсценировки. Предложив ребенку элементы костюма, маску или шапочку, изображающую голову персонажа

сказки, а также песенки или стихотворения, разыграйте небольшой спектакль. Ребенок, надев шапочку с ушками, может стать зайчиком, который будет прыгать по полянке, хрустеть морковкой, прятаться от лисички. Он может неуклюже ходить, как медведь, может катать колобок и печь его, как бабушка, может беспокоиться за внучку, семерых козлят...

Если с помощью театрализованной деятельности ваш ребенок научился внимательно слушать, понимать, запоминать, действовать с предметами-игрушками, узнал их свойства, характер, заговорил, освоил мимику и пантомимику, научился сочувствовать, любить и не любить, отличать хорошее от плохого, взял на себя и сумел сыграть роль, заменяя слова автора своими, подходящими по смыслу,— значит, вы отличный режиссер и актер в спектакле под названием «Воспитание». Примите цветы и гром аплодисментов в вашу честь.

15. А я музыку люблю, я танцую и пою

Вашему малышу пошел второй год. Музыка постепенно вошла в его жизнь, сделала ее более насыщенной и яркой. Пройдена первая ступенька в музыкальном развитии, очень желательно, чтобы вы придавали ей особое значение. Каковы задачи музыкального развития ребенка от одного года до полутора лет?

Продолжаем последовательно развивать у малыша интерес к музыке; формировать музыкальное восприятие: побуждать его к эмоциональному отклику на музыку при слушании песни или инструментальной музыки, обращать его внимание на различие звуков по высоте (птичка летает; контрастно — медведь идет); побуждать малыша к элементарному музыкальному воспроизведению: к подпеванию отдельных слогов, слов, выполнению простых движений под текст песни в незатейливых танцах, играх (в паре с мамой и самостоятельно), активному участию в играх под музыку; развивать активность, самостоятельность ребенка в музыкальном восприятии и воспроизведении.

Напоминаем, что сначала малыш лишь слушает (воспринимает) музыку, и на этой основе в дальнейшем будет пытаться петь, танцевать.

Родителям можно посоветовать как можно чаще слушать с ребенком музыку. Включайте ту музыку, от которой вы сами получаете эстетическое наслаждение.

Пусть и ребенок слушает эти произведения. Эстетический вкус его в большой степени зависит от вашего вкуса. Осознавая это, постарайтесь, чтобы ваш малыш слушал произведения истинного искусства.

Слушание надо подкреплять словом «музыка». Услышав его, ребенок будет усаживаться на ковре, на стульчике в ожидании музыки. Вы включаете магнитофон, и он слушает секунд 20—30. Потом, как и раньше, вы накрываете источник музыки, например платком, и говорите: «Где музыка? Нет музыки!» Малыш с явным удовольствием принимает игру и, радуясь, что ситуация ясна, бежит и сдергивает платок. Потом возвращается на свое место и ждет, что вы снова включите музыку. После такой подвижной «паузы» он слушает музыку с новым интересом.

Какую музыку малыш слушает и на что необходимо обращать внимание? Начинайте с приобщения его к слушанию веселой мелодии, сыгранной на металлофоне (возможна и грамзапись). Потом дайте послушать контрастную музыку: плясовую и колыбельную. Можно спеть при умывании малыша одну песенку («Водичка», русская народная мелодия), при одевании — другую, на прогулке — третью. Утром, когда малыш встает, ему понравится, если вы споете песенку «Машенька» (муз. А. Филиппенко), естественно, называя имя своего крохи. Включая в жизнь ребенка различные песенки, вы поможете ему расти веселым и жизнерадостным. Ему можно дать куклу перед слушанием музыки и предложить не только послушать колыбельную, но и покачать куклу под музыку, если он предварительно видел, как вы под музыку укладывали куклу спать. В другой раз при слушании плясовой покажите, как кукла пляшет под веселую музыку, и делайте это не один и не два раза, а столько, сколько малыш будет с удовольствием слушать и смотреть. Когда ему станет все понятно, он сам в следующий раз начнет делать то же самое, что и вы, и непременно под ту же музыку.

Так у ребенка накапливается опыт первоначальных музыкальных впечатлений: предложите послушать, как танцует медведь (нижний регистр), как летает птичка (высокий регистр), как лает большая собака (низко), как лает маленькая собачка-щенок (высоко).

Кроха подражает вам во всем. Учтите это! Все ваши движения должны быть доступны ему, просты и красивы. Если у малыша что-то не получается — не беда! Главное сейчас — чтобы он делал это с удовольствием.

На втором году жизни дети проявляют большой интерес ко всему, что двигается и звучит, поэтому постарайтесь при пении более активно использовать игрушки, движения которых сопровождаются музыкой, песней, звукоподражанием. Все это не только побуждает ребенка к подражанию отдельным интонациям мелодий, простейшим словам, к звукоподражанию, но и обогащает новыми музыкальными впечатлениями, закрепляет уже имеющиеся. Так, например, ребенок по-прежнему с удовольствием слушает песню «Птичка», только объем повторяемых им слогов, звукоподражаний, движений постепенно увеличивается.

Не советуем использовать при слушании музыки показ совершенно новых игрушек. Малыш в таком случае перестает слушать музыку, а рассматривает игрушку. Поэтому желательно использовать знакомые игрушки.

В этом возрасте вы исполняете для своего малыша песни, доступные по содержанию, ярко контрастные по характеру.

Постепенно вы вводите в репертуар ребенка новые песенки: «Зайчик»

(русская народная мелодия), «Мишка идет в гости (муз. Н. Д. Бордюг) и др. Дети любят слушать песни. Лишь со временем ваш малыш начнет подпевать. Не расстраивайтесь, если это произойдет не сразу. Одно и то же произведение необходимо повторить много раз. Поэтому наберитесь терпения, и вы не будете разочарованы!

Легче малыш осваивает несложные движения под музыку. В этом возрасте у детей достаточно развита способность к подражанию движениям взрослого. Ребенок бывает рад, если повторяет под музыку вслед за мамой или папой новое движение. Чаще танцуйте под музыку сами или вместе с ним. Он уже может, поворачивая слегка тело, приседать, притопывать, выполнять несложные движения руками (хлопки, повороты кистей рук), танцевать с вами в паре. Первоначально инициатива на вашей стороне. Постоянно танцуя с ребенком, подождите, когда он сам начнет танцевать. Теперь вы уже выполняете движения как бы за ним и применяете показ лишь тогда, когда ваш малыш затрудняется в их выборе. Несложные пляски для детей этого возраста желательно выполнять под текст взрослого. Например:

А мы с Катей пляшем, пляшем, пляшем, (*берутся за руки*)

Ручками мы машем, машем, машем, (*машут руками*)

Ножками топаем, топаем, топаем, (*топают ногами*)

Ручками хлопаем, хлопаем, хлопаем, (*хлопают ладошками*)

Постепенно даем понять малышу, что пляску начинают под музыку и заканчивают с окончанием ее: разводим руками — «нет музыки». После небольшой паузы пляска вновь начинается. Радость должна постоянно сопутствовать вашему общению с ребенком.

Большое значение в воспитании придается совместным играм под мамино пение. Игровые действия все больше регулируются не только показом, но и словами, музыкой. По-прежнему нравятся малышу игры на коленях. Посадите его к себе лицом, держа за руки, напевая «По кочкам, по кочкам...» и подбрасывая на коленях. Затем ноги слегка раздвигают, и малыш как бы проваливается между коленей. Упасть ему вы не даете, крепко держите за руки. Есть и другие игры с подобным «содержанием».

Желательно повторять игры «Сорока-сорока», «Коза рогатая». Это жемчужины народной педагогики. Русский народ сохранил и подарил их нам. Пользуйтесь ими!

Начинаем играть в догонялки, приговаривая: «А я Ванечку люблю (медленно приближаетесь к ребенку), его быстро догоню» (топаете ногами, как бы догоняете). Ребенок убегает, а вы с возгласом «а-а-а» догоняете его. Поверьте, это станет одной из любимых игр вашего малыша.

Так, общаясь с крохой, вы эмоционально вводите его в мир музыки, приобщаете к слушанию ее, к азам пения, движению под музыку, не только используя свой показ, но и все чаще побуждая ребенка к действию словами.

По каким признакам можно судить о том, что музыкальное развитие вашего малыша идет успешно?

Ребенок с интересом слушает пение (мамы, папы, старшей сестры и др.) и музыку, исполняемую на фортепиано, аккордеоне в записи, различает музыкальные звуки по высоте.

С большим удовольствием и интересом включается в пение взрослого,

выполняет элементарные движения под музыку <по тексту песни) вслед за взрослым, пытается танцевать самостоятельно, осваивает хлопки, вращение кистями рук, топание ногами и т. п.

Активно включается в игры под пение, музыку.

И вот малышу уже полтора года. *Каковы же задачи музыкального развития ребенка от полутора до двух лет?*

1. Продолжайте формировать устойчивый интерес к музыке.
2. Содействуйте развитию основ музыкальности ребенка: старайтесь вызвать эмоциональный отклик на музыку; развивайте звуковысотное восприятие (умение различать звуки высокого и низкого регистров), тембровое восприятие (дифференциация тембра двух контрастных инструментов).
3. Поощряйте желание малыша участвовать в музыкальной исполнительской деятельности: побуждайте к подпеванию слогов, слов, к выполнению простых танцевальных игровых движений (в соответствии с текстом топать, прыгать, хлопать и т. п.) — по показу и самостоятельно, а также к игровым действиям.
4. Развивайте подражательность малыша, его активность в музыкальной деятельности.

Для решения этих задач используются не только уже ранее названные музыкальные пособия, но и настольный домашний театр, где разыгрываются «спектакли» по содержанию потешек, сказок, которые можно поставить под музыкальное сопровождение.

Каким образом следует решать задачи музыкального развития?

Прежде всего необходимо подумать о повседневном общении ребенка с музыкой. Ему небезразлично, какую музыку он слышит по радио, телевидению, в магнитофонной записи. Постарайтесь, чтобы это не были одни лишь современные шлягеры. Чего можно ожидать от вашего ребенка в подростковом возрасте, если с первых лет жизни он слушал только такую музыку! Едва ли он будет способен потом воспринимать более сложные музыкальные произведения, поздно будет приучать его и к классической музыке.

Поэтому постарайтесь с первых месяцев жизни ребенка уделять внимание и классической музыке. Не обязательно при этом заострять на ней особое внимание. Например, малыш играет с игрушками на ковре, а вы в это время включили музыку П. И. Чайковского. Пусть он впитывает ее даже неосознанно. А если вы любите слушать произведения Л. Бетховена или Ф. Шуберта, пусть и малыш слушает их почаще. Музыкальное восприятие в большой степени формируется под влиянием привычек родителей.

Перед слушанием музыки ребенок, как и ранее, усаживается на свое любимое место: это может быть диван, стульчик или даже коврик; важно, чтобы он приготовился слушать. Вы заинтересованно произносите: «Музыка!» И потом включаете проигрыватель. К концу второго года кроха может сосредоточенно слушать музыкальное произведение в течение 40—45 секунд. После этого можно сделать паузу и спросить: «Еще сыграть?»

По-прежнему предлагайте малышу несложные задания: самому определить характер музыки и передать его в движениях с куклой («Пусть твоя куколка послушает музыку и будет спать или танцевать под нее») и т. п. Давайте игровые

задания на различение высоты музыкальных звуков (высоко, низко), тембра (отгадать, что звучало — дудочка или металлофон), динамики (громко — тихо).

Помните, что восприятие музыки тесно связано с движениями под музыку. Бели у вашего ребенка развиты умение слушать музыку, подражательность, то он с удовольствием будет включаться в пляску с вами. К концу второго года он самостоятельно, в соответствии с характером музыки может переходить от одного плясового движения к другому.

Обычно дети исполняют пляску очень эмоционально. В этом возрасте они с большим удовольствием танцуют в паре со старшей сестренкой, с подружкой, которая пришла в гости. Танцуйте и вы!

Дети этого возраста любят играть в подвижные игры. Вы исполняете роль ведущего, например, в игре «Мишка идет в гости», а малыш по ходу игры убегает от медведя, которого вы ведете по полу. С удовольствием ребенок играет в народную игру «Жмурки»: под спокойную музыку надо прятаться за стульчик, а под веселую плясовую — весело плясать.

Наиболее яркая форма музыкальной активности в этом возрасте — подпевание. Если малыш может слушать довольно сложную музыку, если в движениях под музыку он тоже многого достиг, то подпевает чаще всего по-прежнему лишь отдельные слоги, слова. Поэтому для пения рекомендуем подбирать специальный репертуар с повторяющимися простыми по звуковому составу словами (например, «Машенька», «Паровоз», «Собачка», в которых целые части куплета поются на слоги: «гав-гав», «бай-бай»). Постарайтесь исполнять песню выразительно, эмоционально, протяжно пропевая каждый звук. Ребенок будет вам подражать. Если песня исполняется впервые, можно перед пением выразительно проговорить слова и затем исполнить ее. Самое главное для вас — заинтересовать малыша, вызвать у него желание петь. Постарайтесь сделать так, чтобы он хотел петь вместе с вами и делал это с удовольствием.

Чаще используйте пение в течение дня.

Чего может достигнуть ребенок к двум годам в музыкальном развитии?

Вот проявления его музыкального восприятия:

- заинтересованно слушает музыку и эмоционально реагирует на нее;
- внимательно слушает песню (в исполнении мамы и др.) со словами, а также мелодию этой песни, сыгранную на музыкальном инструменте, эмоционально откликается на нее;
- различает звуки низкого и высокого регистра («медведь ходит» — «птичка летает»), тембры колокольчика, дудочки.

Первые проявления элементарного исполнительства:

- по настроению и по своей инициативе может напевать незатейливые «собственные» мелодии, вместо текста поет гласные звуки и слоги;
- подпевает слоги и слова в знакомых песнях, в повторяющихся фразах;
- выполняет простые плясовые движения: хлопки, легкие приседания, топание, прыжки, кружение (под текст), начинает реагировать на начало и конец музыки, танца.

И вот вашему крохе пошел уже третий год. Задачи музыкального развития усложняются. На этом этапе родителям необходимо:

1. Позаботиться о создании у ребенка запаса любимых музыкальных

- произведений, выявить его музыкальные предпочтения.
2. Продумать условия для полноценного музыкального развития малыша.
 3. Приобщать ребенка к основным видам музыкальной деятельности: слушанию и восприятию музыки, исполнительству, подпеванию несложных песен, выполнению несложных танцевальных и игровых движений под музыку.
 4. Побуждать малыша к музыкальным творческим проявлениям, к активности в музыкально-игровой деятельности.

Ваши заботы не пропали даром. Многие двухлетки с удовольствием слушают музыку. Ребенок может сидеть тихо и слушать музыку, как взрослый. Но это не надолго. Вот он с удовольствием уже прыгает сам, как зайчик, о котором только что слушал песенку.

