

Кроха из «Дружной семейки»



Каждый **месяц** первого года жизни – это особый этап развития, в котором ребенок делает новый шаг. А **шесть месяцев** – это еще и переход на новый этап жизни – начинается второе полугодие первого года жизни младенца.

В этом возрасте малышу уже недостаточно только ласки и внимания взрослого. Для его развития очень важным становится «деловое» общение с мамой в ситуациях игры с игрушками и предметами. Это новый уровень общения и социального развития малыша, в котором появляются новые качества и умения ребенка, развивается его интеллект.

Если малыш остается на уровне предыдущем (только эмоционального общения и ласки, улыбок, прикосновений), то это неблагоприятно влияет на особенности и социального развития, и развития сенсомоторного интеллекта ребенка. Тогда ребенок начинает отставать в развитии.



«Развитие мелкой моторики рук»

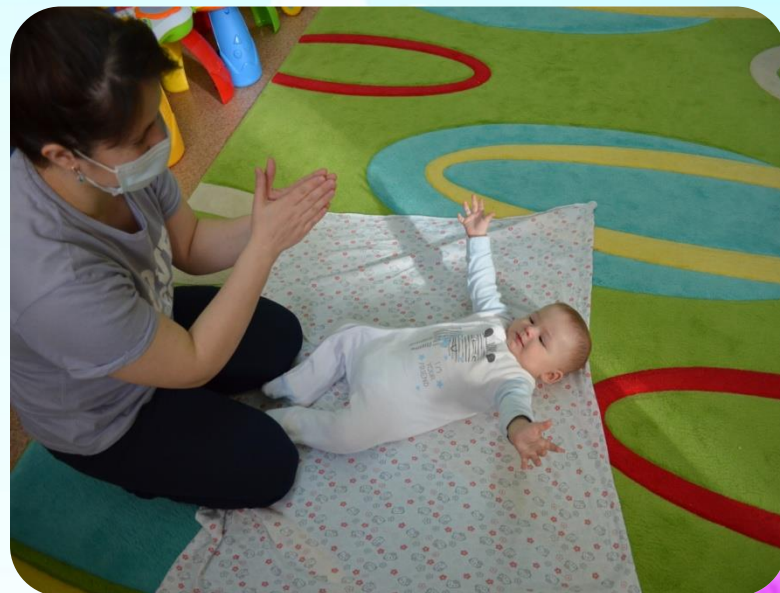
Уровень развития мозга интеллекта тесно связан с мелкой моторикой – чем прогрессивней проходят занятия, тем быстрее ребенок осваивает любой материал как теоретический, так и практический материал.

Стимуляция мелкой моторики происходит при выполнении мелких и точных телодвижений кистям и пальцами рук и ног.

Развивать мелкую моторику можно самыми разными способами.

Для развития мелкой моторики очень полезен массаж. Его можно проводить по-разному, например, при помощи крупы. Насыпать рис или гречку в детскую ладошку и аккуратно катать по ней зернышки.

Еще один не менее интересный вариант заключается в попеременном массаже руки мягкой кисточкой для рисования и щеткой (зубной).



Пальчиковые игры

Ни для кого не секрет, что развивать мелкую моторику малыша чрезвычайно важно. Учеными уже давно установлено, что в головном мозге нервные центры, отвечающие за движения пальцев и рук, находятся в непосредственной близости с зонами мозга, отвечающими за развитие речи. Поэтому стимулируя движения пальцев и рук малыша, мы здорово способствуем развитию речи. Вот почему пальчиковые игры так ценятся педагогами и широко используются при занятиях с детьми.

Помимо огромного влияния на развитие речи, пальчиковые игры помогают развить координацию, внимание, память ребенка, способность сосредотачиваться, а также помогают развивать воображение. Ну и, конечно, пальчиковые игры дарят ребенку и маме целую бурю положительных эмоций, обогащают их общение яркими красками.



