

## Адаптация перед детским садом или о развитии от 1 до 2 лет.

Когда ребенку исполняется один годик, родители с уверенностью считают, что все трудности уже позади. Ведь он уже начинает ходить, совершенствует хватательные движения рук, интересуется формой предметов, их цветом, звуками, ему не терпится ко всему прикоснуться руками и все попробовать на вкус. И без поддержки взрослых ему никак не обойтись.

Многие родители, наблюдая за своими малышами, сравнивают их со сверстниками. Чем старше и подвижнее малыш, тем больше родители радуются его достижениям. Проблема появляется тогда, когда ребенок отстает от общей массы в развитии некоторых навыков, которые не замечаются или игнорируются родителями или специалистами. В дальнейшем тайное становится явным: неловкость при движениях, неуклюжесть и отставание в учебе, нарушения поведения и нервозность, головные боли при умственных нагрузках и т. д. Это особенно обидно, так как большинству этих детей можно было бы оказать своевременную помощь. Дело в том, что мозг ребенка обладает нейропластичностью. Он может в значительной степени восстанавливать функции тех нервных клеток, которые пострадали во время родов или беременности. Это уникальное явление характерно только для растущего мозга в первые три-четыре года жизни. Поэтому эффективность лечения тем выше, чем меньше возраст ребенка к моменту его начала. Именно своевременное выявление, казалось бы, малосущественных отклонений от возрастной нормы – главное условие полноценного развития ребенка.

Многие родители часто сомневаются, правильно ли развивается их малыш. Вот почему так важно знать, что каждый ребенок развивается в своем темпе. Но следует учитывать, что существуют определенные возрастные границы (сенситивные периоды) наиболее благоприятные для приобретения навыков. Малыш в 12-14 месяцев, при поддержке взрослых, уже пробует самостоятельно ходить, а во время ползания поднимается на ладонях и коленях на одну ступеньку лестницы. Если ребенок уже научился ходить, то, давая ему какой-то предмет, мы можем заинтересовать его словами "принеси это папе" - и малыш перенесет игрушку в другое место. При этом ребенок держит предмет обеими руками, медленно идет, удерживая равновесие. Это отличное развлечение для ребенка и прекрасная тренировка психомоторного развития - понимания речи и координации движений глаз, рук и ног. На втором году жизни ребенок развивает и совершенствует умение ходить и контролировать положение своего тела в пространстве, вырабатывая чувство равновесия. Малыш уже понимает речь, а к третьему году становится ловким, умеет хорошо говорить, общаться, расширяет круг самостоятельных действий, продолжая психомоторное развитие.

**Психомоторное развитие ребенка** – это очень обширное понятие, которое включает в себя такие направления:

- Развитие движений тела и мышц;
- Развитие ловкости рук (мелкой моторики);
- Развитие активной речи и ее понимание;
- Осознание взаимосвязи (между явлениями и предметами);
- Умение контактировать с людьми;
- Развитие самостоятельности в своих действиях.

Ни одно из перечисленных направлений не должно развиваться поодиночке. Задача родителей, педагога-воспитателя и педагога-психолога состоит в комплексном психомоторном развитии малыша, в правильном формировании навыков и умений в соответствии с возрастом. Основываясь на них, вы сможете с легкостью оценить, насколько правильно развивается ваш малыш. Родители обязательно должны понимать, что замедление развития хотя бы по одному из направлений грозит отставанием по всем остальным. Не стоит отчаиваться и паниковать, если что-то не соответствует нормам, возможно параллельное развитие другого критерия идет намного быстрее и может опережать свой возраст. Заподозрив отклонения, вы сможете своевременно обратиться к психологу, логопеду, педагогу или врачу и откорректировать возникшие нарушения. Так, к примеру, задержка развития мелкой моторики рук чаще всего вызывает замедление развития речи малыша. Ваша задача как родителей – это быть ближе к своему малышу, чтобы помочь ему развиваться и своевременно реагировать на любые нарушения.

