**Панова Анна, 21 группа**

**ГРУДНОЙ РЕБЕНОК**

**ПЛАН:**

1. Кормление и развитие
	* Перекармливание
	* Недостатки перекармливания
2. Вес и рост
3. Сон
	* + Периоды бодрствования
		+ Трудности со сном
		+ Ночной сон
		+ Дневной сон
4. Выделения
5. Повседневный уход
* Чистоплотность
* Опрелости
* Купание
1. Прорезывание зубов
* Первые попытки жевать
* Появление первых зубов
1. Движение и управление телом
* Движения головой
* Позы
* Перекатывания
* Ребенок учится садиться
* Ребенок учится ползать
* Ребенок пытается встать
1. Зрение и развитие сознания
* Ребенок учится управлять движением рук
* Координация зрительного и двигательного аппарата
1. Слух и издаваемые звуки
* Первые преднамеренные звуки
* Лепет
* Слух и слушание
1. Игра и обучение. Игрушки
2. **Кормление и развитие**

Уже к двухнедельному возрасту ребенок должен полностью при­выкнуть к кормлению либо грудью, либо из бутылочки.

Очень важно, чтобы ребенок получал в процессе кормления удовольствие от всего — от поглощения пищи и от об­щения с кормящим. Если понаблюдать за ребенком в начале корм­ления, заметно, что он голоден и что ощущение, как молоко поступает в желудок, ослабляет голодные боли. Видно, что ре­бенку нравится, когда его держат на руках и прижимают к себе, пока он сосет. Видно также, что сам акт сосания очень важен для него. Первые три-четыре минуты он жадно глотает молоко, но потом устанавливается четкий ритм: пососет несколько раз, переведет дыхание, сделает паузу и снова несколько раз пососет. Вскоре на его лице возникает выражение удовлетворенности. Постепен­но ритм посасываний замедляется. И вот ребенок наполнен мо­локом; он почти спит. Лишь время от вре­мени он втягивает еще немного молока — больше для того, чтобы удостовериться, что оно не кончилось.

И некоторые родители, кому «достались» покладистые дети, считают, что кормить совсем несложно. У остальных же кормление вызывает множество проблем. Период новорожденности, доставляющий взрослым немало беспокойства, порой длится куда больше, чем можно предположить. Особенно часто это бывает, если ребенок родился раньше срока или же заболел сразу после появления на свет. В результате поведение ребенка при кормлении приводит иногда в замешательство, оно непредсказуемо, а родители настолько стараются обращаться с ним «правильно», что при возникших затруднениях им трудно пове­рить, что кормление — дело действительно несложное.

Если большую часть дня ребенок весел, бодр, доволен жизнью, если он неизменно набирает в весе и ведет себя все активнее в те часы, когда не спит, значит с его точки зрения с кормлением все обстоит совершенно нормально.

Конечно, если вид у ребенка отнюдь не цветущий, если справ­ляться с ним нелегко и он часто раздражается, то стоит, конечно, посоветоваться на этот счет с патронажной сестрой или с врачом.

* **Перекармливание**

Кормление ребенка грудью происходит как обычно, но в конце каждого кормления ему предлагают бутылочку со смесью. Он высосет из нее при­мерно столько, сколько ему не хватило. В одно кормление ребенок может вовсе отказаться от бутылочки, в другое — высосет десят­ки граммов.

Если ребенок принимает бутылочку лишь в определенные корм­ления, то и предлагать ее нужно только в эти корм­ления.

* **Недостатки перекармливания:**

Перекармливание младенца, получающего только грудное молоко, перекормить по-настоящему невозможно.

Ребенок, привыкший жадно сосать молоко, которое у его мате­ри имеется в избытке, может стать полнее, чем нужно, лишь при одном условии — он малоподвижен.

Искусственное вскармливание.Недокармливание. У «искусственников» это редкое явление, но и оно встречается. Возможно, что ребенку не хватает еды. Если он часто плачет, производит впечатление недовольного жизнью и пло­хо прибавляет в весе, нодо проверить, как обстоит дело с соблюдением дозировки. Ре­бенку требуется около 190 мл смеси на килограмм веса, однако это вовсе не означает, что надо приготовить ровно столько, разделить приготовленную смесь по числу кормлений и считать, что ребенок выпьет все без остатка.

Ребенок, как любой человек, когда-то хочет есть больше, а когда-то — меньше. Поэтому добавлять следует в каждую бутылочку сверх нормы еще около 60 мл смеси — на тот случай, если он захочет еще.

Слишком строго соблюдается режим. Пищеварительные орга­ны примерно в течение четырех часов перерабатывают полную порцию еды, полученную за одно кормление, поэтому обычно ре­бенок не требует еды чаще, чем раз в четыре часа. Однако аппетит у него может быть разным, не всегда он съест полную порцию. Можно, конечно, отказать ему в промежуточном кормлении пос­ле того, как он плохо позавтракал, и заставить его ждать «поло­женного» времени. Но тогда, возможно, он просто не в состоянии будет сразу съесть столько, чтобы восполнить недостаток пищи. Допустим, он выпил всего 85 мл смеси на завтрак вместо обычных своих 170 мл. Часа через два ребенок проголодается. Если вы за­ставите его ждать обеда, он едва ли осилит положенные 170 мл плюс еще 85 мл, не осиленные за завтраком. В его желудок просто не войдет 255 мл молочной смеси! Если же так будет по­вторяться изо дня в день, ребенок начнет капризничать, будет пло­хо прибавлять в весе.