Зрительная гимнастика

Зрительная гимнастика помогает:

1. Снять физическую и психоэмоциональную напряженность;
2. Тренировать вестибулярный аппарат;
3. Развивать зрительную координацию;
4. Укреплять глазные мышцы;
5. Развивать зоркость и внимание;
6. Улучшить зрение.

- Наблюдение за движущимся предметом.
- Маленькие детки любят пускать солнечные зайчики. Возьмите зеркало, и в солнечную погоду направляйте солнечных зайчиков на стены и потолок комнаты, малыш будет с интересом наблюдать за этим.
- Можно просто подурачиться и построить различные гримасы, жмурясь и часто моргая. Подайте ребёнку собственный пример, и он немедленно включится в игру.



Гимнастика

Для младенцев 6 месяцев помогает укрепить мышцы и подготовить к следующему важному этапу – ползанию. Для этого умения должны быть достаточно развиты мышцы ног и рук, живота, спины и шеи. Также зарядка для детей в 6 месяцев и старше помогает развитию координации движений, равновесия при сидении и попытках удерживаться на ногах. Тренировки благотворно влияют не только на физические навыки, но и на психологические. Занимаясь с чадом, мама имеет с ним тактильный и визуальный контакт, очень важный для нормального развития. Общаясь и проговаривая каждое движение, мама помогает развивать речь малыша. Благодаря гимнастике происходит улучшение кровообращения не только во всех частях тела, но и во внутренних органах, что благотворно сказывается на пищеварении, работе сердечно-сосудистой системы и других органов.



Гимнастика

Упражнения с ногами (лёжа на спине).

- Удерживая одной рукой бедро малыша, второй согнуть и разогнуть другую ногу.
- Сгибать и разгибать ножки вместе.
- Упражнение «велосипед».
- Мама обхватывает кистью своей руки колено и часть бедра согнутой ножки ребёнка, аккуратно проводя круговые движения, сначала одной ноги, затем другой.
- Соединить стопы малыша вместе и быстро похлопать ими друг о друга.
- Обе ножки ребёнка согнуть и поставить стопами на коврик, в положении лёжа, приподнять и снова поставить.

Ежедневные занятия гимнастикой необходимы для шестимесячного ребёнка, для его гармоничного развития и укрепления организма в целом. Так считают многие детские врачи.



Уроки ползания и сидения на фитболе

Очень полезны упражнения для 6 месячного ребенка на фитболе. Это помогает развивать вестибулярный аппарат и укреплять все группы мышц.

Занятия на фитболе – это возможность физически развивать грудничков с самого раннего возраста.

В шестимесячном возрасте многие дети пробуют сидеть, а затем ходить. Их мышцы и кости требуют более интенсивной тренировки, чтобы хорошо укрепиться. В это время фитбол помогает ускорить физическое развитие и улучшить координацию в пространстве.



Массаж

На организм маленького ребенка массаж оказывает разностороннее и благотворное влияние.

Для массажа ребенка до 12 месяцев используются практически все известные приемы классического «взрослого» массажа. Разные приемы массажа оказывают на малыша различное влияние. Мягкое растирание, разминание или поглаживание стимулирует



процессы торможения, т.е. успокаивающе действует на нервную систему.

Пощипывание или поколачивание производит стимулирующий эффект.

Сейчас основной акцент делается на укрепление мышц брюшного пресса и спинки. Именно за счет их работы ребенок сидит и ползает.

Массаж влияет не только на нервную систему малыша, но и на органы и системы, расположенные близко к коже





Массаж рук

Массаж рук очень полезен, особенно в первый год жизни. Развивается моторика, снимается гипертонус пальчиков рук, улучшается кровообращение. Если карапуз уже уверенно сидит, массаж можно проводить сидя.



Массаж ног

Детям до года натираания, поглаживания, легкие надавливания, которые можно сделать в домашних условиях, очень полезны.