Таким образом, при слушании музыки малышу необходимо постоянно чередовать активную и спокойную деятельность, только так он может слушать одну и ту же музыку, песню несколько раз или прослушивать разные песенки.

Кроха растет и хочет больше знать о музыке, которая звучит для него. Поэтому обязательно перед прослушиванием песни или инструментального произведения поговорите с ним об их содержании. Используя мимику, интонации, сообщите малышу, что сейчас он будет слушать песню про птичку или про дождик. Постепенно ребенок начинает понимать, что музыка о чем-то, о ком-то рассказывает, и просит вас сыграть песню про зайчика или про медведя (если вы не играете сами, надо иметь соответствующие пластинки или магнитофонную запись). Ну а если у вас нет детских пластинок? Как быть в таком случае? Надо прослушать свою фонотеку, выбрать подходящие записи (особенно обратите внимание на мелодии народных песен в исполнении оркестра народных инструментов), а потом соотнести понравившуюся вам музыку с доступными для малыша образами — зайчика, медведя, птички и т. п. Затем эту музыку предложите ему послушать. Но, безусловно, это не лучший вариант! Лучше приобретать специальные детские альбомы и иметь записи классической музыки разного характера: спокойного, веселого, подвижного, бодрого. Как правило, малыш легче воспринимает песни или музыкальные пьесы, контрастные по характеру.

А может быть, вы сами играете на музыкальном инструменте? Считайте, что вашему ребенку повезло с родителями. Тогда можно придумывать небольшие рассказы и иллюстрировать их музыкой.

Например: «Сережа с мамой приехали в деревню к бабушке. Идут они по улице, вдруг видят — маленькая птичка летит (муз. «Птичка»). Птичка пропела песню и улетела. Идут они дальше и подходят к дому бабушки, а им навстречу собачка выскочила и залаяла. Сережа говорит: «Ты, собачка, не лай, я про тебя песенку спою» (поет песенку «Собачка»). Услышала бабушка лай собачки, вышла во двор встречать дорогих гостей, обрадовалась и запела веселую песенку («Кто у нас хороший» — русская народная мелодия) и т. п.»

В таком контексте малыш лучше воспринимает музыкальные образы и запоминает музыку. Естественно, всегда помните о выразительной эмоциональной речи, соответствующей мимике и, конечно, выразительном исполнении музыкальных произведений.

Если слушание музыки в течение года было регулярным, то ребенок сам

попросит вас сыграть или включить музыку и с интересом будет слушать ее. Он уже по вступлению сможет узнать знакомую песню или музыкальную пьесу. После слушания предложите малышу выбрать и показать картинку, содержание которой соответствует знакомой песенке.

Желательно, чтобы вы продолжали развивать у ребенка восприятие выразительных особенностей музыкальных звуков. Постепенно с вашей помощью малыш узнает и запомнит, что у кошки-мамы голос звучит низко, а у маленького котенка — высоко (аналогично у собаки и щенка). Первоначально звуки должны быть контрастными.

Точно так же постепенно он узнает, что по звукам, по ритму, который вы прохлопываете (простукиваете), можно узнать, кто идет в гости — медведь или зайчик и т. п.

Можно также познакомить ребенка с различной динамикой (силой) музыкальных звуков: колокольчик (или другой инструмент) может звучать тихо или громко. Постепенно малыш усваивает, что музыка также может звучать тихо или громко.

В этом возрасте малыш уже способен различать детские музыкальные инструменты по тембру: например, отличает колокольчик от дудочки.

Предлагая ребенку задания по различению основных свойств музыкальных звуков, вы можете использовать песню «Есть у нас чудесный дом» (муз. Н. Д. Бордюг) о доме, который вы сами сделали из картонной коробки. Перед игрой спрячьте в домик игрушки различной величины (большая птица — маленький птенчик, кошка — котенок и т. п.). Затем вы поете:

Есть у нас чудесный дом, дом, дом, дом, дом,
И живут игрушки в нем, в нем, в нем.
Миша (*имя вашего ребенка*) к дому
Подойдет, подойдет, подойдет.
Миша спросит: «Кто живет?
Кто в домике живет?»

После исполнения песни имитируете голосом, например, пение птицы-мамы («чирик-чирик»). И если ребенок узнает, кто его зовет, вы вынимаете из домика птицу и отдаете ее малышу. Впоследствии он сам будет искать в домике игрушки. В другой раз вы простукиваете ритм, соответствующий музыкальным образам других игрушек: например, медведя и зайчика. А малыш по этому простому ритмическому рисунку должен отгадать, кто в домике живет. В случае правильного ответа вы также из домика вынимаете соответствующую игрушку. Естественно, такое общение должно проходить очень эмоционально и весело.

Напомним, что первоначально вы делаете все сами, затем постепенно начинаете побуждать малыша к совместной деятельности, и лишь потом он сам станет включаться в исполнительство, петь низко или высоко, прохлопывать заданный ритм, играть громко или тихо на колокольчике и т. д.

Так ребенок все более активно включается в пение.

Если вы хотите с малышом выучить новую песню, помните, что сначала надо дать ребенку ее послушать (и не один раз). Исполняйте песню с предельно ясной артикуляцией, с четкой дикцией и в замедленном темпе, а затем постепенно и последовательно вовлекайте его в совместное пение. Попросите ребенка помочь

вам. После песенки ему непременно захочется выполнить какие-либо движения по ее тексту (это характерно для данного возраста). И хвалите кроху, если он это сделал.

Если малыш поет с удовольствием, но нечисто, наберитесь терпения. Главное для вас — чтобы он пел охотно.

В этом возрасте можно формировать первые творческие проявления у детей в музыкальной деятельности, в частности в певческой. Например, вы даете ребенку куклу и предлагаете прослушать лесенку про его любимую куклу Катю:

Катю очень я люблю,
Кате лесенку пою.

После этих слов звучит или колыбельная, или плясовая музыка, и под музыку ребенок самостоятельно выполняет соответствующие движения с куклой (пляшет с ней или укладывает ее спать).

Благодаря таким незатейливым развивающим заданиям-играм ребенок привыкает не только эмоционально реагировать на музыку, но и вслушиваться в ее характер и самостоятельно действовать. И, конечно, малышу будет легко играть с вами, если такое общение будет постоянным.

Не меньшей популярностью у ребенка пользуются пляски под музыку. Он с удовольствием исполняет «пляску» под песни, выполняя несложные движения: топает ножкой, хлопает, полуприседает — эти движения естественны для малыша.

Он любит танцевать в паре не только с мамой, но и с игрушкой.

Понравятся крохе танцы с атрибутами: цветочками, листочками, флажками, снежинками, платочками.

Поощряйте, если он что-либо в движении придумал самостоятельно.

Несомненно, ориентация на творческие проявления — основа музыкально-игровой деятельности ребенка.

Как и прежде, ваш малыш любит играть. Позаботьтесь, чтобы он помнил такие знакомые игры, как «Игра с мишкой». Теперь слова песни ребенок поет вместе с вами. Не забывайте, что дети в этом возрасте довольно консервативны, они предпочитают играть в уже известные им, хорошо усвоенные игры.

Естественно, разучивайте и новые игры. Наиболее популярными на третьем году становятся игры в догонялки: «Зайцы и медведь», «Курочка с цыплятами и кошка», — в которых первая часть — выполнение образных движений, а вторая — бег малыша от медведя, кошки.

По-прежнему нравится ребенку игра в прятки. Под веселую плясовую (грамзапись) вы с малышом танцуете, по окончании ее предлагаете ему спрятаться. Малыш может отвернуться к стульчику или закрыть лицо ручками. Затем вы начинаете его искать, приговаривая: «И здесь нет, и тут нет...» Наконец находите! Общая радость, ликование. Снова включаете грамзапись, игра продолжается.

В домашнем театре звучит все более разнообразная музыка, ребенок сам наряжается, используя для изображения персонажей игры элементы костюмов. Музыкальные инструменты пополняются музыкальными шарманками.

Помните, что музыкальность можно развить у каждого здорового ребенка. Многое зависит лично от вас.

Считайте, что ваши усилия не пропали зря, если вы увидите, что ваш малыш:

- может подолгу и заинтересованно слушать пластинку с записью детских

песенок, несложных музыкальных пьес, с радостью узнает знакомую мелодию;

- *различает музыкальные звуки по высоте, длительности, тембру и силе звучания;*
- *любит петь знакомые песни, поет эмоционально. В зависимости от речевого развития может спеть всю песню (или один куплет) или подпевать отдельные фразы. Поет самостоятельно в повторяющейся игровой ситуации. Чаще всего ребенок возраста не пропевает верно мелодию, однако не останавливайте его, главное — поддерживать желание петь;*
- *с удовольствием танцует, играет под музыку. Танцует в паре и один. Выполняет под музыку несложные движения, меняет их в соответствии с изменением характера музыки или под текст. Охотно играет в игры под музыку.*

16. Как прекрасен этот мир!¹

(Начало экологического воспитания)

Взрослый должен помочь малышу открыть для себя окружающий мир природы, полюбить его как общий дом, равно необходимый всем, кто в нем живет. Именно это должно найти отклик в душе каждого ребенка. Решить эту задачу можно, если с раннего возраста активно приобщать его к миру природы, помогая получать яркие, эмоциональные, живые впечатления и достоверные представления о нем. Малыш с раннего детства исследует окружающий мир, тянется к красивому, яркому. Все это он может увидеть в природе, и все это для него впервые, все удивляет и радует. Новизна и яркость ранних впечатлений остается на всю жизнь. Никогда в последующей жизни у человека не будет такой свежести восприятия и остроты чувств, как в раннем и дошкольном возрасте. И как это ни печально, но человек нередко теряет гармоническую связь с природой еще в детстве, в самую нежную и чувствительную пору жизни. Как это происходит? Вот малыш взял в руки птичье перо, чтобы полюбоваться им, и тут же слышит крик: «Брось эту грязь сейчас же!» Присел возле лужи, чтобы рассмотреть интересных жучков, которые там плавают. И тут же — панический возглас: «Отойди от лужи. Испачкаешься и простудишься!» И вместо красочного, веселого мира ребенок видит перед собой серый асфальт...

Необходимо не только показать детям, какой прекрасный мир их окружает, но и доступно объяснить, почему нужно любить и беречь природу.

Постоянное общение ребенка с природой дает заметный оздоровительный эффект, помогает снять психологическую напряженность, стрессы и агрессивность, настраивает на доброжелательное отношение ко всему живому.

Вы первыми вводите малыша в этот прекрасный мир природы, раскрываете перед ним его тайны и законы, воспитываете правильное отношение к природе (доброе, милосердное, гуманное), потребность в ее познании.

¹ Программа ориентирована на детей третьего возраста.

С чего же начать?

Начните с себя. *Задумайтесь: а как я сам отношусь к природе?* Кто я — хозяин природы или ее часть? Могу ли я удивляться и радоваться природе? Тревожат ли меня вечные вопросы о мире? Очень важно постоянно показывать детям свой интерес к природе, ее объектам и явлениям, желание познавать их; своим поведением доказывать, что вы не утратили способность удивляться и радоваться зеленой травке, яркому цветочку, дереву, птичке, солнцу, ветру, снегу и т. д. Под влиянием эмоций взрослого, выражающего восторг, радость, удивление, огорчение, ребенок учится определенным образом относиться к травке, цветочку, сломанному дереву, голодному животному...

Мы — часть многообразной природы. Если мы уважаем себя, то необходимо уважать природу, заботиться о ней, сохранять ее, любить искренне и глубоко. Такое отношение передавайте и детям. С первых лет жизни ребенка словом и делом воспитывайте у него представление о природе как величайшей ценности, понимание ее неприкосновенности, чувство ответственности за все живое. При этом руководствуйтесь принципом «Не навреди».

Научите малыша всматриваться, любоваться, радоваться и восхищаться красотой мира природы, воспитывайте наблюдательность и любознательность. Помните, что недостаток конкретных ощущений (цветовой гаммы, звуков, запахов и т. д.) ведет к эмоциональной и духовной бедности, к неумению выразить свое отношение к миру природы.

Какие методы приобщения ребенка к природе наиболее эффективны? Прежде всего постоянные, многократно повторяющиеся *наблюдения* за животными, растениями, объектами и явлениями неживой природы в сочетании с играми, поисковыми действиями, чтением детских книг, использованием поговорок, потешек, с музыкальной деятельностью, просмотром телепередач.

Процесс приобщения малыша к природе должен осуществляться в интересной игровой форме, эмоционально, вызывать радостное, веселое настроение, удивление от узнавания нового и радость от первых успехов. Все это поможет детям легче и лучше познать свойства, качества, признаки объектов природы, простейшие связи и отношения между ними.

В семье следует позаботиться о создании *природной развивающей среды*: по возможности иметь живой уголок с комнатными растениями, животными; использовать сад, огород, цветник на даче, около дома; подобрать игры на природоведческую тему, книги, игрушки. Постарайтесь приблизить ребенка к естественной природной среде. Такое регулярное общение с природой позволяет ему получить более яркие впечатления и представления, чем самые интересные книжки, картинки, рассказы. Немалое значение имеет атмосфера любви, гуманного отношения к природе в семье, настроенность взрослых на гармонию с миром природы.

Первый результат экологического воспитания проявляется в удивлении, интересе, в чувстве радости, восторге, эстетическом удовольствии, восхищении при восприятии природы, в действенной готовности ребенка участвовать в создании жизненно необходимых условий для живых существ, находящихся в ближайшем окружении, готовности предотвратить их гибель. Поэтому приобщать малыша к богатому и разнообразному миру природы необходимо

прежде всего через его чувства, затрагивая сердце и душу ребенка.

Свои яркие впечатления от природы ребенок *стремится отразить в рисунках, аппликациях, творческих рассказах, стихах, загадках.* И это замечательно.

Приобщение к миру природы детей раннего возраста — это первая, начальная ступень в системе непрерывного экологического образования.

Зеленый мир в доме

Восприятие красоты растений, понимание их как живых существ развивается у детей под влиянием взрослых. Позаботьтесь о том, чтобы в вашем доме были *цветущие комнатные растения.*

На первый взгляд растения неподвижны, статичны и безжизненны. Такими их видит ребенок. Взрослые могут показать ему своеобразие жизни растений, их красоту, ради которой их и содержат в доме. Особенно красиво цветущее растение.

Поэтому советуем подобрать растения обильно и долго цветущие, у которых хорошо выражены основные части (герань, фуксия, бегония, бальзамин и др.). Яркие, привлекательные растения способны вызвать и удержать еще неустойчивое внимание малыша. При этом обращайтесь внимание на состояние растений в связи с уходом за ними: «Растение красивое, потому что мы его поливаем». *Надо помочь ребенку понять, как жизнь растения зависит от воды, тепла, света.*

Привлекайте малыша к совместной поливке, содержанию растений в чистоте. Это будет первой действенной помощью «зеленым друзьям». Так ваш малыш познает окружающий мир непосредственно, практически.