У соски, возможно, слишком маленькое отверстие. Очень голод­ный ребенок будет стараться высосать молоко из бутылочки, как бы плохо оно ни проходило через маленькое отверстие. Однако выпив первые 60—85 мл смеси, он утолит острый голод.

Возможно, что ребенок чрезмерно сонлив. Это пройдет че­рез несколько недель. А пока кормить его надо по часам, будить через определенное время, в зависимости от того, как он поел, и поста­раться растянуть время бодрствования, когда он сосет. Возмож­но, что, несмотря на все усилия, ребенок все равно заснет — тогда нельзя вливать ему молоко в рот.

Многие дети, которых от рождения кормят молочной смесью, быстро набирают вес. Чрезмерная полнота — одна из причин, почему предпочтительнее кормить ребенка грудью, а не из бутылочки. К сожалению, немногие взрослые понимают, что чрезмерная полнота у младенца — вещь опасная: тучность в первые месяцы жизни ведет к чрезмерной полноте впоследствии.

Дети-«искусственники» становятся толстыми не потому, что им дают слишком много правильно приготовленной молочной смеси. Они начинают толстеть, если смесь приготовлена неправильно или им дают дополнительную пищу. Не надо забывать, что ребенку не следует давать твердой пищи до трех месяцев, если врач не порекомен­дует начать прикорм раньше или если ребенок родился очень круп­ным.

**2. Вес и рост**

В первые три месяца жизни, начиная с деся­тидневного возраста, младенцы могут прибавлять в весе при­мерно 30 г в сутки. Однако после первых трех месяцев жизни нарастание веса уменьшится. Во вторые три месяца жизни ребенок прибавляет около 140—170 г в неделю, длина его тела увеличивается за неделю примерно на 6 см. Непрерывность и постепенность прибавления в весе гораздо важнее, чем абсолютная величина прибавки. Например, ребенок неизменно, прибавлял в весе, так что его график веса и роста соответствовал графикам среднего развития, но затем скорость роста резко замедлилась (т. е. прямая графика пошла горизонтально) — это, означает, что ребенка недокармливают. Однако если ребенок всегда прибавлял в весе медленнее, чем полагалось, то замедленное развитие, скорее всего, закономерно для ребенка.

При кормлении грудью ребенок может недополучать пищу, од­нако «недокорм» выявляется не сразу, поэтому заметить это вовремя крайне трудно. Чаще всего бывает так: в первые две-три недели молока у матери больше, чем достаточно и она справед­ливо полагает, что система «спрос — предложение» функциони­рует прекрасно. Но рано или поздно маме придется заняться ве­дением хозяйства. А беспокойство и усталость лишь способствуют уменьшению количества молока. Между тем ребенок растет, развивается, и с каждой неделей ему требуется все больше молока. Если же выработка молока из-за материнской усталости снизится, ребенок почти наверняка будет голоден.

Судить об этом по поведению ребенка едва ли возможно, по­скольку для матери не впервые его плаксивость и раздражительность или желание два раза в течение одной ночи получить грудь. Все это типично для затянувшегося периода новорожденности, так что ей может и не прийти в голову, что ребенок испытывает по­стоянно чувство голода.

**3. Сон**

Новорожденные то впадают в сон, то приходят в сравнительно бод­рое состояние, то иногда подолгу пребывают в «подвешенном» состоянии. Младенцы уже гораздо более четко разграничивают эти периоды. В месячном возрасте сон и кормления все еще тесно взаимо­связаны.

* **Периоды бодрствования**

Начиная примерно с полуторамесячного возраста связь между кормлением и сном становится не такой тесной. Младенец по-прежнему засыпает после того, как поест, но он не обязательно спит до тех пор, пока захочет есть.

Большинство младенцев бодрствуют в определенное время дня. Обычно это время между тремя и семью часами во второй половине дня. После завтрака ребенок спит большую часть утра. Затем, пообедав, он снова засыпает. Но поспав часа два, просыпается. Многих матерей устраивает такой режим дня, поскольку это наиболее удобное время для игры и общения друг с другом. Так пройдут час или два, а дальше ребенка надо купать и вновь кормить. От физической нагрузки и игры ребенок устанет, а потому будет хорошо спать до своего последнего кормления.

Разумеется, есть и такие младенцы, которые любят бодрство­вать в другое, более удобное для них время дня. К трем-четырем месяцам ребенок привыкает бодрствовать два, а то и три раза в день. Как и прежде, обильная пища способствует тому, что он засыпает после кормления, однако чем старше он становится, тем короче его периоды дневного сна.

* **Трудности со сном**

В этом возрасте ребенок спит столько, сколько ему требуется; он все еще не способен быть в бодром состоянии достаточно долго, и он не умеет просыпаться, когда захочет. Важно, чтобы родители не волновались из-за того, что ребенок якобы недосыпает — этого сейчас не может быть.

* **Ночной сон**

Если ребенок плохо спит ночью, возможно, он еще не научился отличать день от ночи, и надо помочь ему окончательно в этом разобраться.

Не должно быть внешних раздражителей: если ребенок спит в одной комнате со взрослыми, то шаги, музыка, разговоры могут будить его, когда он находится в фазе неглубокого сна. Ухудшить сон может чрезмерное беспокойство самих родителей, которые то и дело заглядывают в кроватку. Если ребенок энергич­но дрыгает руками и ногами, то он может раскрыться и ему станет холодно.