## Возраст от 1 года до 2 лет

Навыки движений ребенка	<p><b><u>В 1 год:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подтягивается, держась за мебель, к примеру, за перегородку кровати из положения сидя или на четвереньках и становится прямо, опираясь за что-нибудь;</li> <li>• Пробует делать шаги на месте;</li> <li>• При большей уверенности в себе делает пару шагов в сторону, держась за мебель обеими руками.</li> </ul>
	<p><b><u>В 16 месяцев:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Делает несколько шагов подряд, не держась и не теряя равновесия.</li> </ul>
	<p><b><u>В 18 месяцев:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Наклоняется и поднимает игрушку с пола, не опираясь и не садясь;</li> <li>• Влезает на диван и слезает с него, сначала опуская ноги на пол;</li> <li>• Учится делать шаги назад;</li> <li>• Влезает на стул и слезает с него;</li> <li>• Поднимается по ступенькам, приставляя одну ногу к другой, держась за поручни обеими руками. Пробует таким же образом спускаться по лестнице.</li> </ul>
Проявления самостоятельности	<p><b><u>В 1 год:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Пьет, не обливаясь, из стакана, который держит сам или взрослый;</li> <li>• Помогает при одевании, вытягивая руки и ноги для штанишек и кофточек.</li> </ul>
	<p><b><u>В 1.5 года:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Без проблем снимает развязанные ботинки;</li> <li>• Держит чашку во время питья самостоятельно;</li> <li>• Во время еды еще не совсем ловко направляет в рот полную ложку;</li> <li>• Пробует накалывать кусочки еды на вилку.</li> </ul>
Выполнение заданий	<p><b><u>В 1 год:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Играет с куклой или мишкой, прижимает их к себе, ласкает;</li> <li>• По просьбе мамы отбивает брошенный мяч в сторону.</li> </ul>
	<p><b><u>В 1.5 года:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учится убирать игрушки;</li> <li>• Все чаще подходит к родителям с книжечкой и просьбой назвать показанные им картинки.</li> </ul>
Навыки в процессе игры	<p><b><u>В 1 год:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ребенок хватает маленький предмет согнутым указательным и большим пальцами;</li> <li>• Передвигает по столу игрушечную машину вперед и назад;</li> <li>• Неумело перелистывает книжку, которую держит мама.</li> </ul>
	<p><b><u>В 13-17 месяцев:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Бросает в банку кружочки или другие мелкие предметы;</li> <li>• Прикрывает банку крышкой;</li> <li>• Вкладывает маленькую формочку в большую;</li> <li>• Рисует на бумаге точки и черточки;</li> <li>• Поворачивает закручивающуюся крышку бутылки в одну и в другую сторону;</li> <li>• Нанизывает колечки на ось пирамиды;</li> <li>• Небрежно рисует зигзаг из трех черточек, не отрывая руки от листа бумаги.</li> </ul> <p><b><u>В 18 месяцев:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Берет третий кубик, держа в каждой руке по кубику;</li> <li>• Вкладывает самую маленькую формочку в среднюю или пробует построить из них башню;</li> <li>• Находит маленький предмет, спрятанный под одной из банок.</li> </ul>
Развитие речи ребенка и умение устанавливать взаимосвязь	<p><b><u>В 1 год:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выговаривает одиночные звуки или слоги, которые имеют определенное значение: "ко-ко", "ам-ам";</li> <li>• Оборачивается, когда слышит произнесенное кем-то свое имя;</li> <li>• Может радостно отреагировать на похвалу или остановить действие, слыша выразительное "нет".</li> </ul>
	<p><b><u>В 1.5 года:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выговаривает три слова со смыслом. Произношение может быть не совсем правильное, но эти слова ребенок должен использовать ежедневно для обозначения конкретных людей, вещей, животных или явлений;</li> <li>• Очень восприимчив к пению. Пробует исполнять с мамой простые детские песенки;</li> <li>• Без проблем выполняет такие просьбы, как "дай мне" или "иди сюда";</li> <li>• На вопрос о предмете, с которым играл, малыш начинает искать его;</li> <li>• При упоминании о еде ребенок начинает искать бутылку или чашку;</li> <li>• Правильно показывает три названные взрослым части тела: губы, нос, глаза на кукле или на себе;</li> <li>• Понимает слово "открывать" и по просьбе охотно открывает баночку или бутылку;</li> <li>• Умеет выполнить просьбу, состоящую из двух действий: пример, "подними мишку и положи его на кровать";</li> <li>• По просьбе взрослых называет предметы, например "мика" - мишка, "ко-ко" - курочка и т.д.;</li> <li>• Умеет выражать желание, если ему что-нибудь нужно. Например, "да" - дай, "ам-ам" - кушать;</li> <li>• Выразительно говорит "нет", если чего-то не хочет или не любит.</li> </ul>