Для ухода за растениями следует приобрести яркую красивую лейку (без ситечка). «Хочешь посмотреть, как я поливаю растения на окне? У меня есть лейка, а в ней вода. В каждый горшок я налью воды». Мама поливает, а ребенок смотрит. Здесь важно обратить внимание на то, куда «уходит» вода. «Ты видел, как я поливала растения? — спрашивает мама в следующий раз.— Хочешь мне теперь помочь? Может, ты сам хочешь попробовать полить цветочек?»

Ребенок обычно с радостью соглашается. На первых порах можно держать лейку и поливать вместе. При этом поясняйте: «Носик лейки опускаем вниз, к самой земле. Воды надо налить столько, чтобы она смочила всю землю. Как появится вода на поддоне — значит, уже достаточно».

Затем предложите малышу самому это сделать. Не беда, если у него не очень хорошо получится. Главное — поощрить его старание, поддержать интерес к уходу за растениями.

Постепенно в процессе поливки и наблюдений дети начинают понимать, что растения нужно постоянно поливать, им нужна вода, они пьют воду и хорошо растут, становятся красивыми. Вместе полюбуйтесь их красотой: «Давай посмотрим на наши растения. Какие они у нас красивые! Мы с тобой их поливаем, они пьют воду и хорошо растут».

Следует помнить, что любование красотой — это лишь первый росток доброго чувства, которое надо развивать, превращая в активное стремление к деятельности. Поэтому так важно сочетать наблюдения с уходом за живыми существами.

Приучайте ребенка смотреть и видеть, любоваться, старайтесь способствовать

возникновению ярких образов. Можно показать, как выглядит цветущее растение в разных местах комнаты, одиночно или в сочетании с другими предметами.

На следующий день предложите малышу самому посмотреть, как выглядит цветущая лилия. Может, цветки уже завяли? А может, распустились новые? Интересные многократные наблюдения за одним объектом приучают ребенка всматриваться, замечать, что изменилось в растении, понимать, что растение меняется, потому что оно растет, оно живое.

Для поддержания такого интереса к комнатным растениям можно проводить простые дидактические игры: «Найди такой же», «Большие и маленькие» (к растению с большими листьями подобрать растение с маленькими листочками), «Один и много» и др. В таких играх ребенок лучше запоминает названия растений, учится несложному описанию их внешнего вида и выделению немногих ярких признаков.

При этом используются разнообразные приемы. Например, вечером шепните на ухо ребенку, чтобы он рассказал папе о распустившемся цветке и показал его. Интерес взрослых к прекрасному укрепит в ребенке наблюдательность.

Зимой можно выращивать в комнате овощные растения (лук, морковь, свеклу, петрушку и зелень). На окне получится целая грядка, наблюдения и уход за которой станут любимым занятием для малыша. Покажите, как правильно посадить луковицу (в землю и в банку с водой), предварительно рассмотрев ее с ребенком. Приобщайте его к наблюдению за ростом лука, появлением белых корней, зеленых перьев.

Итак, знакомство маленького ребенка с зеленым царством дома формирует первые нравственно-эстетические чувства и представления о жизни «зеленых друзей», способствует развитию наблюдательности, интереса, воспитывает бережное, гуманное отношение к растениям.

Добрые друзья

Добрые друзья — животные неизменно привлекают внимание ребенка своей подвижностью, динамичностью, издаваемыми звуками и другими интересными проявлениями (что и как едят, как передвигаются, где живут). Большинство детей пытается вступить с ними в контакт. Разнообразные жизненные проявления представителей животного мира позволяют ребенку рано понять, что это живые существа. Они нравятся детям многообразием окраски, размеров, форм, движений (яркая красивая бабочка привлекает окраской, птичка — полетом, звуками). Встреча с животными вызывает у малыша, как правило, радость, оживление, удивление.

Взрослые помогают детям познакомиться с животными, учат относиться к ним бережно и внимательно. Пробудить у детей с самого раннего возраста интерес и любовь к животным — это значит воспитать правильное отношение к ним, развить нравственно-эстетические чувства, сформировать действенную позицию (помочь, защитить, позаботиться). Очень важно предупредить у детей любые проявления бессердечного обращения с животными, черствости, жестокости.

Если вы приобрели домашнюю живность, то запомните, что вы принимаете на себя немало забот, требующих затраты сил, времени, средств, специальных знаний. Заводите птичку, рыбку, зверька только в том случае, если вы имеете возможность

уделить им достаточно внимания и заботы. Постарайтесь сделать все, чтобы они стали вашими общими любимцами.

Как же должны вести себя взрослые, если в доме есть

Прежде всего общение детей с животными не должно быть стихийным, бесконтрольным. Ребенок еще не знает, как правильно общаться с животным, и может произвольно нанести ему и себе вред. Поэтому помогайте детям в общении с животными, чтобы оно не было опасным.

Нередко в квартирах можно увидеть *аквариумы*. Наполненный чистой водой, «населенный» разными растениями и нарядными, как живые цветы, рыбками, он становится украшением жилого помещения. Аквариум не только красив — знакомство с его обитателями очень интересно для детей. Созерцание этого живого мира приносит эстетическое удовлетворение, открывает для вашего малыша много нового.

Сначала можно рассмотреть аквариум, вызвав удовольствие ребенка, убедиться, что в нем налита вода (зачерпните кружку воды и вылейте обратно), обратить внимание, что на дне желтый песок, камешки, красивые зеленые растения. Это домик для рыбки, в нем она будет жить. «Аквариум — маленький пруд, в нем разноцветные рыбки живут». Для малыша лучше приобрести одну ярко-окрашенную, достаточно крупную, активную рыбку. Это может быть обыкновенная золотая рыбка, серебристый карась или какая-либо другая.

Наблюдать за жизнью рыбки в воде, за ее поведением рекомендуем многократно, каждый раз подмечая что-то новое. Поясните ребенку, что рыбка живет только в воде, без воды для нее нет жизни. Полюбуйтесь ею вместе с ребенком: «Нравится тебе рыбка? Чем нравится? Мне тоже очень нравится. Красивая рыбка!»

Затем рассмотрите рыбку более внимательно: «Посмотри, какого она цвета, какая она большая, красивая. Она называется золотая рыбка». В следующий раз интересно с ребенком понаблюдать, что делает рыбка в аквариуме. Рыбка плавает, и ребенок восклицает: «Ой, плавает, плавает!» Не спешите с вопросами, малыш их не слышит. Важно наблюдать за действиями, жизненными проявлениями рыбки и сопровождать наблюдение словами: «Смотри, куда поплывет наша рыбка». При этом побуждайте малыша к повторению слов.

Постепенно включайте вопросы, в ответ на которые ребенок называет то или иное действие рыбки: «Куда сейчас поплыла рыбка? А теперь куда плывет? Быстро или медленно?» Обратите внимание на движения рыбки хвостиком. «Сложи ладошки и подвигай ими, как рыбка хвостиком». Малышу это интересно, он с удовольствием имитирует движения рыбки вместе с вами.

В следующий раз поставьте новую цель. «Посмотри, что рыбка делает в нашем аквариуме — спряталась или плавает?» При таком наблюдении ребенок не только познает объект, но и учится замечать состояние живого существа и правильно вести себя с ним. Если рыбка спокойно плавает, то можно и дальше смотреть, она не боится. А если рыбка спряталась, то лучше оставить ее в покое...

Большинство даже старших детей не замечают и не понимают эмоционального состояния животного, у них нет правильных представлений о его физическом благополучии. Заботливое отношение к животным у детей развивается только при систематических, длительных контактах и общении с ними. При этом

особо обращайтесь внимание ребенка на эмоциональное состояние животного, его поведенческие реакции, на то, как оно себя ведет, что его беспокоит. При таком общении с животными у детей возникает сочувствие, сострадание, сопереживание им.

Учите своего ребенка способам правильного обращения с животными, показывайте, как нужно за ними ухаживать. Ребенку надо сразу объяснить, что рыбка в аквариуме не игрушка, а живая, что она требует особого отношения.

Интересны и наблюдения за кормлением рыбки. Вы даете ей корм (определенную норму) в одно и то же время каждый день, желательно в присутствии малыша. Вместе посмотрите, как кормится рыбка. Спросите, что она сейчас делает, чем хватается корм (ртом). Поясните, что кормить рыбку надо каждый день. Это воспитывает не только бережное отношение, но и заботу о живом: «Рыбка плавает, ей хорошо в аквариуме, потому что она сыта».

В другой раз можно спросить малыша: «А вот кого мы еще сегодня не покормили? Правильно, рыбку. Она ждет не дождется, ей очень хочется есть. Вот как она быстро подплывает и ест. Посмотри, как рыбка сразу повеселела. Рыбка, рыбка-озорница, рыбка плавает в водичке».

Спойте песенку про рыбку, ребенок будет подпевать. Это усилит эмоциональное впечатление.

Поясните малышу, что рыбка может жить только в воде, сама плавает, ест, ее нельзя трогать, вынимать из аквариума, из воды, иначе она умрет. Так у ребенка создается правильная ориентация в отношении к живому (бережно, правильно обращаться проявлять заботу).

Наблюдения за рыбкой многократно повторяйте, через некоторое время снова возвращайтесь к ним, так как ребенок радуется встрече со знакомым объектом. Предоставьте ему свободно, естественно проявлять свое отношение к живому существу, пусть высказывается, выражает свои чувства. От такого общения с природным объектом малыш получает большую радость.

Немало семей содержат декоративных птиц — канареек, попугаев и др. Они хорошо приживаются в домашних условиях. Содержание певчих и декоративных птиц — одна из старейших традиций нашего народа. Человек получает эстетическое удовлетворение от их пения и радующего глаз облика, изучает повадки, добрым отношением завоевывает доверие своих питомцев. Взрослым следует помнить, что птицы не выдерживают голода в течение нескольких часов, у них интенсивный обмен веществ, они не выносят грязной воды, сквозняков, пугаются шума, резких движений (птица бьется в клетке, может заболеть). Поэтому к ним следует относиться особенно бережно и заботливо. Содержите птиц в просторных клетках, моделируя наземно-воздушную среду. На дно насыпайте чистый песок и мелкие камешки, это гигиенично и необходимо птице для пищеварения.

Ухаживайте за птичкой по возможности в присутствии ребенка. Малыш смотрит, что и как делает взрослый, учится спокойно вести себя около клетки с птицей. Со временем у него возникает желание помочь маме (помыть кормушку, поилку, налить чистой воды, положить нужное количество приготовленного корма). Корм должен быть разнообразным — зерносмесь, яйцо, творог, тертая морковь, кусочки фруктов, ягоды, свежая травка.

Так постепенно забота о живом и прекрасном входит в жизнь детей.

Вместе с ребенком важно как можно чаще любоваться красотой птички, ее ярким оперением, чудесным полетом, разными движениями, слушать пение. «Покорим нашу птичку» (ставим корм и воду). Это вызывает у птицы новые движения. Ребенок наблюдает, что делает птичка (как и чем клюет зерна, пьет воду, как летает, как сидит на жердочке, чем держится). Сначала понаблюдайте, а потом предложите показать, как птичка летает, скачет, клюет: «Покажи, как летает птичка, машет крыльями. Птичка живая, она летает. Смотри, птичка полетела, села на жердочку. Позовем птичку: «Птичка, птичка, лети к нам!» Птичка клюет: тук-тук! Что делает сейчас птичка?» Постепенно приучайте малыша замечать состояние птички. Здоровая птица спокойно себя ведет, активно двигается, щебечет, поет; неблагополучное состояние — малоподвижна, нахохлилась или, наоборот, мечется по клетке, тревожно кричит. При этом важно связывать состояние птички с уходом за ней: «Птичка звонко поет, она веселая, потому что в клетке чисто и она сыта. Мы все сделали для нее хорошо, чтобы она была здоровая, красивая и долго у нас жила.

Постепенно во время коротких, живых наблюдений ребенок научится замечать все это. У него появляется интерес и желание часто смотреть на птичку. Умение видеть и понимать состояние другого существа — тонкое движение души малыша. Так появляется чувство ответственности за все живое.

В каждом наблюдении отмечаем что-то новое: «Посмотрим на нашего попугайчика. Какой он красивый! Чем покрыто у него все тело, какого цвета перья?»

В теплое время года предложите ребенку сорвать для птички свежей травки, а зимой — вырастить зелень дома (овес, пшеницу и др.). Так малыш постепенно начинает на практике проявлять конкретную посильную заботу о живом существе.

Возможно, у вас дома живет кошка или собака. Научите ребенка правильно обращаться с ними: мягко, по-доброму, считаться с их потребностями, замечать хорошее или плохое состояние, помогать, правильно себя вести, когда они едят. Во время еды нельзя с животными играть, подходить близко, мешать им, потому что они охраняют свою еду и могут проявить агрессивность. Ребенку в это время лучше предложить издали посмотреть, как ест животное. Поясните, что собака устала, проголодалась. После того как она поела, ей стало хорошо (собака веселая, играет). «Посмотри, какая она стала веселая. Почему? Она поела, мы покормили ее. Мы ее кормим каждый день, она живая, хочет есть». В следующий раз обратите внимание малыша на то, как обрадовалась собака его приходу, как радостно машет хвостом. Можно поговорить с ребенком о том, как мы заботимся о нашей собаке (кормим, гуляем с ней, у нее свое место в доме). За собакой нужно ухаживать, и она всегда будет хорошим другом и защитником человека.

В наблюдениях за кошкой обратите внимание ребенка на то, как она лакает молоко, ест рыбу. После еды она довольная, мурлычет, тщательно умывается лапками, вылизывает языком шерсть. Приучайте малыша не мешать животным во время отдыха, сна: вести себя тихо, не шуметь. Покажите, как можно приласкать кошку, осторожно погладить, ощутив мягкий и пушистый комочек. Кошка красивая, движения у нее плавные, шерстка мягкая, теплая. «Наша кошка серая, пушистая, она быстро бегает, играет с нами».

Тесный эмоциональный контакт поможет малышу преодолеть робость. Все дети любят играть с живыми друзьями. Но малыш еще не понимает, что может

обидеть друга, сделать ему больно, поэтому обращается с ним часто неправильно. Помогите ребенку понять, что животному больно, как и ему. Играть с животными можно и нужно. Но никакого насилия! Игра должна быть радостной для обоих (с мячом, бантиками, бумажками и др.). Желательно читать ребенку стихи, короткие рассказы о кошке, о собаке, вместе петь песенки, рассматривать картинки и т. п.

А что там за окном?

У двухлетнего ребенка есть целый мир — «мир за окном». Он притягивает к себе, зачаровывает. Вид в окне — это удивительные открытия. Например, пошел первый снег. Малыш смотрит в на летящие снежинки. Удивительное явление природы вызывает у него восторг. Подойдите к ребенку и тоже посмотрите в окно. «Ах! Какая красота! — восклицает мама. — Это снег. Он белый. Снежок кружится-кружится-кружится, летит-летит и тихо ложится на землю, крыши домов, деревья. Очень красиво!»