Ребенок иногда не спит в вечерние часы из-за колики и в резуль­тате привыкает бодрствовать в это время независимо от того, болит у него живот или нет. Если вечер­ние «страдания» не вызваны болью и ребенок как следует накорм­лен, следует убедиться с помощью взвешивания, достаточно ли молока вы­сасывает он из груди в вечернее кормление.

Чем старше становится ребенок, тем больше времени он должен бодрствовать. Если он спит практически весь день, то, естественно, вечером, а то и ночью он будет бодр и весел. Возможно, родителям придется изменить расписание дня, чтобы ночь проходила спокойно.

Иногда ребенок просыпается утром очень рано — он вы­спался, а родители хотят спать. При пятиразовом кормлении можно «откупиться» от него, предложив грудь или соску, и по­лучить еще два-три часа отдыха. Но если уже твердо установился четырехразовый режим питания, придется выбирать между спо­койными вечерами, когда ребенок рано укладывается спать, и поздним утренним вставанием.

* **Дневной сон**

В первые недели жизни матери скорее всего трудно будет заставить себя отдохнуть или даже заняться чем-то, не имеющим отноше­ния к уходу за ребенком, пока он бодрствует. Лишь когда он засы­пает, она сможете заняться своими делами.

**4. Выделения**

По мере того как у новорожденного устанавливается режим сна, бодрствования, кормления, постепенно вырабатывается и ритмич­ность опорожнения переваренной пищи. Когда, наконец, стул ста­нет более или менее регулярным, станет понятно, что считать нормальным для ребенка — и по виду выделений, и по их частоте.

Выделения при смешанном кормлении. При введении прикорма стул обязательно изменится независимо от /того, питается ваш ребенок грудным молоком или молочной смесью. Изменения в цве­те выделений или наличие непереваренных остатков говорят лишь о том, что пищеварительный аппарат ребенка еще не способен раз­лагать новые для него вещества так, как это нужно. Если вводить новую пищу очень малыми количествами, то пищеварение в ско­ром времени наладится. В стуле может быть слизь или непере­варенная пища. Это лишь означает, что ребенок еще не в состоянии переваривать именно эту еду и надо временно отказаться от нее. Не давайте ее две-три недели, а потом вновь предложите, но в мень­ших количествах и более протертую.

Действие кишечника. При наполнении желудка возникают рефлекторные сокращения кишечника, благодаря которым фе­кальные массы попадают в прямую кишку. Поскольку ребенка кормят регулярно, то кишечник начнет действовать после кормле­ния или даже во время него.

**5. Повседневный уход**

Новорожденным неприятно, когда их разворачивают. Вот почему всякие переодевания, купания поначалу нужно свести к минимуму, определяемому лишь гигиеническими соображениями. Постепенно ребенок привыкнет лежать без одежды.

* **Чистоплотность**

Содержать в чистоте только «верх» и «низ» — по-прежнему наибо­лее легкий способ ухода за ребенком от купания до купания.

Ребенок трогает много предметов и сосет пальцы, поэтому дважды в день надо мыть ему руки детским мылом. Это ему должно по­нравиться.

С точки зрения гигиены младенцу лучше иметь короткие ногти, к тому же ребенок не расцарапает себе лицо.

От липкого молока или от пищи, попавшей на лицо, кожа мо­жет покраснеть. Следует обмывать испачканные места водой, а если кожа обветрилась или покраснела, оботирать тампоном, смоченным детским лосьоном или растительным маслом.

Голову ребенка надо протирать, чтобы снять с нее уличную пыль и засохший пот.

Нижнюю часть тела надо мыть очень хорошо, поскольку остат­ки мочи и кала могут сильно раздражать кожу. Но половые органы не нужно особо тщательно промывать ни у девочек, ни у мальчи­ков.

* **Опрелости**

Опрелостью называют разное состояние кожи: от легкого покрас­нения до сильного воспаления с гнойничками и ранками. Кожа трескается от постоянного трения об одежду, смачивается испраж­нениями, ее раздражают плохо простиранные пеленки. Бактерии из фекальных масс попадают на поврежденную кожу и зара­жают ее.

Предотвратить все это можно следующими мерами: тщательно кипятить и прополаскивать пеленки; стараться, чтобы промеж­ность была сухой, вовремя перепеленывать ребенка, не держать его подолгу в полиэтиленовых штанишках, пусть он больше вре­мени проводит без одежды. Если кожа у ребенка особо чувстви­тельна, обмывать промежность водой при любом пеленании и смазывать либо вазелином, либо растительным маслом.

Если опрелость не проходит, посоветоваться с врачом. Как можно дольше оставлять ребенка без одежды, отка­заться от полиэтиленовых штанишек, менять пеленку сразу, как только она будет намочена или испачкана, смазывать промеж­ность растительным маслом или вазелином — не мыть водой и мылом! Не применять крем, пока кожа не станет лучше, -кремы изолируют кожу от воздуха.

* **Купание**

Как только ребенок перестанет лежать в так называемой позе эмбриона и начнет энергично болтать руками и ногами, ему понравится купаться. Он уже не будет лежать в воде в невероятном напряжении, а при­мется махать по воде руками и ногами что есть сил.

Примерно к трехмесячному возрасту купание будет одним из любимых занятий ребенка. Надо давать ему побольше порезвиться в воде. Купать, как правило, лучше перед вечерним кормлением, а не утром. Если ребенок как следует поплещется в ванночке, то он хорошо потренирует свои мускулы, а значит, с аппетитом поест и крепко уснет.

**6. Прорезывание зубов**

Первый зуб может «наклюнуться» лишь в возрасте 5—6 меся­цев. Поэтому очень странно считать, что трехмесячный младенец зашелся в плаче оттого, что у него якобы режется зу­бик.