Массаж стоп малышам нужен в профилактических целях — от плоскостопия, проблем с опорно-двигательным аппаратом и даже для лечения уже выявленных проблем.

Массаж действует, как успокоительное средство. Например, плачущего ребенка поглаживают по спине, а если у него колики — по

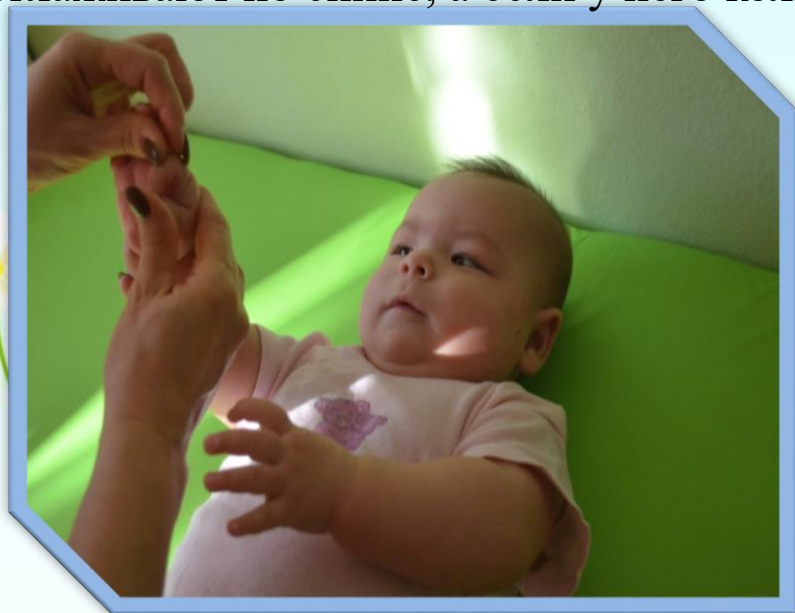


животику.

Поглаживания и похлопывания успокаивают малыша. Это касается и массажа стоп - он «усмиряет» нервную систему. Делать его нужно медленно и размеренно.

Через нервные окончания такая процедура благотворно действует на весь организм.

Массаж стоп улучшает кровообращение и помогает укрепить иммунитет. А «включение» тактильных функций мозга способствует его быстрому развитию.



Кормление

При грудном вскармливании этот месяц является ключевым в плане введения прикорма, а грудные кормления так и остаются ведущими в плане питания.

Постепенно, по мере введения прикорма количество кормлений грудью в дневное время будет сокращаться, но вечерние и ночные будут в это время крайне важны.



Пришло время прикорма для всех детей, как искусственников (которым прикорм можно вводить интервал с 4.5 до 6 месяцев) и грудничков, хотя сегодня все врачи не рекомендуют торопиться с прикормами всем детям, вне зависимости от вида вскармливания. При начале введения новой пищи стоит помнить о некоторых правилах, которые нужно соблюдать, начиная прикормы детей.

Артикуляционная гимнастика

Артикуляционный аппарат ребёнка, как инструмент для его будущей речи, начинает развиваться с самого рождения.

Артикуляционная гимнастика решает многие задачи:

1. Улучшает кровоснабжение органов артикуляции.
2. Активизирует мышцы артикуляционного аппарата.
3. Усиливает подвижность мышц.
4. Увеличивает объём выполняемых движений.

В этом возрастном периоде нужно продолжать выполнять пассивную артикуляционную гимнастику, описанную выше, но особое внимание следует уделять развитию активных движений языка и губ.

Активные упражнения для губ и языка:

- Просим открывать и закрывать рот.
- Облизываем губки (можно намазать сиропом).
- Учим дуть, плевать.
- Выполняем причмокивающее движение губами – «поцелуй».
- Предлагаем улыбнуться, показать зубки.
- Учим щёлкать язычком.