Затем предложите ребенку посмотреть на полет снежинок из другого окна. «Интересно, а в другом окне мы увидим снежинки?.. И здесь снег летит-летит-летит, кружится-кружится. Снег белый-белый!» Не забудьте порадоваться, похвалить малыша, если он будет повторять за вами ваши слова или сам заговорит о снеге.

Из окна можно наблюдать и за животными, их движениями. Например, за вороной, сорокой или голубем. Вместе с ребенком рассматривайте, что они делают, комментируйте их поведение: «На крыше дома сидит птица. Это ворона. Она большая, черная. Сидит и по сторонам глядит. А теперь, смотри, пошла по крыше; идет-идет и остановилась. Начала размахивать крыльями: хлоп-хлоп, полетела и громко раскричалась: кар-кар-кар) Улетела ворона». Затем предложите ребенку повторить некоторые ее движения. Как она летала и крыльями махала? «Хлоп-хлоп» (ребенок бегаёт по комнате, размахивая руками). Все это вызывает у малыша радость и желание увидеть птицу еще раз.

Интересными могут быть и наблюдения из окна за деревьями, ветки которых раскачиваются на ветру; за небом: как по нему бегут облака; за дождем: как на улице появляются лужи. («Идет дождь, мокро, гулять нельзя».) Обратите внимание на одежду людей во время дождя — они идут в плащах.

Мы пошли гулять

Большинство изменений в мире природы человек может заметить, почувствовать и пережить только вне стен помещения, *в непосредственном контакте с природой. Ни картина, ни рассказ не заменят живого общения с ней.* Поэтому так важно ввести ребенка в природу с самого раннего возраста. Выходя на прогулку, родители должны сознавать, что для их детей это начало путешествия в большой, многообразный мир. *Природу важно видеть, смотреть на нее, воспринимать всей душой, всеми органами чувств, замечать многообразие ее форм, красоту красок, звуков, движений, запахов. Это и формирует первый (начальный) сенсорный опыт ребенка — основу для его интеллектуального развития.* Впечатления от родной природы, полученные в детстве,

Проявления жизни природы в каждом сезоне очень разнообразны, прекрасны

и удивительны. Ваша задача — вызвать у своего малыша интерес к миру природных явлений. Чья вина в том, что из любопытнейших человечков в раннем детстве наши дети уже к концу дошкольного возраста нередко превращаются в равнодушных людей? Взрослые вовремя не поддержали интерес, не научили видеть, замечать, понимать окружающий мир природы. *Помните, детей второго-третьего года жизни не следует загружать обилием информации. Обращайте внимание на отдельные, наиболее яркие явления, характерные для данного времени года. Малыши любят много раз возвращаться к одним и тем же объектам и явлениям, постепенно учатся замечать их изменения. Учите ребенка слушать, рассматривать, совершенствуйте его органы чувств.* Знакомьте с цветом, формой, величиной объектов природы. Представления о свойствах объектов природы (цвете, форме, размере и др.) — это изначальное содержание, которым оперирует ум ребенка. *Не увлекайтесь обилием названий. Это бессмысленная нагрузка мозга, памяти, ничего не дающая для подлинного развития.* А вот если малыш, присев на корточки, внимательно следит за ползущей гусеницей — это важно! Это развивает его. Не торопите его, пусть у него составится свое впечатление.

Малыш познает мир, исследуя его и экспериментируя, делая для себя все новые и новые открытия. Дети — пытливые исследователи окружающего мира. Эта особенность заложена в них от природы (рефлекс «Что такое?»). Через собственные действия с предметами природы маленький человечек познает их свойства:

- если намочить камешки, то они изменятся (заблестят);
- камни большие и маленькие, твердые, тяжелые;
- сухой песок рассыпается, его можно насыпать в ведерко;
- из сухого песка ничего нельзя построить;
- сырой песок мягкий, из него можно сделать пирожки;
- камешки тонут в воде, а кораблики, палочки, щепки не тонут, вода теплая (холодная), льется, течет, разливается, бывает чистой и грязной.

Таким образом, на третьем году жизни у детей расширяется интерес к тому, что происходит вокруг. Их интересуют не только названия предметов, но и их особенности, свойства, качества, действия с ними, связи и причины явлений природы. Взрослые, поддерживая детский интерес, ведут ребенка от знакомства с природой к ее пониманию.

Манипулирование предметами природы, экспериментирование сопровождается разнообразными эмоциональными проявлениями ребенка (внешним оживлением, весельем, смехом, радостью, удивлением, огорчением при неудачах). Такие реакции — это и первые проявления отношения к окружающим природным объектам и явлениям.

Что прежде всего интересно малышу на улице?

Погода! Её состояние и постоянное изменение. Тепло или холодно, идет дождь, снег, светит солнце, дует ветер... Собираясь на прогулку, можно одеть куклу. При этом посоветуйтесь с ребенком, что лучше надеть на куклу, обратив внимание на то, как одет он сам.

Осенью по мере похолодания предложите малышу самому убедиться в этом — потрогать стену дома, скамейку и др. Хорошая погода — светит солнце, плохая — солнца не видно, на небе тучи. В дни, когда солнце то ярко светит, то тучи, интересно «поискать» солнышко. Спросите ребенка, почему или стало светлее.

Понаблюдайте вместе, как солнце выходит из-за туч.

Смотрите почаще на небо. Какое оно огромное, высокое, как простор открывается вверху! А какое оно разное по цвету — голу бое, синее; облака, белые и темные, плывут по небу. Чудесная картина!

Можно взять на прогулку вертушки, ленточки, убедиться в наличии ветра — сильного, слабого, теплого, холодного. Ребенок с удовольствием бегает и играет. В ветреную погоду можно посмотреть, как ветер гонит засохшие листья, качает ветки деревьев. Послушайте его песню: «У-у-у» — это ветер дует. Покажите несколько раз, как от ветра качается все вокруг — не только деревья, но и белье на веревке, взлетают бумажки, хлопают окна.

Главное, чтобы у малыша накапливались эти впечатления — необходимый материал для будущих самостоятельных выводов.

Наблюдения за дождем интересны для детей всегда. Вместе прислушивайтесь, как он стучит по крыше и дорожкам: кап-кап-кап. На земле появились лужи в разных местах. «Скучная картина: тучи без конца, дождик так и льется, лужи у крыльца».

Наблюдая за явлениями и объектами природы, необходимо обозначить их точным словом, назвать предмет, побудить ребенка назвать увиденное. Очень важно сочетать наблюдения с разнообразными играми.

При знакомстве с объектами неживой природы малышу важно предоставить максимум разумной свободы действий (взять предмет в руки, потрогать, погладить, покатать, нажать, поиграть).

Даже маленький ребенок может увидеть особенности разных времен года. Проявления природы в каждое время года разнообразны, прекрасны и удивительны.

Осень — «Унылая пора! очей очарованье, приятна мне твоя прощальная краса...» Время расцветивания листьев и листопада — красивое и удивительное в жизни природы. Не забывайте полюбоваться красотой золотой осени. Сколько разных красок вокруг! Не торопитесь на огороде, в саду, около дома убирать листья...

Мама или педагог берет в руки большой красный кленовый лист. Помахивая им над головой, начинает кружиться. Малыш смотрит во все глаза. Спросите ребенка: «Что это? Да, это листик, листочек, листок. Молодец!» Мама ласково обнимает сына: «Я дарю его тебе». Вместе покружитесь с листьями в руках, походите и послушайте, как листья шуршат под ногами; посмотрите, откуда к нам слетаются листья; поищите, кто прячется на земле под листьями; украсьте листьями свой уголок. В разную погоду наблюдайте, как с деревьев падают листья, разные по цвету, красивые. «Посмотри, как листья летят с дерева, они легко кружатся и опускаются на землю». С детьми старше полутора лет рассмотрите окраску листьев (желтые, красные, зеленые). Попросите ребенка принести листочек — большой, маленький, желтый, красный. Составьте букет из них. «Листик, листик, еще лист, и получится букет». Прочтите стихи:

Листопад, листопад Листья под ногой шуршат,
Листья желтые летят. Скоро голый будет сад.

Дайте задание малышу: собрать листья сначала одного цвета (только желтые), затем другого, рассмотреть их. Из собранных листьев можно вместе сделать шапочки, юбочки, гирлянды, скалывая их черенками.

С похолоданием обратите внимание детей на то, что цветов на клумбе все меньше и меньше: «Им холодно, они завяли». В парке, около дома посмотрите, как изменились деревья. Все листочки упали на землю. Деревья стоят голые, без листьев. Понаблюдайте, как изменилось поведение птиц. Они собираются в стаи и улетают в теплые края. Остаются воробьи, голуби, вороны. В наблюдениях за любыми животными обращайтесь внимание прежде всего на их действия, движения. Так, наблюдая за птицами, поясните: «Сейчас насыплю зернышек и отойду, чтобы не пугать птичек. Посмотри, какие красивые птички прилетели и клюют. Что они делают сейчас? (Клюют.) Чем клюют? (Клювом.) Как? («Клю-клю».) А теперь птички улетели. У них есть крылья». После этого можно вместе спеть песенку про птичку. Чтобы повысить эмоциональный тонус детей, удовлетворить их потребность в разнообразных активных движениях, проведите подвижные игры (птички летают, клюют).

Зима — это время холода и мороза, коротких дней и ослепительного снега.

Идет снег. Он приносит тишину. Во время снегопада детям до двух лет показываем, как падает снег, он белый, очень красивый. Кругом белым-бело. С детьми третьего года жизни организуем наблюдения за падающим снегом: снег легкий, он медленно опускается на землю, ложится на дорожки, скамейки.

Белый снег пушистый И на землю тихо
В воздухе кружится Падает, ложится.

«Посмотри, где еще снег? На шубке, шапке, варежках». Рассмотрите с ребенком узорчатую снежинку на рукаве черной шубки. Сколько их падает? Много-много-много! Белые, холодные. Как тихо кругом!

Снег пушистый, серебристый И снежинки, как пушинка,
Мягким стелется ковром, Вьются весело кругом.

Дайте возможность ребенку убедиться самому, что холодные снежинки на теплой ладони исчезли — растаяли. А на земле они не тают и образуют много снега, снежный покров, сугробы, пышные снежные шапки. Трехлетнего малыша можно спросить: почему на ладони снежинки тают, а на земле — нет? Предложите набрать снег в тарелку. Как сделать, чтобы он растаял? Вынесем воду на улицу и посмотрим, что с ней будет. Предлагайте такие простейшие опыты несколько раз, чтобы ребенок понял, что это постоянные, закономерные явления.

В теплую погоду снег липкий, из него можно лепить снежки, сделать много разных построек (снеговика, теремок, берлогу для медведя и др.). «У меня в руке снежок, я слепила пирожок. «Обращайте внимание детей на то, что снег пушистый, сухой рассыпается (подбросьте его лопаткой вверх), из такого снега лепить нельзя. Малыш может принимать посильное участие в работе по уборке снега около дома («Я расчищаю дорожку от снега»). «Смотри,— говорит мама малышу и показывает на следы, — что это? И тут, и тут... Это следы». Вместе ищут следы взрослого (большие) и ребенка (маленькие). «Это мои ножки протопали здесь дорожку»,— радостно сообщает Маша. С помощью следов вместе «рисуют» разнообразные рисунки. В другой раз отыскивают следы птички, собаки.

В зимнее время обратите внимание детей на деревья и кусты, которые стоят голые, без листьев. Дети отыскивают дерево, выделяют у него ствол, ветки (ствол один, веток много). Дети третьего года жизни начинают распознавать зеленую елочку и белоствольную березу, которые отчетливо выделяются на фоне белого

снега. Проведите игры: «Раз, два, три... елку найди!», «Раз, два, три... к березе беги!».

В это холодное время года очень важно вместе с детьми позаботиться о птицах. Чтобы привлечь их, корм необходимо регулярно класть в одном и том же месте. Кормовой столик или кормушку расположите так, чтобы дети могли сами положить корм. Самое главное — заинтересовать ребенка и по возможности регулярно класть корм в кормушку. А затем помочь малышу наблюдать за птицами. «Ты заметил, какие птицы прилетают к нашей кормушке? Все ли они одинаковые? Что они делают? Посмотри, клюют ли птицы корм?» Рассмотрите внешний вид сороки, голубя, воробья, синички. Сравните по величине: кто больше — воробей или голубь? Как они различаются по цвету оперения? Понаблюдайте с ребенком за поведением птиц и отметьте: одни храбрые, а другие пугливые; одни мирные, а другие драчуны. Посмотрите, как птицы летают, как передвигаются по земле. Дети двух лет могут уже называть характерные действия птиц: клюют корм, летают, прыгают, ходят. А затем сами начинают с удовольствием бегать, подпрыгивать, имитируя движения

Весна — особое время года, торжество света и тепла, большой воды и первой зелени. Кругом царит оживление. Каждый день открывает малышам новое в удивительном мире пробуждающейся природы.

...У солнышка появились новые лучики-малыши, очень теплые. Подросли они и стали проситься у солнышка, чтобы оно выпустило их погулять на земле. Подумало солнышко и выпустило лучики. Разлетелись лучики-малыши в разные стороны и к нам в гости заглянули. Протяни им свои ладошки. Чувствуешь, как лучики ласкают, пригревают твои ручки? Это они так здороваются с нами. Подставь им свои щечки, пусть теплые лучики погреют и их. Прочитайте: «Солнце, солнце, поскорей землю и людей согрей!»

С солнечными лучиками приятно не только гулять, но и играть. Раз-два-три... и солнечные лучики превратились в солнечных зайчиков с помощью зеркала. Теперь можно и побегать за зайчиками, попрыгать вместе с ними, потанцевать.

Очень полюбили солнечные лучики сидеть на крыше дома. Сидят и *смотрят* вокруг. Везде тает снег и текут ручейки. Это солнышко постаралось, оно растопило весь снег. «Как много воды! — сказали лучики. — Только кому она нужна, эта талая вода?» «Нам-нам-нам!» — закричали воробьи. Птички напились воды из лужицы, а затем с веселым шумом искупались в ней. «И нам! И нам! — закачали ветками деревья — Ручья разнесут талую воду к каждому дереву, кусту, цветочку и травинке. И тогда мы все дружно зазеленеем и расцветем». «А вам нужна талая вода?..» — спросили лучики у детей. «Нужна, нужна! — закричали в ответ дети. — Мы будем пускать по ручейкам наши лодочки». Спросите, что делает лодочка (лодочка)

Весной пробуждается жизнь растений. В апреле найдите на ближайшем газоне яркую зеленую травку, полюбуйтесь вместе с ребенком нежной свежей зеленью. Спросите его, что это, какого цвета травка. Предложите осторожно погладить травинки. «Поищем вокруг, — говорит мама, — где еще выросла красивая зеленая травка?»

Стало солнце пригревать,
Землю мокрую ласкать,

И трава очнулась,
К солнцу потянулась.

После дождя на утренней прогулке предложите ребенку посмотреть, как красиво стало на улице — чистые дорожки, черная земля и зеленая травка блестит. Солнышко улыбается, смеется.