Однако, когда это произойдет, ничего серьезного не случится: лишь только немного распухнет десна, появится больше слюны, чем до сих пор, ребенок будет без конца делать жевательные дви­жения. Первые зубы прорезываются легко. А вот коренные зу­бы, которые начинают появляться примерно в год, могут причи­нить немало болезненных ощущений.

Можно проглядеть серьезное заболевание, если объяснять поведение ребенка тем, что у него режутся зубки. Младенцы не­редко попадают в больницу из-за того, что родители вовремя не обратились к врачу, думая что младенца беспокоят зубы.

Прорезывание зубов не может вызывать жар, понос, рвоту, потерю аппетита, судороги и удушье. Поэтому, если ребенок ка­жется больным, обратитесь к врачу независимо от того, как про­резаются зубы. Если же ребенок на вид здоров, надо обтирать его под­бородок, чтобы постоянное слюноотделение не раздражало ко­жу, давать ребенку сухари или же зубное кольцо, если ему очень хочется почесать десны.

Зубы прорезываются у детей в определенной последователь­ности и обычно в одни и те же сроки.

* **Первые попытки жевать**

Первые зубы предназначены не для жевания, а для откусывания. Сначала у ребенка появляются передние зубы, и он жует ими не больше, чем взрослые люди.

Младенцы жуют деснами до тех пор, пока у них не появятся зубы, которые помогают им жевать. А жевать они начинают с то­го момента, как только им в рот попадают пальцы или игрушка, которую они держат в руках.

Дети, которым длительное время давали только полужидкую пищу, нередко отказываются вообще жевать. Они так привыкают к разбавленной водой субстанции, что твердая пища вызывает у них отвращение, они давятся ею вплоть до рвоты.

Если начать давать ребенку твердую пищу примерно в 4—5 ме­сяцев, когда он исследует предметы, беря их в рот, он гораздо легче привыкнет к семейным трапезам. Жевать твердую пищу по­лезно также и для челюстей ребенка. К тому же малыш, который рано начинает есть сам, приобретает положительные эмоции по отношению к пище, он чувствует собственную независимость, ощущает желание есть.

Поэтому, как только ребенок примется засовывать игрушки себе в рот, предлагайте ему твердую пищу.

Когда прорежутся один-два зуба, родите­лям надо быть особенно бдительными: только что появившиеся зубы очень остры, ребенок может откусить ими небольшой кусо­чек яблока и подавиться им.

* **Первые зубы**

Первый зуб у младенца еще за несколько дней до своего появления виден как небольшая белесая выпуклость на десне. И первый зуб, и второй, который появляется обычно через две-три недели после первого, — нежные зубы.

Начали появляться первые зубы. Первым будет передний ниж­ний зуб, он прорежется примерно в шестимесячном возрасте; за ним последует зуб, расположенный по соседству.

**7. Движения, управление телом**

Новорожденные почти не в состоянии вообще управлять своим телом, а их позы определяются положением тя­желой относительно остального тела головы. Первым делом мла­денцы должны научиться держать голову с помощью шейных мышц. Затем младенец овладевает и другими мышцами. К шести месяцам ребенок способен достаточно хорошо управлять мышцами спины, чтобы самостоятельно садиться. К концу первого года жизни он старается окончательно овла­деть мускулатурой ног, чтобы начать вставать.

Все дети проходят в своем физическом развитии один и тот же дуть, но каждый со своей скоростью. Поэтому абсолютно нормальные, здоровые младенцы мо­гут в физическом развитии уйти вперед на несколько недель или на несколько недель отстать от своих сверстников, но вот после­довательность, в которой они учатся управлять телом, остается совершенно определенной. Ребенок может рано освоить переход из положения лежа в положение сидя, но сидеть он обязательно научится прежде, чем сможет стоять.

Сами по себе достижения в физическом развитии (например, умение поворачиваться, садиться, ползать, вставать и ходить) — хороший показатель того, что можно ожидать от ребенка, но они отнюдь не могут что-либо сообщить о том, когда может произойти следующее событие. И если начать сравнивать, что уме­ет один ребенок в сравнении с другим, то большинство матерей начнут лишь беспокоиться или завидовать другим, и притом со­вершенно необоснованно. Ребенок не может быть лучше и хуже соседского только потому, что он чему-то научится раньше или позже, чем тот. Ребенок — уникальное создание природы, он проходит в собственном развитии исключительный, ни на кого не похожий путь. И сравнивать его развитие с развитием другого ребенка столь же неверно, как сравнивать яблоко с апельсином.

* **Движения головой**

К полутора месяцам большинство детей уже достаточно хорошо управляют мышцами шеи, чтобы держать голову прямо.

Если ходить с ребенком на руках или наклоняться вместе с ним, то голова его бессильно валится набок. Если брать его на руки или опускать в кроватку, нужно по-прежнему поддерживать его голову и шею рукой.

Примерно в три месяца шейные мышцы станут креп­че, и ребенок научится постепенно управлять не только ими, но и мышцами плеч. Ребенок растет, прибавляет в весе, так что его голова перестает быть самой тяжелой частью тела. Примерно к трем месяцам жизни ребенок научится управлять головой. Поддерживать ее рукой надо только тогда, когда поднимаем ре­бенка из кроватки или коляски или совершаем какое-то резкое, неожиданное движение.