Игры с игрушками

У ребенка **6 месяцев** совершенствуются действия с предметами. Именно в практической деятельности с игрушками и обследовании предметов развивается не только моторика, но и интеллект малыша.

Примерный перечень игрушек:

1. Твердые игрушки из пластмассы, дерева разного цвета и формы.
2. Текстильные игрушки, изображающие людей или животных и сшитые из махровой ткани или бязи.
3. Погремушки с ручками самых разных форм.
4. Деревянная детская посуда – миска, чашка, ложка.
5. Игрушки для вынимания, вкладывания, рассматривания деталей, с подвижными деталями.
6. Катающиеся игрушки.
7. Гирлянды игрушек, которые малыш может обследовать.
8. Ведерко (или тележка) с яркими игрушками внутри.
9. Музыкальные или звучащие игрушки.





Учимся сидеть

В каком возрасте и как начинать учить грудничка садиться, зависит от физиологических особенностей крохи, его характера и темперамента. Родители могут помочь карапузу быстрее сесть, выполняя с ним специальные упражнения, массаж и ежедневную гимнастику.

Есть некоторые признаки, которые будут указывать на то, что ребенок учится садиться, и родителям необходимо быть с ним всегда рядом, чтобы в нужный момент помочь и подстраховать:

- Лежа на животике, малыш все время пытается упереться руками в пол и поднять грудную клетку;
- Упираясь руками в пол, младенец старается поднять свое туловище;
- Если лежащего на спинке ребенка взять за ручки, он крепко обхватит пальцы и попытается подняться.



Учимся ползать

Полезность перемещения на четвереньках объясняется следующим:

- Ползание готовит мышцы, позвоночник к ходьбе. Развивается координация движения, умение ровно держаться, не падать.
- Карапуз быстрее познает мир, знакомится с первыми опасностями на полу: домашние животные, провода.
- Развивается моторика рук. Ребенок ощупывает поверхности, подбирает с пола игрушки, привыкает тащить их к себе.
- Грудничок учится самостоятельно принимать решение. Выбирает путь к цели, оценивает расстояние, свои возможности, учится уберегать себя от опасностей.
- Одновременная работа ножек и ручек тренирует взаимодействие обоих полушарий мозга.

Способов передвижения в младенческом возрасте так много: по-пластунски, задним ходом, скачкообразное ползание, перекатывание, на четвереньках



Учимся читать

Для того, чтобы ребенок вырос умным и эрудированным, начинать его обучение нужно с самого рождения. Для этого есть несколько причин:

1. Чем младше ребенок, тем лучше его мозг усваивает информацию.
2. Мозг нуждается в постоянной тренировке, ведь он растет лишь благодаря его использованию.

Ранний возраст - является самым оптимальным для обучения. Именно в этот период времени малыш обладает неумемной энергией и желанием учиться. Поэтому до трех лет возможно с легкостью научить ребенка читать, считать, собирать и анализировать информацию. Обучение по карточкам **Глена Демона** -это увлекательная игра.

Методика Домана требует лишь минимум времени и усилий. Она проста в изучении и использовании.

Яркие красочные карточки очень нравятся детям.





Прогулка

Гулять с малышом можно как один, так и три раза в день. При более частых прогулках длительность каждой должна составлять 40 минут – 1 час. Если гуляете один раз-прогулка может длиться до 2,5 часов. Летом можно хоть весь день находиться на улице, если есть возможность вовремя кормить малыша и менять подгузник.

Организация сна на свежем воздухе требует особого внимания, чтобы найти «золотую середину», полезную для здоровья малыша.

Далеко не полезно оставлять ребенка спать подолгу на балконе, даже если ребенок тепло одет и укутан. Отсутствие движения воздуха во время сна в прохладном помещении балкона или лоджии увеличивает риск переохлаждения организма ребенка.

Но постоянное движение во время сна (если Ваш малыш спит в коляске или слинге) может вызывать привыкание, и малыш будет требовать, чтобы его долго укачивали перед сном.