Дождь покапал и прошел. Это очень хорошо
Солнце в целом свете. И большим, и детям.

«Ты трава ль моя, травинушка, Да все детушки, да все малые,
Ты трава моя шелковая, В зеленом саду гуляючи.
Да кто ж тебя, травку, притоптал?» — Бегая, играючи».
«Притоптали мена, травинушку.

После чтения этих стихов поясните детям, как надо беречь первую зеленую травку. «Миша, правда, жалко травку? — спрашивает мама.— Когда травка зеленеет, вокруг красивее и воздух чище. По газонам бегать нельзя. А вот посмотри, здесь трава затоптана. А мы с тобой умеем ходить по дорожкам, не наступая на травку? Давай проверим и поучимся». Обратите внимание, как некрасиво выглядят газоны, которые пересекают протоптанные людьми дорожки.

Интересно поискать первые весенние цветочки: мать-и-мачеху, позже — одуванчик. В яркий солнечный день вы вышли на прогулку и увидели много цветущих одуванчиков. «Ах, какой красивый луг! Посмотри, как много желтых цветов».

С детьми грядущего года жизни не только любимся красотой растения, но и предлагаем им рассмотреть его. «Что у одуванчика самое красивое? Какого цвета цветок? «Носит одуванчик желтый сарафанчик...» Понюхай цветочек, пахнет или нет? А где у одуванчика листья? Давай вместе поищем. Вот, оказывается, где листочки, внизу у стебелька и лежат на земле. Большие они или маленькие? Сколько их? Какого они цвета? Постоим и посмотрим: кто садится на цветочки? Чтобы желтая полянка оставалась красивой, как мы должны себя вести? Походим и посмотрим, где еще растут одуванчики...»

Прочитайте стихотворение:

Одуванчик золотой — Средь зеленой муравы
Цветик милый и простой. Прямо к солнышку лицом.
Он сидит среди травы,

После таких наблюдений предложите малышу нарисовать красивые желтые одуванчики. Через некоторое время понаблюдайте с ним за тем, как изменились одуванчики, превратились в белые пушистые шарики.

Носит одуванчик В беленькое платьице.
Желтый сарафанчик. Легкое, воздушное,
Подрастет, нарядится Ветерку послушное

Пусть ребенок подует на шарики и увидит, как пушинки одуванчика разлетаются во все стороны. Объясните, что из них вырастут новые желтые одуванчики.

Постоянно приучайте детей бережно относиться к природе: не топтать траву, не рвать цветы.

Перед выходом на прогулку спросите ребенка, куда бы он хотел сегодня пойти погулять, что посмотреть. Спросите, где находится его любимое место, чем оно привлекает его, чем нравится.

Гуляя около дома, в парке, в саду, дети убеждаются в том, как быстро растет трава, появляется больше разных цветов, на всех деревьях много зеленых листьев. Ребенок второго года уже выделяет и узнает дерево среди окружающих предметов. Наблюдая за деревьями во все времена года, учите малыша выделять значимые признаки: высокое, у него один ствол, толстый (обхватить руками и узнать, какой он толстый), твердый на ощупь (потрогать). «Посмотри вверх, какое высокое дерево». Поиграйте с ребенком в прятки, прячься за дерево, в игру «Раз, два, три — к дереву беги!».

Как много деревьев!..

Береза — любимое наше дерево. Давайте посмотрим на него — какое оно красивое, как колышутся его веточки. Оно словно приглашает нас подойти поближе. Как же называется это дерево? Да, это береза, березка. Она очень высокая, намного выше всех нас. Чтобы увидеть ее вершину, надо высоко поднять голову. А как мы узнаем, что это береза? У березы ствол с белой корой. Предложите малышу погладить, обнять, прижаться к нему ладошками, спиной, щекой. «Что ты чувствуешь?» У березы много красивых веток, на них много-много листьев. Про березу говорят: «кудрявая». Можно нагнуть веточку, погладить листочки.

Приучайте детей бережно относиться к деревьям. Березу надо оберегать: не стучать по стволу, не царапать кору, не ломать ветки, не срывать листья. Никогда сами при детях не срываете листья с деревьев. Все это они узнают из многократных коротких наблюдений, вызывающих радость, любованье.

Береза, моя березонька,	Листья зеленые,
береза моя белая.	Под тобой, березонька,
Береза кудрявая!	Трава шелковая.
На тебе, березонька,	

В парке можно поискать «грустное» дерево, вызвать к нему сочувствие, огорчение, объяснить ребенку, почему оно попало в беду, чем люди могут ему помочь. Скажите малышу, что порезы на коре дерева подобны порезам на коже человека. Найдите «веселое» дерево, выясните, почему оно красивое, здоровое. Пусть малыш выберет рядом с домом дерево, с которым бы хотел дружить. Затем можно нарисовать его и назвать, к примеру «Дерево для меня».

Прогулка весной в цветущий фруктовый сад — незабываемое событие, она вызывает у детей особый восторг и радость. Красота неопишуемая! Белые, бело-розовые цветки вишен и яблонь, великолепный запах, жужжание пчел привлекают внимание малыша. Вместе с ним полюбуйтесь этой красотой. Рассмотрите цветочки, спросите, какого они цвета, сколько их на дереве (много, очень много). Понюхайте цветочки. Очень важно показать детям порхающих и сидящих на цветочках бабочек, летающих пчел, ползающих жуков. Послушайте, какие звуки они издают.

С потеплением, ростом, цветением растений всюду появляется много разных насекомых. Малыши любят их, некоторых берут в руки, с интересом наблюдают за ними. Под руководством взрослого учатся различать насекомых по внешнему виду, отличать яркие особенности (цвет, размеры), движения.

Жука можно посадить на руку и рассмотреть, что он делает (ползает). Малыш с любопытством следит за хуком, перебегающим дорожку, но вскоре отворачивается. Заметив это, произнесите вслух: «Интересно, куда же это так спешит жучок?»

Как он, такой маленький, переберется через бревно?» Эти слова побуждают ребенка снова обратить внимание на жука, понаблюдать за ним подольше.

Весна — время прилета птиц. Обратите внимание ребенка на грачей — больших черных птиц: что они делают, как их много сидит на дереве, как они громко кричат. Интересно заметить, как оживились воробушки: звонко чирикают, много летают, купаются в лужах.

В гнезде воробушки живут «Чирик-чик-чик, чнрик-чик-чик» —
И утром, только лишь встают. Так весело поют.

Не забудьте показать детям, как от состояния погоды зависит поведение животных. Необходимо во время прогулки создать атмосферу праздника, счастья. В последующие дни можно понаблюдать и за другими птицами. Остановитесь, посмотрите, как они летают, садятся на деревья, строят гнезда, ходят или прыгают по земле. Сравните птиц: «Посмотри на воробья и грача, кто из них больше? Попрыгай, как воробушки». Поясните, что птицам тепло, они радуются весне. «Послушай, как поет птичка. Это для тебя она поет».

При встрече с лягушкой или жабой объясните, что бояться их не следует, они безобидны, нужны природе, их необходимо беречь. Малыш с интересом наблюдает за тем, как ловко лягушка скачет, прыгает, скрываясь в траве. Предложите ему показать, как лягушка скачет. Она хорошая, безобидная, не надо ее брать в руки, ей нужны травка и вода, а в руке человека ей будет жарко и неудобно.

Весна — исключительно важная пора для сельскохозяйственных работ. Малышу следует показать труд людей, как они копают землю, сажают в рыхлую почву семена на огороде, в цветнике. Можно побудить его посадить на своем огороде лук, крупные семена (горох, бобы, фасоль), на клумбе — ноготки, настурции. А при последующем уходе за растениями стимулировать желание помочь вам. Давайте ребенку простые поручения: полить, собрать удаленные сорняки, погрузить их в игрушечную большую машину и отвезти на определенное место.

Особое внимание обращаем на то, что все делается для того, чтобы семенам гороха, моркови и другим было хорошо расти (семена посадили в рыхлую, теплую землю, полили бороздки, чтобы семена дружно взошли). Потом вместе с ребенком наблюдаем, какие появятся всходы, поливаем их водой, чтобы выросли большие красивые растения. Во время ухода за ними надо учить малыша бережно относиться к посевам и посадкам, не наступать на грядки, ходить только по дорожкам.

Летом дети много времени проводят на воздухе, среди прекрасной природы, что позволяет полнее использовать окружающие природные объекты для воспитания у них любви, бережного, гуманного, правильного отношения ко всему живому. Лето — замечательная пора расцвета всей природы. Благодаря обилию тепла и света жизнь развивается в это время года во всей полноте, бурно. Малышу важно показать многообразие красивых цветущих растений, приучать к бережному обращению с ними.

Гуляя с детьми в лесу, на лугу, можно познакомить с названиями некоторых цветов (ромашка, лютик, колокольчик), рассмотреть их, найти у них листья, цветки, сравнить по окраске (белый, красный, желтый). Сколько разных по цвету красивых цветов! Хорошо провести игру «Найди такой же цветок».

В лесу или парке следует вновь привлечь внимание к деревьям. Как их здесь

много, какие они высокие! Найдите среди них знакомую березку, вызовите у ребенка чувство радости при встрече с неб. Как мы ее узнали? Сколько березок в лесу? (Очень много) Какие они красивые! На всех деревьях сочные зеленые листья. В лесу кругом разные деревья.

Одеты деревья, Кругом по траве
Одеты кусты, Запестрели цветы...

В лесу, в парке дети могут свободно двигаться, прятаться за деревья, аукаться, перекликаться. Учите их прислушиваться к окружающим звукам: «Марина, послушай, это для тебя поет птичка!», «Послушайте, как поет водичка свою песенку!».

Можно предложить ребенку выбрать среди деревьев друзей и как-нибудь назвать их (береза — подружка, елка — колючий ежик, дуб — добрый дедушка). Обратите внимание малышей, что в лесу тихо и прохладно.

Собирая на опушке леса шишки и желуди, у водоема камешки и ракушки, ребенок непосредственно знакомится с гладкой и шероховатой поверхностью предметов, ощущает их тяжесть, узнает особенности формы, величины, цвета. Очень нравятся детям загадки типа: «Отгадай, что я положу тебе в ладошки: камешек или желудь?»

Большую радость у малыша вызывает рассматривание клумбы с цветами, любованье ею.

Рассматривая цветочную клумбу, очень важно вызвать у детей желание любоваться красивыми цветами. Пусть ребенок выберет один-два цветочка, которые особенно понравятся ему. Назовите их, спросите, какого они цвета, большие или маленькие, сколько их (один или много), понюхайте цветочки. Постоянно приучайте беречь цветы, не рвать их.

На летних прогулках в сад дети узнают, где растут яблоки, вишни, как их много на деревьях. Рассматривают плоды, сравнивают их по величине, цвету, форме, вкусу.

Во время прогулок дети часто встречаются разных насекомых, у них возникает желание поймать бабочку, стрекозу. Не следует разрешать это делать. В природе все меньше остается красивых насекомых, поэтому просто полюбуйтесь вместе с вашим малышом летающими разноцветными бабочками, стрекозами, жуками. Можно осторожно поместить насекомое в банку с веточкой или цветком, внимательно рассмотреть, обратив внимание на то, как насекомое ест, передвигается. После этого выпустить его на волю (вынуть веточку с сидящей бабочкой из банки и проследить, как она улетает).

В лесу интересно наблюдать за муравьями, как они тащат еловые иголки — это они строят свой дом (муравейник), не следует им мешать. Их работа нужна лесу. Пока для малыша достаточно отметить сам факт, а старшим детям объяснить, почему муравьи нужны лесу.

Где бы ни проводились прогулки летом, привлекайте внимание детей к жизни птиц. Их можно видеть везде: в воздухе, на земле, на деревьях. Продолжайте наблюдать не только за грачами, воробушками, но и покажите ласточек: как они быстро и красиво летают, какие издают звуки, как садятся на деревья. Знакомя малышей с разными животными, можно давать задания на различение и запоминание животных («Кто пришел? Кого не стало?»); группировку животных в

пары по признаку: взрослое животное — детеныш («Чей малыш? Помоги найти маму»); вычленение характерных для животного повадок («Кто что ест? Кто клюет, а кто лакает? Кто как кричит?»).

Так дети постепенно учатся понимать природу. Все растения и животные становятся их добрыми знакомыми, которым можно сказать: «Здравствуй! Как поживаешь? Я твой друг!»

Обогатить ребенка яркими впечатлениями от разнообразия, красоты природных явлений, научить всматриваться, любоваться и восхищаться, проявлять пытливость и наблюдательность, беречь и заботиться об окружающей природе — нашем доме — вот благородная задача взрослых.

С первых шагов ребенка каждым своим действием закладывайте в его сознание понимание того, что духовная и физическая жизнь человека неразрывно связана с природой-

17. Собираюсь в детский сад

Вот мы и подросли. Пора в детский сад. Это важное событие в жизни малыша. Прежде чем готовить ребенка к детскому саду, подготовьтесь сами, дорогие мамы и папы: познакомьтесь с жизнью детей в детском саду (чем занимаются, каков режим, каковы требования и т. п.). Желательно предварительно познакомиться с воспитателем и няней группы, в которую будет ходить ваш ребенок, рассказать о его особенностях, привычках, интересах и т. д.

Когда малыш приходит в детский сад, он попадает в новые условия. Меняется режим, характер питания, температура помещения, воспитательные приемы, характер общения и т. п. Все это, как правило, приводит к изменению поведения ребенка, нарушается его аппетит, сон, эмоциональное состояние. Иногда может повышаться температура без видимых причин.

У некоторых ребят происходит потеря уже имеющихся навыков. Например, дома просился на горшок, а в детском саду отказывается. Не волнуйтесь и ни в коем случае не стыдите, не ругайте малыша. Пройдет неделя, другая, и все навыки у него восстановятся.

Родителям необходимо знать, что состояние эмоционального дискомфорта, переживаемое ребенком, может привести к снижению сопротивляемости организма. Вот почему некоторые дети в период адаптации могут болеть.

Мы говорим «могут», потому что все перечисленные выше нарушения в поведении ребенка в период адаптации, а следовательно, и его заболевания не обязательны. Родители должны совместно с детским учреждением приложить все усилия к тому, чтобы помочь малышу приспособиться к новым условиям с минимальными потерями в физическом и психическом здоровье.

А чтобы это сделать, надо знать, от чего зависят длительность и характер адаптации.

Исследования педагогов, медиков (Н. М. Аксарина, Н. П. Жукова) показывают, что характер адаптации зависит от возраста. Наиболее трудно приспособляются к новым условиям дети в возрасте от 9—10 месяцев до 1 года 8 месяцев — 2 лет. В этом возрасте начинают формироваться довольно устойчивые привычки, а возможности к их перестройке еще нет.

После двух лет приспособление к новым условиям происходит несколько быстрее, так как изменяется подвижность нервных процессов. Дети становятся более любознательными, их можно заинтересовать новой игрушкой, занятиями. Они хорошо понимают речь взрослого, их легче успокоить, у них уже есть опыт общения с разными людьми.