* **Позы**

По мере того как ребенок все лучше умеет управлять головой, изменяются все его позы, т. е. те положения в пространстве, кото­рые он принимает самопроизвольно. Он постепенно разворачи­вается, перестает лежать в скрюченной «позе эмбриона». Он учит­ся лежать на спине — затылком на матрасике, а руки и ноги сво­бодно движутся в суставах. Лежа на животе, он учится вытяги­вать ноги и поворачивать голову в обе стороны. Если взять его на руки, то он уже не прильнет к взрослому всем телом, чтобы голова лежа­ла на его плече, а будет держать ее прямо. Если попробовать потя­нуть его за руки и перевести в сидячее положение — он научится поднимать голову вместе с телом и не даст ей упасть назад.

Все эти малые и постепенные изменения в физическом раз­витии жизненно важны для него. Умение принимать позы и управлять собственными мышцами дает возможность ребенку знакомиться с окружающим его миром. В «позе эмбриона», ког­да голова повернута в одну сторону, ребенок не мог видеть ниче­го за пределами своей колыбельки. Теперь же у него хороший об­зор над собой, а еще он может увеличить поле видимых предме­тов, поворачивая голову то в одну, то в другую сторону. Он спосо­бен с удовольствием разглядывать игрушки, у которых много движущихся частей.

Большинство младенцев к трехмесячному возрасту ведут себя так, словно собственное тело доставляет им приятные ощущения, словно им весело учиться пользоваться им.

Теперь ребенок, если не спит, постоянно движется. Лежа на спине, он дергает руками и ногами, причем ноги совершают глав­ное движение — как при езде на велосипеде, сильно отличающее­ся от прежних, судорожных подергиваний. Руки тоже вовсю ма­шут. Именно руки, которые то появляются в поле его зрения, то исчезают из него, становятся для него самы­ми важными игрушками.

Лежа на животе, ребенок учится новому способу управлять мышцами головы. Он отрывает голову от подстилки на долю се­кунды, так же как недавно отрывал ее от вашего плеча. Вскоре он научится удерживать голову в течение нескольких секунд. Как только это произойдет, ребенок сможет удерживать часть тела с помощью рук, так что при упоре на локти не только голо­ва, но и плечи отрываются от подстилки.

* **Перекатывания**

Уже в двухмесячном возрасте младенец настолько активен, что, если уложить его спать на боку, он способен сам повернуться на спину.

К трем месяцам ребенок обычно осваивает и гораздо более сложное движение, из-за чего на голове появляются порой шиш­ки. Он может теперь поворачиваться со спины на бок, разгляды­вать свои руки и ноги, поворачиваться настолько, чтобы изменить положение и угол зрения; он может приподнять голову, чтобы разглядеть что-то, заинтересовавшее его.

Ребенку не удастся подрыгать руками и ногами, если туго за­вернуть его в пеленки или надеть тесную одежду. Находясь на толстой подстилке, на которой образовалась складка, он не сможет поворачиваться на бок. А если в поле его зрения лишь белая стена, на которой нет ничего, привлекающего его внимание, то ему будет скучно. Ребенку нужна постоян­ная помощь, чтобы он мог максимально быстро развиваться.

* **Ребенок учится садиться**

После того как ребенок научится держать голову прямо, он будет овладевать верхними мышцами спины. Если подтянуть его за руки в положение сидя, и он не откинет, как прежде, голову назад, а приподнимет голову и плечи, так что толь­ко средняя часть спины и бедра еще будут прогибаться.

Между тремя и четырьмя месяцами ребенок может особенно полюбить эту игру: только протянешь ему руки, как он схватится за них, и можно легко подтянуть его в положение сидя. Но теперь он и без помощи взрослых будет стараться подняться и сесть. А еще через месяц он сможет сам приподнять голову и плечи.

В положении сидя он оказывается сам лицом к лицу с осталь­ными членами семьи, он сам видит теперь, что происходит вокруг него; он замечает проходящих мимо людей, которые иногда оста­навливаются, чтобы улыбнуться ему, поговорить с ним. Так что в сидячем положении он еще больше становится членом общества.

Однако родители должны быть внимательны. Если посадить его на кресло или в угол дивана, он постепенно сползет вниз, спи­на его согнется, а голова наклонится вперед. Он еще не способен сам устроиться поудобнее.

В пять-шесть месяцев ребенок обычно умеет управлять мыш­цами, находящимися ниже талии. Теперь все мышцы спины под­контрольны ему, хотя бедра по-прежнему обвисают. Теперь он в состоянии обойтись своими силами, чтобы подтянуться в положе­ние сидя.

* **Ребенок учится ползать**

После того как младенец научился поднимать голову и частично удерживать свой вес, когда его кладут на живот, пройдет немного времени — и появится умение подтягивать под себя ноги и поднимать зад. К четырем-пяти месяцам появляется умение оттолкнуться руками от опоры и поднять плечи. Позже ребенок начнет ползать по полу, однако должно пройти еще не­которое время, чтобы закрепилось умение одновременно стано­виться на колени и на руки.

* **Ребенок пытается встать**

Умение стоять приходит всегда после умения сидеть и ползать. Однако тренировка начинается довольно рано. Подерживая ребен­ка на руках, так чтобы он находился в стоячем положении, — и он обвиснет на руках; и все же скоро он на­чнет отталкиваться пальцами ног, пытаясь встать на колени. К че­тырем-пяти месяцам он регулярно выпрямляет колени и делает это столь ритмично, что создается ощущение, будто он подпрыгивает. В это время он начнет отказываться сидеть на коленях он сожмется, крепко-прекрепко схватит одежду взрослого своими ку­лачками и будет стараться подняться.