## Игры, которые ребенок должен освоить к 2 годам:

- Строительство домика-башни(2-4 кубика), паровоза-поезда из кубиков;
- Снятие и надевание колец пирамидки с учетом их размера(3-4 кольца);
- Шнурование;
- Игры-вкладыши, игра – сортер, также для игры подойдет матрешка;
- Кукла размером не более 30–40 см – ребенок кормит, расчесывает куклу, укладывает спать. Играет вместе с мягкими игрушками (мишка, зайка и т.д.), катает машинку и гудит при этом («би-би», «др-рр»);
- Рисование карандашами, красками, лепка из пластилина и т.д.;
- Естественно, сначала надо показать ребенку, как играть с этими игрушками.

К двум годам в игровой деятельности детей должна быть сюжетная игра, малыш чаще всего выполняет два последовательных сюжетных действия с игрушкой. В играх ребенок все чаще подражает бытовым действиям взрослых: «читает» и «разговаривает по телефону», «подметает и вытирает пол», складывает игрушки и предметы в ящик-коробку. Самостоятельно или вместе со взрослым рассматривает книгу с картинками, но чаще просто переворачивает по несколько страниц сразу. Дольше и внимательнее слушает сказки, которые вы читаете ребенку с показом картинок в книжке. На картинках по вашей просьбе показывает знакомые предметы и некоторых животных.

## Тест-игра

Посадите рядом с ребенком куклу и положите носовой платок. Говорите: «У Ляли грязный носик. Вот платок». Ребенок должен приложить платок к носу куклы. Посадите рядом с ребенком куклу с волосами и положите расческу. Говорите: «Кукла Ляля растрепанная, вот расческа». Ребенок прикладывает расческу к волосам куклы и водит ею по волосам. К полутора годам он должен выполнять оба теста.

## Несколько советов в отношении игрушек для годовалого ребенка:

Не давайте малышу сразу большое количество предметов для игры. Они быстро наскучат карапузу и вызовут усталость. Часть игрушек отложите в дальний ящик или спрячьте, а через некоторое время замените отсутствовавшими игрушками те, которые ребенку уже слегка надоели.

В гостях у знакомых с детьми обращайтесь внимание, какие игрушки больше всего заинтересовали карапуза. Это даст вам возможность пополнить свой запас игрушек предметами, которыми кроха наверняка будет играть.

*Педагог-психолог*

*Соловьева И.А.*

## Список источников и литературы:

1. Биттерлих, Л. Р. Ваш ребенок от рождения до 6 лет. Выявление отклонений в развитии и их коррекция. Книга, необходимая в каждой семье /Л.Р. Биттерлих. — Изд.: Рипол-Классик, 2009 г. — 256 с.
2. Дмитриева, В.Г. Д53 200трехминутных развивающих игр для малышей от рождения до трех лет / В. Дмитриева. — М.: АСТ; СПб.: Сова. 2008. — 190, [2] с: ил. — (Маленькие гении).
3. Немов, Р.С. Психологический словарь / Р.С. Немов. — М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007. — 560 с. : ил