Однако не следует забывать, что дети одного и того же возраста по-разному привыкают к новым условиям. *Это зависит от индивидуальных особенностей их нервной системы.*

Одни дети в первые дни пребывания в детском учреждении громко плачут, отказываются от пищи, не хотят играть, заниматься, сопровождая все бурным протестом. Но вот проходит два-три дня, и ребенок успокаивается, у него восстанавливается аппетит, сон, он охотно общается с воспитателем и детьми.

Есть дети, которые в первые дни в детском учреждении внешне ведут себя спокойно. Они послушно садятся есть, но едят без аппетита, лежат с закрытыми глазами, но долго не засыпают, берут предложенную им игрушку, но не играют с ней. Когда приходят родители за таким ребенком — он с плачем бросается к ним. Подобные дети нуждаются в особой помощи воспитателя и родителей. Такое внешне спокойное, но подавленное эмоциональное состояние может длиться очень долго и привести к заболеванию. *На характер адаптации оказывает влияние и то, из каких условий ребенок приходит в детский сад, что меняется в условиях его жизни.* Мы говорили выше, что часто полностью изменяется режим, характер питания, температура помещения. В этом случае ребенку трудно перестроиться. И, наоборот, малыш значительно легче приспособится к условиям детского учреждения, если в семье он жил по режиму, который соответствовал возрасту, ему давали разнообразную пищу (жидкую, густую), у него сформированы необходимые навыки самообслуживания и общения.

Вам уже сейчас хочется знать, как сложатся отношения вашего малыша с воспитателем, с другими детьми. А для этого наблюдайте за поведением ребенка в ситуациях с незнакомыми взрослыми, детьми.

Вы часто бываете с малышом на прогулке в парке, на детской площадке. Как ведет себя ваш ребенок, когда незнакомый взрослый доброжелательно спрашивает его: «Как тебя зовут? Сколько тебе лет?» Замечательно, если в ответ на улыбку взрослого малыш улыбается, отвечает на вопросы, сам пытается спросить (в этом случае вы можете помочь ему).

Если возникли трудности в общении и малыш беспокоится, не настаивайте. Предложите ему попрощаться со взрослыми и продолжить вашу прогулку дальше. Для себя возьмите это на заметку.

Попробуйте в следующий раз вместе с ребенком познакомиться с родителями детей, которые бывают здесь. Пусть ваш малыш видит пример такого общения. Для этого вы можете использовать и встречу с соседями. Обратите внимание, как реагирует ребенок, когда рядом играют дети. Пытается включиться в игру сразу, или сначала наблюдает за ней, или крепко держит вашу руку, хмурится, просит вас пойти в другое место?

Это свидетельствует о том, что у малыша есть трудности в общении. Причины могут быть разными: страх общения, невладение способами общения и др.

Как помочь в этом случае ребенку? Прежде всего научите его играть с вами, а

затем с детьми, близкими по возрасту. Игры могут быть самыми простыми (катать мяч, машинку друг к другу). Постарайтесь заинтересовать ребенка игрой.

Трудности в общении могут быть вызваны и тем, что «домашние» дети не всегда умеют делиться игрушками. Не спешите обвинять малыша в жадности. Психологи выделяют три типа поведения, возникающих в ответ на просьбу взрослого поделиться. В ситуации, когда просим поделиться своими игрушками с другими детьми, мы говорим об одолжении, так как игрушки возвращаются малышу после игры. В детском саду эта просьба означает соблюдать очередность, потому что игрушки здесь не принадлежат ребенку лично.

В третьем случае мы просим просто отдать что-то, поскольку, когда мы говорим: «Поделись конфетами», ребенок не получит их назад.

Поэтому будьте внимательны к тому, что вы требуете от малыша. Помогите ему, по-разному оценивая свои просьбы в той или иной ситуации. Избегайте назиданий: «Тебе надо научиться делиться с другими! Не жадничай, поделись!»

Это все равно еще непонятно ребенку и не снимает его недоумение, почему нужно поделиться. Покажите, как просить вещь, игрушку у другого, как поблагодарить, как подождать, когда кто-то пользуется общими предметами. Если малыш готов к этому, у него будет меньше проблем в детском саду.

Легче адаптироваться к дошкольному учреждению помогут малышу знакомые предметы из семейного окружения. В первые дни посещения детского сада желательно, чтобы ребенок брал с собой любимую игрушку, которая бы помогала ему эмоционально адаптироваться в мире чужих вещей.

Нужна ли какая-то подготовка ребенка в интеллектуальной сфере развития? Если вы воспитывали малыша по предлагаемой нами программе, помогали ему приобрести навыки в разных видах деятельности, вовремя развивали речь, то специальной подготовки, надеемся, не потребуется.

Готовя ребенка к детскому саду, особо следует оценить его навыки и умения в самообслуживании. Научите его одеваться, умываться, пользоваться туалетом, самостоятельно есть (см. соответствующие разделы программы). Отсутствие навыков самообслуживания у ребенка — действительно фактор риска для его здоровья. Дело здесь не только в том, что у воспитателя и у няни «на руках» много детей и они не успевают вовремя всех умыть, одеть. Отсутствие умений в самообслуживании может привести к дискомфортному состоянию, так как привычная потребность ребенка в своевременной помощи со стороны взрослого не будет удовлетворяться.

Вот почему мы подробно описали условия, в которых происходят процессы самообслуживания в семье (одевание, раздевание, умывание и т. д.). Читая (изучая) внимательно соответствующие разделы книги, вы увидите, что эти условия обеспечивают самостоятельность и автономность ребенка. Подробно изложены и способы его действий в процессах самообслуживания, также обеспечивающие самостоятельность, независимость от взрослого.

Продумайте до мельчайших деталей всю одежду ребенка: легко ли расстегиваются пуговицы, петельки. Расширьте петли у нового платья, по возможности замените сложные застежки на более простые. Этим вы избавите своего малыша от лишних проблем в самообслуживании, от ненужных отрицательных переживаний в детском саду.

Что еще могут сделать родители для подготовки ребенка к посещению дошкольного учреждения?

Желательно побывать с малышом на участке садика, показать, как дети гуляют, как им весело, чем они занимаются.

Познакомьте его с обстановкой в группе, с работниками детского сада; покажите его кроватку, шкафчик для одежды, место за столом, туалетную комнату.

Это создаст положительный настрой у малыша.

Продумайте, на какое время вы будете оставлять малыша в детском саду первые дни. Вначале лучше сводить его на одну прогулку. Такая ситуация понятна ему, потому что он уже гулял во дворе с другими детьми. Потом на час-два, затем до обеда, постепенно удлиняя срок его пребывания в группе.

Если вы хотите, чтобы ваш ребенок был спокоен, при расставании с ним старайтесь не показывать своего волнения, беспокойства. Говорите ему, что его ждут дети, воспитательница (называйте ее по имени, отчеству), игрушки в группе. Постарайтесь не оставлять воспитателю плачущего ребенка. Зная особенности характера своего малыша, посоветуйте педагогу подойти с ним к окну и помахать вам рукой, взять его на руки, предложить игрушку. Иногда ребенок легче расстается с папой, чем с мамой. В этом случае целесообразно первое время отводить малыша в детский сад папе.

Родителям важно знать, что в период адаптации ребенок может быть капризным, раздражительным. Проявите к своему малышу максимум внимания, чуткости. Компенсируйте в семье возможное недосыпание, недоедание в детском саду. Постарайтесь в этот период оградить ребенка от дополнительных стрессов, нагрузки на нервную систему (посещение гостей, магазинов, прием у себя гостей и т. п.). Если вы последуете всем советам, которые мы предложили в этой книге, вашему малышу будет легче привыкнуть к детскому саду.

Таблица 3.

Режим для детей от 1 года до 2 лет в детском саду

Режимные процессы	6 мес	1 г. 6 мес. -2 г.
Прием детей, игра	7.00 — 8.00	7.00 — 8.00
Туалет, завтрак	7.30 — 8.30	7.30 — 8.30
Игра	8.30 — 8.45	8.30 — 8.45
Занятие	8.45 — 9.05	9.05 - 9.25
Игра, постепенное укладывание	9.05 — 9.30	—
Сон (младшая подгруппа)	9.05 - 12.00	—
Сборы на прогулку, прогулка	—	9.25 — 11.00
Возвращение с прогулки	—	11.00—11.30
Постепенный подъем по мере пробуждения	11.30— 12.00	—
Туалет, подготовка к обеду, обед	12.00— 12.30	11.30— 12.00
Сон (старшая подгруппа)	—	12.00— 15.00
Игры, занятия	12.30— 15.00	—
Постепенное укладывание, сон	15.00—16.30	—
Подъем, туалет, полдник	16.30— 17.30	15.00— 16.30
Игры, уход домой	17.00 — 19.30	16.30—19.15

Ужин дома	19.20	19.15
Ночной сон	20.00 — 6.00	20.00 — 6.30

Таблица 4.

Режим для детей от 2 до 3 лет в детском саду

Режимные процессы	Время проведения
Прием детей, игры	7.00 — 8.00
Подготовка к завтраку, завтрак	8.00 — 8.30
Игры, занятия (по подгруппам)	8.30 — 9.15
Подготовка к прогулке, прогулка	8.50 — 11.30
Подготовка к обеду, обед	11.15-12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 - 15.30
Подъем, подготовка к полднику, полдник	15.30 — 16.30
Игры, занятия (по подгруппам)	16.30—17.00
Подготовка к прогулке, прогулка	17.00 — 19.00
Уход детей домой	19.00
Прогулка дома	19.00 — 19.30
Ужин дома	19.30
Подготовка ко сну, ночной сон	20.30

Познакомьтесь с типовым режимом детского сада.

Выше даны примерные режимы для осенне-зимнего периода. В летнее время режим в детском саду и семье несколько меняется. Увеличивается время пребывания на свежем воздухе. Занятия с детьми, их игры переносятся на участок. Дети укладываются на ночной сон позже на 30—60 минут.

18. В какой семье я расту и как меня воспитывают

(Типы семейного воспитания)

Мы рассказывали вам о том, как развивается кроха, как его воспитывать. Пытались найти вместе с вами ключик к пониманию малыша. Надеемся, что убедили вас: ключик этот — в семье, в каждодневном общении малыша с вами, в совместной деятельности.

Как же складывается каждодневное общение с ребенком в семье? Готового рецепта воспитания нет. В каждой семье свои особые, неповторимые взаимоотношения с малышом. Семьи бывают разные: полные и неполные; многодетные и с одним ребенком; конфликтные и благополучные и т. д. В каждой семье может быть свой тип воспитания. Психологи выделяют несколько типов воспитания, которые существуют в семье и по-разному влияют на развитие личности. Рассмотрим, как влияет тот или иной тип воспитания на развитие личности ребенка. Возможно, это даст толчок вашим размышлениям о собственной семье, о воспитании малыша в ней: какой я родитель? Что я делаю? Что требую от своего ребенка?

Итак, какие же типы воспитания существуют в семье? Заметим, что «чистых» типов не бывает. Они выделены по преобладающему характеру отношений родителей и детей.

Весьма распространен *авторитарный тип воспитания*, в котором ярко проявляется диктат в отношении к ребенку, требование беспрекословного подчинения, неприятие индивидуальности малыша. Подобное отношение к ребенку строится на незыблемости собственного авторитета родителей, иногда ложного. Такие родители часто используют наказания, жесткий контроль («ты будешь делать так, как скажу я»). Варианты разрешения разногласий родителем не принимаются и не обсуждаются. Для ребенка в этом случае характерны низкая самооценка («я плохой, никому не нужен»), сниженная активность, безынициативность, склонность к ссорам, трудности в общении со сверстниками. Замечено, что если в семье авторитарна мать по отношению и к ребенку и к отцу, то это влияет на отношение малыша к отцу: он игнорирует его, не считается с ним. Авторитарность отца мешает ребенку, особенно девочке, хорошо к нему относиться. Такая позиция членов семьи приводит к постоянным конфликтам.

Опекающий тип воспитания. Родители в этом случае чрезмерно заботливы. Гиперопека проявляется в двух вариантах: потворствующая и доминирующая.

При *потворствующей гиперопеке* ребенок находится в центре семьи, которая стремится к максимальному удовлетворению его потребностей. Малыш вызывает всеобщее восхищение, при этом неважно, как он себя ведет. В обращениях родителей к ребенку преобладает умиленный тон. Почти любая его прихоть немедленно исполняется. А если мама, папа не делают этого, то вызывают неодобрение других членов семьи. При подобном воспитании малыш привыкает быть в центре внимания. У него развивается болезненная обидчивость, подозрительность, упрямство и даже агрессивность. Это делает его неуживчивым среди сверстников, а значит, отвергаемым и одиноким.

При *доминирующем типе гиперопеки* из-за желания оградить ребенка от трудностей родители ставят перед ним многочисленные запреты, ограничения, злоупотребляют контролем. Последствиями этого воспитания является формирование у малыша таких качеств личности, как зависимость от окружающих, отсутствие самозащиты, излишняя уступчивость. Он скрупулезно выполняет все, что предлагает взрослый, независимо от целесообразности. По мнению психологов, этот вид опеки более характерен для матери, чем для отца.

Пренебрегающий тип воспитания. При таком воспитании малыш предоставлен сам себе. Родители им не интересуются, не контролируют его и даже избегают контактов. В этом случае у ребенка наблюдается в поведении недоразвитие эмоционально-волевой сферы, замкнутость, агрессивность. Он малоактивен, часто делает вид, что не может выполнить поручение, хотя оно ему по силам (феномен выученной беспомощности), возможен и неустойчивый тип поведения (ребенок может быть импульсивным, упрямым и т. п.).

Благоприятный тип воспитания основывается на доверии, уважении друг к другу, сотрудничестве. Родители одобряют малыша, его интересы. Они пытаются помочь ему в решении проблем, при этом совместно с ребенком обсуждаются варианты разрешения. Контроль носит помогающий характер. Ограничения в поведении также обговариваются, и малыш принимает их как справедливые. При

подобном воспитании ребенок проявляет активность, инициативность, самостоятельность. Он доброжелателен, что помогает ему легко вступать в контакты со сверстниками, взрослыми.

Следует отметить, что негибкий доминирующий тип воспитания формирует, навязывает малышу определенный тип поведения (в психологии это называется психологической ролью).

Рассмотрим некоторые из этих ролей. (При описании ролей использованы материалы А. Б. Добрович.)

«*Кумир семьи*» — малыш, чувствуя такое отношение, стремится быть всегда в центре внимания и требует этого. Для привлечения внимания к себе он использует шалости, неумные слезы, капризы и т. п.

Ребенок любит читать стихи, петь песенки перед взрослыми, детьми, любит аплодисменты. Такой малыш вырастает эгоистичным. Он трудно переживает свои неудачи, болезненно реагирует на отрицательные оценки чужих людей, ревнив к успехам других детей, нередко поэтому агрессивен. Здесь кроются истоки зависти — чувства, с которым человеку тяжело жить. А самое главное — зависть тормозит развитие.