К шести месяцам жизни ребенка можно думать, что он воспринимает взрослого как удобный гимнастический снаряд, на ко­тором он постоянно тренируется.

**8. Зрение и развитие сознания**

У новорожденных существует врожденный механизм, застав­ляющий их разглядывать лица, а также предметы сложной фор­мы или со сложным узором.

В первые полгода жизни младенцы постепенно начинают по­нимать, какие именно предметы они видят перед собой. Они учат­ся отличать предметы друг от друга, а также что-нибудь делать с ними.

* **Ребенок учится управлять движениями рук**

Младенцы поначалу пользуются руками и глазами независимо друг от друга. Так, они трогают игрушку, но не глядят на нее или же смотрят на игрушку, не дотрагиваясь до нее. До тех пор пока зрение и осязание останутся несопряженными друг с другом, младенец будет пассивен: он лишь смотрит. Мла­денец тогда будет активен, когда сможет соотнести свои осяза­тельные и зрительные ощущения, когда научится брать предметы, которые видит перед собой.

Дети начинают учиться, как только доходят до определенного уровня в своем развитии.

Исследования показали, что младенцы, с которыми мало общаются взрослые, а также дети, которым дают мало игрушек и они часами лежат в кроватках, ничего не делая, — эти младенцы очень медленно учатся брать предметы.

 Взять что-либо - очень сложная процедура. Надо увидеть предмет, надо подумать, что хочешь заполучить его; надо оценить, как далеко он находится, а затем заставить работать мышцы, что­бы подвести к этому предмету кисть руки. Но вслед за тем пона­добится совершить очень точные движения пальцами, чтобы пред­мет можно было взять и удержать в руке. Освоение всего этого комплекса действий требует соотнесения движения руки с тем, что видит глаз. Постичь эту связь в первые полгода столь же важ­но, как научиться ползать и ходить во втором полугодии жизни. Более того, координация движений рук и глаз остается важней­шей в течение всей последующей жизни человека. Если ребенок ловко играет в мячик, значит, у него в достаточной степени разви­та координация зрения и движения.

* **Координация зрительного и двигательного аппарата**

**От О до 8 недель**

Ребенок еще лежит в «позе эмбриона», он не различает предметы вдали и мало что видит, если только не взять его на руки и не пока­зать ему что-либо специально, поднося предметы к его лицу на расстояние примерно 20 см. Если его взгляд сфокусируется на предмете, ребенок может выразить интерес к нему каким-либо движением.

Пока кулачки ребенка не раскроются (при­мерно около восьмой недели), пока он не начнет играть своими руками, ребенку не нужны игрушки. Но не мешает поупражнять­ся в фокусировке зрения на разные предметы.

**От 2 до 2,5 месяца**

Ребенок начинает разворачиваться из скрюченной позы, раскры­вать кулачки, разглядывать собственные руки, когда они появля­ются в поле его зрения. Он все еще близорук, но уже гораздо луч­ше следит глазами за движениями предмета и, возможно, повер­нет голову, чтобы не потерять его из вида.

Очень полезно давать ребенку погремушки. Звук привлечет внимание ребенка к тому, что у него находится в руке, и это ускорит наступление момента, когда он свяжет то, что видят глаза, с тем, что делают руки.

**От 2,5 до 3 месяцев**

Большинство детей этого возраста смотрят себе на руки, когда играют ими. Если показать малышу предмет, он не только смотрит на него и старается сохранить его в поле своего зрения, но и стре­мится что-то с ним сделать. Обычно он пытается достать этот предмет, взмахнув руками. Ребенок может также переводить взгляд с руки на предмет и об­ратно.

Ребенок нуждается в тренировке, чтобы увереннее управлять движениями руки и уметь на глаз опреде­лять расстояние между рукой и предметом. На этом этапе лучше всего иметь такие игрушки, которые можно отводить рукой в сто­рону, отпихивать от себя.

**От 3 до 4 месяцев**

Ребенок глядит на предмет, потом на руку — ту, что поближе к нему; поднимает руку, «измеряет» расстояние еще раз, и так будет до тех пор, пока он не дотронется до игруш­ки. Но вот схватить ее он пока что не умеет: почти неизменно пальцы смыкаются прежде, чем он доведет руку до предмета.

Взрослые в это время нередко помогают детям, держа игруш­ки перед ними. Но нередко они же по незнанию все портят: ребе­нок так долго переводит взгляд от игрушки к руке и обратно, что взрослый, сжалившись, сам дает игрушку ребенку в руку. Не надо помогать ребенку, пока он не коснется того, к че­му тянется. Лишь тогда надо вложить предмет ему в руку, чтобы усилить удовольствие: он не только дотронулся до желанной игрушки, но и заполучил ее..

**От 4 до 6 месяцев**

Ребенок теперь уже в состоянии сфокусировать зрачки на предме­тах, расположенных почти на любом расстоянии от него; он мо­жет следить глазами за их передвижением практически в любом направлении. Постепенно ему становится ненужным постоянный контроль за положением руки, когда он хочет взять что-то. Ребе­нок и так теперь знает, где находится его рука. Ему достаточно не сводить глаз с желанного предмета. К шести месяцам он будет уже направлять руку сразу к тому, что ему нужно. Одновремен­но он учится брать предмет.

Чем интереснее предметы, которые дают ребенку, чтобы он разглядывал их и брал в руки, тем быстрее научится он тянуться к ним, не глядя себе на руку, и брать их самостоятельно. Ему нужно как можно больше тренироваться в подобных действиях.