«*Паинька*» — как правило, это воспитанный, послушный, примерный ребенок. Его родители пытаются сделать из малыша предмет гордости. Почти в любой ситуации от него требуют в первую очередь соблюдения приличий. Неважно, что он при этом чувствует, каково его мнение. Когда ему не удастся быть примерным и он встречает неодобрение, то начинает заискивать перед родителями. Так может сформироваться неискренность, двуличие и желание *казаться* всегда хорошим. Такой ребенок в погоне за одобрением легко подвергается любому влиянию, как хорошему, так и плохому.

«*Болезненный ребенок*» — это еще одна роль малыша. Долго болевший ребенок выздоравливает, а в семье по-прежнему считают его больным. Родители продолжают его опекать, потворствовать всем прихотям. Они требуют такого же отношения от других. Малыш привыкает все получать легко, без усилий. В случае отказа выполнения *его* требований проявляет неуверенность, тревожность, обидчивость. Испытывает трудности в общении и со взрослыми и с детьми.

В семье бывает и так называемый «*ужасный ребенок*». В этих случаях ребенок воспринимается взрослыми как источник постоянных хлопот, напряженности. Эта роль имеет много разновидностей.

Если малыш непослушен, своеволен, действует взрослым (по их мнению) назло, то в семье его воспринимают как «мучителя». Малыш становится непредсказуемо упрямым, обидчивым. Но иногда «ужасный ребенок» превращается в «забитого».

Он постоянно испытывает страх наказания за любое высказывание, любой поступок. Этот же ребенок может оказаться в роли «путающегося под ногами». Он чувствует, что всем мешает, вызывает у домашних одно раздражение и массу всевозможных замечаний. Это формирует у малыша неверие в свои собственные силы, замкнутость.

Важно, чтобы родители помнили, что малыш может быть и «кумиром», и чьим-то «сокровищем», а через некоторое время и «ужасным ребенком». Но все это *мимоходом*. Главное, что его любят и он может быть помощником, участником

беседы, советчиком. Важно не то, какие роли приготовлены для малыша взрослыми, а образец для подражания. Образцом для подражания являетесь вы.

Быть родителем — тяжелый труд. Родительские способности проявляются не сразу. Помните, что воспитание нельзя свести к схеме, в которой «мы только воздействуем, а ребенок получается — и ребенок на нас воздействует, и мы получаемся» (В. Леви). Воспитание — это как лесенка, по которой поднимаются двое: взрослый и ребенок. Преимущество взрослого лишь в опыте. А секрет лесенки состоит в том, что взрослый и ребенок вместе, но каждый самостоятельно преодолевает ступеньку за ступенькой. На каждой ступеньке у вас как родителя будут успехи и неудачи. Вы почувствуете, что на какой-то из них вам легко быть родителем, на какой-то трудно, а на какой-то, может быть, и трудно и легко. Учитесь на трудностях, когда чувствуете, что поступили как родитель не лучшим образом. А для этого иногда полезно останавливаться и смотреть, чего же достигли вы и ваш малыш. Тогда воспитание становится не набором хаотичных действий, а осознанным процессом познания себя и своего ребенка.

Приложение

Как я расту и развиваюсь

(Таблицы показателей развития детей)

В приведенных таблицах даются показатели возможных достижений детей данного возраста при создании благоприятных условий для развития. Отклонения могут быть как в ту, так и в другую сторону.

Таблица 1.

Как мы растем

Возраст	Вес, кг	Рост, см	Окружность	Окружность груди, см
Новорожденный	3,3 - 3,5	50 — 51	34 — 36	32 — 34
1 месяц	4,1 - 4,3	53 — 54	36,6 — 37,8	36,0 — 36,3
2 месяца	5,0 — 5,3	56 — 58	38,4 — 39,0	38,1 — 39,0
3 месяца	6,0 — 6,3	59 — 61	40,0 - 40,9	40,0 — 41,3
4 месяца	6,5 — 6,9	62 — 64	41,0 — 41,9	41,8 — 42,0
5 месяцев	7,4 — 7,8	64 — 68	42,2 — 43,2	43,0 — 44,3
6 месяцев	8,0 — 8,7	66 — 70	43,2 — 44,2	44,3 — 45,5

7 месяцев	8,3 - 8,9	68 – 71	44,0 – 44,8	45,0 – 46,4
8 месяцев	8,5 – 9,5	70 — 72	44,3 — 45,4	46,0 - 47,2
9 месяцев	9,3 — 9,9	71 – 73	45,3 — 46,3	46,7 - 47,9
10 месяцев	9,5 — 10,4	72 — 74	45,6 — 46,6	47,0 - 48,3
11 месяцев	9,8 — 10,5	73 — 75	46,0 – 46,9	47,7 – 48,7
12 месяцев	10,1 - 10,7	74 — 76	46,0 — 47,2	47,7 - 49,0
1,5 года	11,1 — 11,5	80 — 82	47,3 – 48,8	49,4 — 50,5
2 года	12,3 - 12,7	84 — 86	48,3 — 49,4	50,4 — 51,5
2,5 года	13,9 - 14,3	93 — 94	48,9 — 50,0	51,4 — 52,3
3 года	14,7—15,1	95-96	49,3 — 50,4	52,3 - 53,2

Таблица составлена на основе показателей, приведенных в книге С. Л. Пономарева «Растите малышей здоровыми» (М.: Спорт, 1992).

Таблица 2.

Ориентировочные показатели развития детей 1 года¹

Возраст в месяцах	Сенсорное развитие	Эмоции	Движения руки	Общие движения	Подготовительные этапы активной речи	Понимание речи	Навыки
1	Фиксация взгляда на лицо взрослого и ярких предметах	Первая улыбка в ответ на общение со взрослым		Попытка удержать голову лежа на спине			
2	1. Следит взглядом за движущимся предметом. 2. Прислушивается к звукам	Длительно улыбается при общении со взрослыми					
3	1. Слуховое сосредоточение	Комплекс	Случайно наталкивается	Хорошо удерживает	Начало гуления		

¹ Таблица составлена на основе разработок Н. М. Аксариной, Т. В. Пантюхиной, К. Л. Печоры, Э. Л. Фрухт.

	ние. 2. Зрительное сосредоточе ние		руками на игрушку, висящую над грудью	голове. Лежит на животе, опираясь на предплечье			
4	Находит	Громко	Захватывает подвешенную над грудью игрушку	Поддержива- емый под хорошо опирается			
5	1. Различает интонации. 2. Отличает		Четко берет игрушку из рук взрослого	1. Переворачива ется на живот 2. Устойчиво стоит при поддержке под мышке	Подолгу гулит		
6			Свободно берет игрушку из разных положений и долго занимается с ней	1. Переворачива ется с живота на спину. 2. Пытается ползать	Начало лепета		Хорошо ест, снимая пищу губами с ложки
7			Играя с погремушкой, стучит, размахивает ею	1. Хорошо ползает 2. Ровно стоит при поддержке за обе руки	Подолгу лепечет	На вопрос «Где?» находит предмет, располо- женный в одном и том же месте	
8			Игрушками занимается долго	1. Сам садится 2. Сам встает, держась за барьер	Громко повторно произносит различные слоги	По просьбе взрослого выполняет «Ладушки» , «Дай ручку», «До свидания»	1. Пьет из чашки, которую держит взрослый . 2. Ест кусочек хлеба, который сам держит в руке
9			Занимается по-разному с предметами в зависимости от их свойств. катает,	1. Переступает вдоль барьера. 2. Ходит при поддержке за обе руки	Подражая взрослом у, повторяет за ним разнообра	На вопрос «Где?» отыскивает предметы, находящие ся в	

			вынимает и вкладывает		зные звуки и слоги	разных местах	
10			Действия с предметами (открывание, закрывание, вкладывание) приобретают характер устойчивых занятий	Стоит самостоятельно. Ходит за каталкой		1. По просьбе взрослого находит и дает игрушку. 2. Отвечает на заигрывание «догоню-догоню»	
11			Овладевает новыми действиями: накладывает один предмет на другой, снимает и надевает кольца пирамидки и т.д.	Ходит при незначительной поддержке взрослым	Произносит первые слова-обозначения: «ав-ав», «кис-кис», «дай», «мама» и др.	По просьбе взрослого выполняет знакомые ему действия: «Покати мяч», «Покачай Лялю» и т.д.	
12				Самостоятельно ходит		Произносит 6—10 слов	Самостоятельно пьет из чашки

Таблица 3.

Развитие детей в возрасте 1 года — 1 года 6 месяцев

Линии развития	Показатели развития
Сенсорное развитие	Различает предметы по величине (большой, маленький). Подбирает предметы разной формы по образцу, например кубик к кубику
Общие	Ходит длительно до 10 м. Меняет положение, приседает, наклоняется. Может перешагивать через препятствия, подниматься по лестнице! спускаться приставным и чередующимся шагом, бросает вдаль предметы, катает мячи
Игра	Умеет воспроизводить в игре различные действия, которые наблюдает в жизни. Например, кормит куклу, умывает, укачивает ее и т. ц. Переносит знакомые действия на новые игрушки. Кормит не только куклу, но и собачку

Понимание речи взрослых	Увеличивается запас понимаемых слов. Понимает названия часто называемых лиц, предметов, действий. Обобщает предметы по существенным признакам в понимаемой речи
Активная речь	Пользуется словами-заменителями и облегченными словами (машина — «би-бн», собака — «ав-ав» и т. д.). Легко подражает облегченным словам
Навыки	Пьет свободно из чашки, ест ложкой самостоятельно густую пищу. Обращает внимание на грязные руки, лицо, нос

Таблица 4.

Развитие детей в возрасте 1 года 6 месяцев — 2 лет

Линии развития	Показатели
Сенсорное развитие	Подбирает по образцу предметы 4 основных цветов. Различает 3 разных по величине предмета, например 3 куба. Подбирает по образцу однородные предметы, сходные по форме
Общие	Перешагивает через палку, поднятую от пола на 18 — 20 см. Бросает мяч в горизонтальную цель на расстояние 60 — 70 см. Легко влезает на стремянку, спускается чередующимся шагом
Игра	Легко воспроизводит в игре отдельные явления, последовательные действия
Понимание речи взрослого	Понимает смысл предложений о событиях и явлениях, часто повторяющихся в личном опыте. Понимает рассказ о событиях, знакомых без показа. Понимает содержание несложного сюжета по картинке
Активация речи	Словарь увеличивается до 300 слов. Легко повторяет слова и простые фразы. Обобщает предметы по существенным признакам. Облегченные слова заменяет правильными. Говорит предложениями из 3—4 слов. Появляются грамматические изменения. Речь становится средством общения со взрослыми. Задает вопрос «Что это?»
Навыки	Ест довольно аккуратно. Пользуется носовым платком. Частично одевается и раздевается. Контролирует физиологические отправления

Таблица 5.

Развитие ребенка 3-го года

Линии	Показатели
Сенсорное развитие	Называет 4 основных цвета, величину «большой», «маленький»*
Общие	Ходит по наклонной доске шириной 20 см, приподнятой на 25—30 см. Влезает на табурет высотой 0,5 м, слезает с него. Бросает одной рукой маленькие мячи в горизонтальную цель на расстояние от 80—100 см до 100—125 см. Бросает и ловит мяч на расстоянии 70—100 см. Согласовывает свои действия с другими детьми. Одновременно действует рукой и ногой. Может менять темп движений в соответствии с музыкой, словом
	Словарь активных слов включает 1200—1500 слов. Появляются вопросы «Где?», «Куда?», «Почему?». Речь становится средством общения и с детьми. Легко разучивает стихи и песенки. В словарь входят все части речи, кроме причастия и деепричастия. Произносит все звуки, кроме «р», «л» и шипящих

Игра	В игре исполняет роль мамы, врача и т. д.
Навыки	Самостоятельно одевается, но не умеет застегивать пуговицы, завязывать шнурки. Делает это с помощью взрослых. Моет руки перед едой. Пользуется салфеткой по мере надобности. Благодарит после еды без напоминания

Таблица 6.

Развитие личности в раннем возрасте

Возраст детей	Предпосылки развития личности
1 месяц	Ответная активность на действия взрослых в виде улыбки
2—3 месяца	Инициативная активность в виде комплекса оживления (улыбка, гуление, двигательная активность). Данная реакция — начало развития потребности ребенка в общении с окружающими
5-6 месяцев	Появление ситуативно-делового общения (совместные со взрослыми игры с игрушками). Инициативная активность ребенка в предметно-опосредованном общении со взрослым (общая двигательная активность, голосовые реакции, улыбка, выбрасывает игрушки из манежа — все это призывы к общению). Удовлетворение от успехов в совместных со взрослым действиях, внешне выраженное в положительных эмоциях. Потребность в одобрении взрослого, выраженная положительными и отрицательными эмоциями (в зависимости от удовлетворения). Избирательное отношение к взрослым: положительный эмоциональный отклик на близких людей и настороженность или избегание общения с чужими людьми
6—9—10 месяцев	Более активный и разнообразный отклик на действие взрослого и более инициативное общение с ним: подражает (смех, лепет); подползает навстречу взрослому, протягивает руки; огорчается при неодобрении его действий; плачет, призывно кричит, если взрослый не подходит к нему или уходит, ползет вслед за уходящим; указывает на игрушки, протягивает их взрослому, призывая к общению. Более четко проявляется эмоциональная привязанность к близким людям, доверие к ним
10—12 месяцев	Начало отделения себя от взрослого и попытки действовать с предметами самостоятельно. Проявление радости при успехе в действиях с ними, огорчения при неудачах и запретах к действию. Появление некоторого противопоставления себя взрослому, стремления к самостоятельности, слободе. (Первое противопоставление себя взрослому — кризис первого года жизни.) Проявление радости при приходе взрослых и детей, которые играют с ним; инициативное общение (протягивает другому ребенку игрушку, сопровождает это смехом, лепетом). Играет (поиск — прятание)
2—3-й год	Более четкое оформление интереса к активному взаимодействию с ребенком, взрослым или старшими детьми. Острая потребность в одобрении своих действий со стороны взрослых. Одобрение и похвала вызывают чувство гордости. При неудаче возникает чувство огорчения, стыда. Наряду с предметной, появляются разные виды деятельности, и все более отчетливо проявляется самостоятельность в них. Под влиянием оценки взрослого возникает самооценка, во недифференцированная: взрослый оценивает успехи в действиях, а ребенок относит ее к себе в целом («Я хороший» или «Я плохой»). Изменение отношения ребенка к взрослому: оформляется позиция «Я сам», в то же время взрослый —

Примечание. Показатели развития личности, данные по месяцам и годам, не исчезают в каждом последующем периоде. Они становятся более яркими, содержательными и сосуществуют с новообразованиями очередного периода. Все отмеченные проявления — предпосылки развития таких личностных качеств, как активность, инициативность, самостоятельность, более сложных чувств симпатии и эмпатии (отзывчивости), любви и т. п. Кризисные периоды выявляют становление самосознания ребенка, осознание им своего «Я».

Литература

- Аванесова В. Н.* Обучение самых маленьких в детском саду.— М.: Просвещение, 1968.
- Авдеева Н. Н., Мещерякова С. Ю.* Вы и младенец.— М., 1991.
- Аксарина И. М.* Воспитание детей раннего возраста.— М.: Просвещение, 1981.
- Бабаджан Т. С.* Музыкальное воспитание детей раннего возраста.— М.: Просвещение, 1967.
- Божович Л. И.* Личность и ее формирование в детском возрасте.— М., 1968.
- Бреслав Г. М.* Эмоциональные особенности формирования личности в детстве.— М., 1990.
- Ватутина Н. Д.* Ребенок поступает в детский сад.— М.: Просвещение, 1983.
- Введение в психологию/Под ред. А. В. Петровского.— М., 1997.

Внешняя среда и психическое развитие ребенка/Под ред. Р. В. Тонковой-Ямпольской, Е. Шмидт-Кольмер, Э. Хабинаковой.— М.: Педагогика, 1984.

Воспитание детей раннего возраста / Е. О. Смирнова, Н. Н. Авдеева, Л. Н. Галигузова и др.— М.: Просвещение: Учебная литература, 1996.

Воспитание детей раннего возраста: Методическое пособие к программе «Кроха»/Под ред. Г. Г. Григорьевой.— Н. Новгород, 1997.

Воспитание и обучение в детском саду/Под ред. А. В. Запорожца, Т. А. Марковой.— М.: Педагогика, 1976.

Воспитание и обучение детей раннего возраста/Под ред. Л. Н. Павловой.— М.: Просвещение, 1986.

Воспитание и развитие детей раннего возраста/Под ред. Г. М. Ляминой.— М.: Просвещение, 1981.

Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6 т.— М., 1984.

247

Галигузова Л. И., Смирнова Е. О. Ступени общения: от года до семи лет.— М.: Просвещение, 1992.

Гербова В. В. Занятия по развитию речи детей 2—4 лет (младшая разновозрастная группа).— М.: Просвещение, 1993.

Григорьева Г. Г. Игровые приемы в обучении дошкольников изобразительной деятельности.— М.: Просвещение, 1995.

Григорьева Г. Г. Изобразительная деятельность дошкольника.— М., 1997.

Григорьева Г. Г. Эстетическое воспитание детей дошкольного возраста в изобразительной деятельности // О воспитании ребенка в семье.— Горький, 1979.

Губерт К. Д., Рысс М. Г. Массаж и гимнастика для малышей.— М., 1983.

Детский сад и семья/Под ред. Т. А. Марковой.— М., 1981.

Диагностика и профилактика ранних отклонений в состоянии здоровья детей/Под ред. В. А. Доскина и М. Н. Рахмановой.— М., 1993.

Дидактические игры и занятия с детьми раннего возраста: Пособие для воспитателей детских садов/Под ред. С. Л. Новоселовой.— М.: Просвещение, 1977.

Дьяченко О. М., Лаврентьева Т. В. Психическое развитие дошкольника.— М.: Просвещение, 1984.

Запорожец А. В. Избранные психологические труды: В 2 т.— М.: Педагогика, 1986.

Зворыгина Е. В. Первые сюжетные игры малышей.— М.: Просвещение, 1988.

Игра дошкольника/Под ред. С. Н. Новоселовой.— М.: Просвещение, 1988.

Кабанов А. А., Габовская Л. П. Анатомия, физиология и гигиена детей дошкольного возраста.— М., 1989.

Казакова Т. Г. Рисуют младшие дошкольники.— М.: Просвещение, 1971.

Кольцова М. М. Ребенок учится говорить.— М.: Советская Россия, 1973.

Комарова Т. С. Изобразительная деятельность в детском саду: обучение и творчество.— М., 1990.

Комарова Т. С. Обучение детей технике рисования.— М.: АО' «Столетие», 1994.

Костина Э. П., Комиссарова Л. Н. Наглядные средства в музыкальном воспитании дошкольников.— М.: Просвещение, 1986.

Костина Э. П. Примерное планирование музыкального воспитания в детском

саду// Дошкольное воспитание.— 1989.— № 8; 1990.— № 1.

Кочетова Н. П. Обучение действиям с мячом детей раннего возраста/УСовершенствование дошкольного воспитания и проблемы НОТ/Под ред. Л. Н. Павловой,— Саранск: Наука, 1988.

Кочетова Н. П. Физическое воспитание дошкольников в семье//О воспитании ребенка в семье.— Горький, 1979.

Кроха: Программа развития и воспитания детей до трех лет в условиях семьи.— Н. Новгород, 1996.

Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность.— М., 1975.

Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения: В 2 т.—М., 1983.

Лисина М. И. Проблемы онтогенеза общения.— М.: Просвещение, 1986.

Литван З. В. Конструирование.— М.: Просвещение, 1981.

Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма детей дошкольного возраста/Под ред. М. В. Антроповой, М. М. Кольцовой.— М., 1983.

Мухина В. С. Детская психология.— М., 1985.

Немое Р. С. Психология.— М.: Просвещение, 1995.

Николаева С. Н. Как приобщить ребенка к природе.— М.: Новая школа, 1993.

Николаева С. Н., Терентьева Е. Ф. Экологическое воспитание дошкольников.— Н. Новгород, 1992.

Обухова Л. Ф. Возрастная психология.— М.: Роспедагентство, 1996.

Общение ребенка в детском саду и семье/Под ред. Т. А. Репиной, Р. Б. Стеркиной.— М., 1990.

О воспитании ребенка в семье: В помощь педагогическому всеобучу родителей/Под ред. Г. В. Груба.— Горький, 1979.

Пантюхина Г. В., Печора К. Л., Фрухт Э. Л. Методы диагностики нервно-психического развития детей раннего возраста.— М., 1996.

Петрова В. А. Занятия по развитию речи с детьми до трех лет.— М.: Просвещение, 1970.

Петровский В. А. Личность в психологии,— Ростов-на-Дону, 1996.

Печора К. Л., Пантюхина Г. В., Голубева Л. Г. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях.— М.: Просвещение, 1986.

Пилюгина Э. Г. Сенсорные способности малыша.— М.: Просвещение, 1996.

Психология воспитания/Под ред. В. А. Петровского.— М., 1995.

Развитие и воспитание ребенка от рождения до трех лет/Под ред. Н. М. Щелованова.— М., 1969.

Развитие общения у дошкольников/Под ред. А. В. Запорожца, М. И. Лисиной,— М., 1974.

Развитие речи детей дошкольного возраста/Под ред. Ф. А. Сохина,— М.: Просвещение, 1979.

Розенгарт-Пупко Г. Л. Формирование речи у детей раннего возраста.— М., 1963.

Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: В 2 т.— М.: Педагогика, 1989.

Сакулина И. П. Рисование в дошкольном детстве.— М.: Просвещение, 1965.

Сергеева Д. В. Воспитание ребенка дошкольного возраста в процессе трудовой деятельности.— М.: Просвещение, 1987.

- Сергеева Д. В.* Совместный труд ребенка со взрослым/'Дош-кольное воспитание.— 1983,— № 1.
- Сеченов И. М.* Избранные произведения.— М.: Учпедгиз, 1953.
- Слита И. Б.* Роль семьи в воспитании культуры речи ребенка-дошкольника//О воспитании ребенка в семье.— Горький, 1979.
- Слободчиков В. И., Исаев Е. И.* Психология человека: Введение в психологию субъективности.— М., 1995.
- Терентьева Е. Ф.* Умственное воспитание детей дошкольного возраста в процессе ознакомления с природой/'О воспитании ребенка в семье.— Горький, 1979.
- Терентьева Е. Ф.* Экологическое воспитание дошкольников/' Региональная программа непрерывного экологического образования/Под ред. И. Е. Курова.— Н. Новгород, 1992.
- Типовая программа воспитания и обучения в детском саду/Под ред. Р. А. Курбатовой, П. Н. Поддьякова.— М., 1984.
- Тихеева Е. И.* Развитие речи детей.— М.: Просвещение, 1981.
- Умственное воспитание дошкольников/Под ред. П. Н. Поддьякова.— М.: Педагогика, 1972.
- Урунтаева Г. А.* Дошкольная психология: Учеб. пособие.— М., 1996.
- Фельдштейн Д. И.* Психология становления личности.— М., 1994.
- Физиология высшей нервной деятельности ребенка/Под ред. З. И. Коларовой,—М., 1968.
- Флерина Е. А.* Изобразительное творчество детей дошкольного возраста.— М.: Учпедгиз, 1956.
- Фонарев А. М., Теплюк С.* Предпосылки трудового воспитания //Дошкольное воспитание.— 1983.— № 11.
- Фонарев А. М.* Ребенок и среда.— М., 1974.
- Чиркова Т. И.* Общение взрослых с детьми раннего возраста II Современные проблемы воспитания и развития детей раннего возраста.— Н. Новгород, 1992.
- Шишкина В. А.* Движения + движения.— М., 1992.
- Эльконин Д. Б.* Психическое развитие в детских возрастах: Избр. психологические труды.— М., 1995.
- Юрко Г. П., Спирина В. П., Сорочек Р. Г., Уварова З. С.* Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста.— 2-е изд.— М.: Просвещение, 1978.

Оглавление

Уважаемые мамы и папы! Бабушки и дедушки! Старшие сестренки и братишки! (*Г. Г. Григорьева*)

Слово к педагогам, которые будут читать эту книгу (*Г. Г. Григорьева*)

Глава I. Мы ждем тебя, малыш!

1. Я уже живу (Развитие и воспитание ребенка до рождение) (*Н. П. Кочетова*)

2. Слово к отцу (*Д. В. Сергеева*)

3. Готовимся к встрече малыша (*Н. П. Кочетова*)

Глава II. Как я буду расти и развиваться (Особенности и условия развития ребенка раннего возраста)

1. Вот какой крепыш я буду {Особенности физического развития ребенка до трех лет} (Н. П. Кочетова)
2. Хочу стать Человеком. Хочу вырасти Личностью! (Общие вопросы развития личности) (Г. Г. Григорьева)
3. Только так из человека выйдет Человек! (Г. Г. Григорьева)
4. Для меня важно, как организован мой день (Общие требования к режиму дня) (И. П. Кочетова)

Глава III. Гуленька (Воспитание и развитие ребенка первого года жизни)

1. Я пришел в этот мир (Особенности ребенка первого года жизни) (Г. Г. Григорьева, Н. П. Кочетова, Д. В. Сергеева)
2. Как я развиваюсь в первый месяц жизни (Г. Г. Григорьева, И. П. Кочетова, Д. В. Сергеева)
3. Я учусь смотреть и видеть, слушать и слышать (Воспитание и развитие ребенка от 1 до 3 месяцев) (Г. Г. Григорьева, И. П. Кочетова, Д. В. Сергеева, Г. В. Груба, Э. П. Костина)
4. Я начинаю вас узнавать, я умею гулить, я действую с игрушкой (Воспитание и развитие ребенка с 2,5—3 до 5—6 месяцев) (Г. Г. Григорьева, Н. П. Кочетова, Д. В. Сергеева, Г. В. Груба, Э. П. Костина)
5. Я учусь ползать, я начинаю понимать вас (Воспитание и развитие ребенка от 5—6 до 9—10 месяцев) (Г. Г. Григорьева, Н. П. Кочетова, Д. В. Сергеева, Г. В. Груба, Э. П. Костина)
6. Ура-а-а! Я хожу и говорю! (Воспитание и развитие ребенка от 9—10 до 12 месяцев) (Г. Г. Григорьева, И. П. Кочетова, Д. В. Сергеева, Г. В. Груба, Э. П. Костика)
7. Мой день упорядочен (Режим дня на первом году жизни) (Г. Г. Григорьева, И. П. Кочетова, Д. В. Сергеева)

Глава IV. Я сам (Воспитание и развитие ребенка второго-третьего года жизни)

1. Вот и стали мы на год взрослей (Особенности воспитания и развития ребенка на втором-третьем году жизни) (Г. Г. Григорьева, Я. П. Кочетова)
2. Мой день (Режим дня) (Н. Я. Кочетова)
3. Я продолжаю учиться действовать с предметами (Г. Г. Григорьева, Д. В. Сергеева)
4. Пробую есть сан (Кормление ребенка на втором году жизни) (Н. Я. Кочетова, Д. В. Сергеева)
5. Умываюсь и ем сам! (Кормление ребенка на третьем году жизни) (Д. В. Сергеева)
6. Я одеваюсь сам (Д. В. Сергеева)
7. Я начинаю трудиться вместе с мамой и папой (Д. В. Сергеева)
8. Я с удовольствием играю (Е. В. Зворыгина)
9. Мне надо много двигаться (Развитие движений детей на втором-третьем году жизни) (Я. П. Кочетова)

10. Я люблю поговорить (Развитие речи детей на втором году жизни) (Г. В. Груба)
11. Меня понимают все (Развитие речи детей на третьем году жизни) (Г. В. Груба)
12. Взял я в руки карандашик... (Изобразительная деятельность ребенка на втором году жизни) (Г. Г. Григорьева)
13. Как живу я и расту е стране Акварелни (Изобразительная деятельность детей от двух до трех лет) (Г. Г. Григорьева)
14. Покажите мне спектакль (Домашний театр) (О. И. Степанова)
16. Как прекрасен этот мир! (Начало экологического воспитания) (Е. Ф. Терентьева)
17. Собираюсь в детский сад (Я. Я. Кочетова)
18. В какой семье я расту и как меня воспитывают (Типы семенного воспитания) (О. К. Магомедова)

Приложение (Г. Г. Григорьева, Д. В. Сергеева, О. К. Магомедова)

Литература

**Григорьева Галина Григорьевна
Кочетова Наталия Петровна
Сергеева Дина Васильевна и др.**

Кроха

Пособие по воспитанию, обучению и развитию детей
до трех лет

Зав. редакцией *Л. А. Соколова*

Редактор *Ю. В. Иконникова*

Художественный редактор *Е. Л. Ссорима*

Художник *Ю. Н. Маркаров*

Технические редакторы *Т. Е. Хотюн, И. С. Поташникова*

Корректор *И. А. Григалашвили*

Налоговая льгота — Общероссийский классификатор продукции ОК 005-93—953000. Изд. лиц. № 010001 от 10.10.96. Подписано к печати с диапозитивов 03.0S.200I. Формат 60X90Vis- Бумага типогр. № 2. Гарнитура Литературная. Печать офсетная. Усл. печ. л. 16,0. Усл. кр.-отг. 17,0. Уч.-изд. л. 17,25. Тираж 10000 экз. Заказ № 799.

Государственное унитарное предприятие ордена Трудового Красного Знамени Издательство «Просвещение» Министерства Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. 127521, Москва, 3-й проезд Марьиной рощи, 41.

Государственное унитарное предприятие ордена Трудового Красного Знамени полиграфический комбинат Министерства Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. 410004, г. Саратов, ул. Чернышевского, 59.