**9. Слух и издаваемые звуки**

Младенцы начинают связывать слуховые и зрительные впе­чатления примерно к четырем-пяти неделям жизни. В первые не­дели жизни ребенок, лежа на пеленальном столе, глядя отсут­ствующим взором в потолок, внимательно прислушивается к то­му, что ему говорят. А вскоре он уже не разглядывает потолок, он принимается искать глазами, откуда раздается голос.

Если внимательно наблюдать за малышом в это время, можно заметить, как ребенок начал улыбаться, чтобы вызвать ответную реакцию. Самая первая улыбка возникает не потому, что ребе­нок увидел улыбку на лице взрослого. Нет, ребенок впервые улыбнется на звук его голоса. Когда же младенец обнаружит лицо взрослого и увидит, что он говорит, малыш начнет улыбаться не только на звук, но и видя взрослого. И еще целых две-три недели улыбка взрослого сама по себе, без звука голоса, не будет вызывать у ребенка ответной улыбки.

На втором месяце жизни ребенок начинает реагировать на большее число разных звуков, чем до сих пор. Если что-то упа­дет, он вздрогнет, спокойная ритмичная музыка будет успокаи­вать его по-прежнему, однако теперь ребенок реагирует и на бо­лее нейтральные, неярко выраженные звуки. Его реакция на кон­кретный звук зависит обычно от настроения и от общего со­стояния. Лишь голос всегда действует на него умиротворяюще, в любых обстоятельствах и при любом на­строении.

* **Первые преднамеренные звуки**

Поскольку у ребенка существует ярко выраженный интерес к голосам людей, не удивительно, что его собственные осмыслен­ные звуки, как правило, возникают при общении с другими людьми: когда взрослые держат его на руках или играют с ним. Кое-какие звуки, не имеющие отношения к плачу, ребенок издает уже вскоре после рождения, однако довольное «гуканье» после кормления или попискивания перед тем, как заплакать, не являют­ся преднамеренно издаваемыми звуками — они лишь харак­теризуют состояние организма.

Примерно к полутора месяцам ребенок начинает реагировать, если ему улыбаются и заговаривают с ним: он улыбнется, начнет сучить руками и ногами, будет в довольном настроении. К двух­месячному возрасту он добавит к улыбке некоторые звуки «от себя» и время от времени будет раздаваться мелодичный «ще­бет». Недели через две-три ребенок отделяет улыбку от «разгово­ра». Теперь он улыбается вам в ответ на вашу улыбку. Когда же вы заговариваете с ним, он «отвечает» вам. Те младенцы, с кото­рыми родители много разговаривают, «словоохотливы». Те, за кем ухаживают молча, на кого вообще обращают мало внима­ния, гораздо меньше любят «поговорить». Конечно, младенцы «разговаривают» не только тогда, когда к ним обращаются. Они нередко издают звуки, пока лежат одни в кроватке или в ко­ляске. Однако чем больше слов слышит и воспринимает младенец при общении со взрослыми, тем больше он будет «практиковаться», когда предоставлен сам себе.

Звуки, издаваемые в таком раннем возрасте, отнюдь нельзя назвать речью в том смысле, что ребенок хочет выразить нечто определенное, однако они постольку выполняют функции «речи», поскольку ребенок пытается намеренно вступить в контакт с окружающими. Он использует свой голос как способ взаимодействия с родителями. Допустим, вы что-то сказали ребенку, он «отве­тил» вам, но потом замолчал, словно ожидая вашей реакции. Если вы «отвечаете» ему, он ждет, пока вы не кончите говорить, и снова издает некоторые звуки. Его стремление «поговорить» проявляется в том, что только голос вызывает у ребенка подоб­ное поведение. При наличии других звуков ничего подобного не происходит. Некоторые исследователи ставили такой опыт: после каждого звука, изданного ребенком, раздавался мелодич­ный звон колокольчика. И ни разу дети «ответили» на этот звон; никак не повлиял он и на то, как долго «разговаривали» они сами с собой. Ваш ребенок «отвечает», поскольку кто-то обра­тился к нему, а не потому лишь, что он услышал какой-то звук.

Но и когда ребенок остается один, в издаваемых им звукахпрослеживается ритмическая картина, характерная для диало­га. Слышно, как он «гукнет» и помолчит, словно прислушиваясь к им самим изданному звуку. Потом он вновь «гукнет» и вновь помолчит. Такого рода тренировка в «разговорной речи» плюс игра с собственными руками нередко составляет излюбленное занятие для трехмесячных младенцев, пребывающих в одиночестве. Малыши, любящие «поговорить», как правило, ведут себя в одиночестве более спокойно, чем менее «разговорчивые». Вот еще одна причи­на, отчего дети, которым взрослые уделяют много внимания, бо­лее расслаблены и довольны своим существованием, не столь требовательны по сравнению с младенцами, чьи родители из бояз­ни избаловать их мало общаются с ними.

* **Лепет**

От четырех месяцев до полугода ребенок обычно издает настоя­щий поток звуков, который называют лепетом. Ребенок достиг возраста, когда все в его жизни стимулирует дальнейшее раз­витие. Он со вкусом и удовольствием сучит ногами и руками, играет руками, замахивается на подвешенные или лежащие око­ло него предметы, приходит в полный восторг, когда ему удает­ся достать до них; он радуется всему и взахлеб комментирует все. Он будет по-прежнему «отвечать», если с ним заговарят, но теперь он редко лежит молча, когда предоставлен сам себе.

С трех до четырех месяцев ребенок больше всего издает от­крытые звуки. Он тянет «а-а-а» и «о-о-о». Часто говорят, что ребе­нок «гулит», и это очень точное определение: действительно по­хоже на «гуление» голубей.

К гласным раньше остальных добавляются согласные «п», «б» и «м». Благодаря этому «гуление» превращается в сочета­ния, которые очень похожи на слова. Чаще всего замечают слог «ма-а-а». Обычно матери думают, что ребенок пытается позвать их. А некоторые папы начинают волноваться, почему это ребе­нок не говорит «па-а-а». На самом деле эти звуки не имеют ника­кого отношения к попыткам назвать или обозначить родителей. Ребенок говорит «ма-а-а», поскольку звук «м» он осваивает, как правило, раньше, чем «п».

Взрослея, ребенок обязательно издает звуки все большей и большей фонетической сложности. Если родители много разго­варивают с малышом, он будет лепетать более живо, однако даже если на него не обращают внимания, ребенок как-то сам научится лепетать. Нельзя считать, что у шестимесячного ребен­ка нормальный слух лишь на том основании, что он лепечет или «гулит». До второго полугодия жизни по голосу нельзя судить, нормальный ли слух у ребенка, или же он от рождения глух.

Наблюдая за реакцией ребенка на внешние слуховые раздражи­тели, можно достаточно рано определить, утрачен у него слух или нет. Если он никогда не поворачивает голову, чтобы посмотреть, откуда раздается ваш голос, если он не вздрагивает, нужно обязательно обратиться к врачу, — как бы много ни «разговаривал» ребенок.

* **Слух и слушание**

В четыре-пять месяцев ребенок, с которым много разговаривают, обучается все более и более сложным звуковым сочетаниям. Когда взрослый говорит с ним, младенец внимательно вглядывается ему в лицо. Как только в потоке слов возникнет пауза, ребенок «ответит». Оставшись один, он будет учиться издавать раз­личные звуки.

Многие родители считают, что ребенок учится говорить, подра­жая взрослым. Поэтому взрослые упрощают то, что говорят малышам, выделяют отдельные слова — так, по их мнению, ре­бенок быстрее научится говорить, подражая им. Однако младен­цы учатся говорить отнюдь не подражая, и потому попытки заставить их повторять слова неэффективны и бес­смысленны. Ведь разговаривая с ребенком, мы даем ему больше, чем модель для подражания: общение — хороший для него стимул произнести все звуки, которые он уже умеет воспроизво­дить, и еще выговорить какие-то новые сочетания.

И хотя ребенок не пытается подражать, он изучает голос взрослого. На этом этапе жизни он учится различать голоса на слух. К полугоду жизни он своим радостным возбуждением даст понять, что в прихожей стоит и разговаривает с кем-то знакомый ему человек. Если же в ком­нату войдет незнакомый человек и заговорит с ним, лицо малы­ша будет недоверчивым, настороженным.

**10. Игра и обучение**

Дети никогда не играют забавы ради, просто так. Игра — это про­цесс познания, обучения, закрепления того, чему ребенок научил­ся. В игре ребенок узнает окружающий мир, исследует его. В игру включается все, что способствует развитию физических способ­ностей ребенка, органов чувств, мышления, разума. Так что игра несомненно должна быть веселой, увлекательной, однако не всякая игра обязательно должна быть веселой. Ребенок попытается превратить в игру любое обыч­ное неприятное для него занятие: от смены пеленок до кормления. Однако, когда взрослый осознанно играет с ребенком, зани­мается очень важным делом: он обучаете малыша. Игрушки, кото­рые ему дают, будут для него столь же ценным учебным посо­бием, как настоящие учебники, когда он пойдет в школу. Игры, в которые с ним играют, не менее важны для него, чем само­стоятельные задания, которые ребенок будет получать в началь­ных классах. Важно проводить вместе такие игры, которые наиболее подходят ребенку по уровню развития, а значит, интерес­ные, приносящие ему максимум удовольствия.

**Игрушки**

В этом возрасте лучшая игрушка для ребенка — взрослый. Его тело — идеальный гимнастический снаряд; его мышцы помо­гают ребенку проделывать такое, что он не способен совершить в оди­ночку. Лицо и голос взрослого вызывают у ребенка восторг, он зача­рованно наблюдает за ними.

Правда, постепенно ребенок хочет узнать все больше об окру­жающих его вещах, о мире, в котором он живет, а значит, и о лю­дях вокруг. Для игры ему нужны теперь определенные предметы. Игрушки для этого возраста делают такими, чтобы они были без­опасными в использовании, разноцветными и разными по форме. Хорошо, когда игрушки разнообразны, разной фактуры и веса.

Однако покупные игрушки недостаточны для удовлетворения его любознательности на этом этапе. Что бы ни давали ребен­ку, его больше интересует пока что не процесс игры, а сама возможность взять предметы домашнего обихода, которые могут на некоторое время удовлетворить его любознательность.

**ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:**

1. Возрастная и педагогическая психология: Учебн. Пособие для студентов пед. ин-тов/ М.В. Матюхина, Т.С. Михальчик, Н.Ф.Прокина и др.; Под ред. М.В. Гамезо и др.- М.: Просвещение.1984.-256с.
2. Мухина в.С., Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. Вузов.- 7-е изд., стереотип.- М.: Издательский центр «Академия», 2002.- 456с.
3. П.Лич, Младенец и ребенок: От рождения до пяти лет/ Пер. с англ.- 2-е изд.-М.: Педагогика,1988.-320 с.