**Развитие ребенка от 0 до 1 года**

Анна Сокольчук

Особенности развития ребенка:

* Ребенок развивается этапами;
* Путь развития каждого ребенка очень индивидуален;
* Развитие ребенка в определенный период может остановиться по ряду причин;
* Развитие ребенка зависит как от наследственности, так и от окружающей среды.

Поистине удивительно то, как меняется ребенок в течение первого года своей жизни. Из младенца, не умеющего управлять своим телом и криком извещающего о своих желаниях, он становится маленьким пытливым человеком, который уже самостоятельно ходит и общается со взрослыми не только жестами и звуками, но и употребляет первые слова. За каждым этим достижением, много открытий, познаний законов окружающего мира, переживаний и ощущений.

ФИЗИОЛОГИЯ. МОТОРИКА.

Ребенок рождается беспомощнее, чем детеныши животных. Малыш рождается с набором *безусловных рефлексов*, помогающих приспособиться к внешней среде: регулирующие биологически необходимые функции (сосательный, оборонительный, ориентировочный); двигательные рефлексы (хватательный, опорный, рефлекс переступания). На большую же часть внешних воздействий ребенок реагирует движениями ручек и ножек.

* 1-3 месяца – ребенок удерживает голову, лежа на животе.
* На 2-4 мес. развиваются хватательные движения и манипуляции с предметами.
* 2-4 мес. –  рассматривает и захватывает предмет рукой.
* 3-5 мес. – дотягивается до предмета рукой.
* 4 мес. – самостоятельно переворачивается со спины на бок.
* 5-5,5 мес. - самостоятельно переворачивается со спины на живот. Стоит при поддержке за обе руки. Пытается ползать. Четко берет предмет из руки взрослого.
* В 5-7 мес. уже может перекладывать предмет из руки в руку.
* В 5-8 мес. (чаще 6-6,5 мес.) ребенок может сидеть без поддержки более 30 секунд.
* В 7-13 мес. начинает ходить с поддержкой.
* 9-14 мес. – осваивает «пинцетный захват».
* 10 мес. – Повторяет за взрослым «ладушки», «пока-пока». Под контролем зрения вкладывает пальцы в отверстие.
* 9-17 мес. (чаще 12-13 мес.) – самостоятельно ходит, приседает, встает.

МОЗГ НОВОРОЖДЕННОГО

Врожденные рефлексы регулируются спинномозговыми и подкорковыми нервными центрами. Кора больших полушарий еще полностью не сформировалась, нервные клетки не имеют ответвлений, проводящие пути не покрыты защитными оболочками, как следствие усиленное возбуждение и затрудненное формирование условных рефлексов.

То, что при рождении у ребенка нет врожденных форм поведения – это не слабость, а его сила. Это дает малышу безграничные возможности приобретения нового опыта и развития.

Для нормального созревания мозга новорожденного необходима активная работа анализаторов (зрения, слух и т.д.). Если ребенок не получает достаточно чувственных впечатлений из окружающей среды, его развитие резко замедляется.

Особенность развития новорожденного – деятельность его анализаторов формируется быстрее, чем телесные движения. Особенно быстро развиваются зрение и слух. На их основе формируется ориентировочный рефлекс, и складываются разнообразные условно-рефлекторные связи.

Уже в первые 10 дней после рождения у малыша появляется первый условный рефлекс – положение при кормлении.

К 2-3 месяцам у ребенка появляются особые формы реагирования на появление взрослого (матери): появляется эмоционально-двигательная реакция – «комплекс оживления» - ребенок концентрирует взгляд на лице, склонившегося к нему человека, улыбается ему, радостно двигает ручками и ножками. Если ребенок растет в бедной на чувственные воздействия среде (в сенсорной изоляции) этот комплекс может не выработаться.

Появление комплекса оживления знаменует переход от новорожденности к младенчеству.

МЫШЛЕНИЕ

В младенчестве появляется тенденция к преднамеренным действиям: тянется к определенной игрушке. К концу младенческого возраста проявляется большая подражательная способность.

Подражательные и преднамеренные действия свидетельствуют о развитии интеллекта. После начала преднамеренного манипулирования предметами (трясти, стучать) в действиях детей можно обнаружить элементарные проявления мышления. При действиях с предметами перед ребенком возникают и им решаются интеллектуальные задачи. Таким образом, мышление ребенка развивается в действии.

ЗРЕНИЕ МЛАДЕНЦА

В первые недели жизни дети по-разному рассматривают различные объекты. Все эти черты характерны для человеческого лица, и их ребенок готов воспринимать уже с первых дней своей жизни.

* Малыши 5-7 дней отроду чаще и дольше рассматривают фигуры более сложной формы, выделяют движущиеся и объемные предметы.
* 10 дней – ребенок удерживает в поле зрения движущийся предмет.
* 18-20 дней – способен удерживать в поле зрения неподвижный предмет.
* 1 мес. – сосредотачивает взгляд на предмете или лице человека, может плавно проследить за движущимся предметом.
* 5 мес. – переводит взгляд с одного предмета на другой.
* 6 мес. – рассматривает все вокруг предметы, людей.
* 12 мес. – узнает на фотографии знакомое лицо, различает две контрастные формы предметов.

СЛУХ

Младенцы слышат и различают звуки по высоте. Они особенно [чувствительны к человеческой речи](http://newchild.dp.ua/razvitie-i-vospitanie/raznoe/15-razvitie-rechi-rebenka-sozidatelnaya-sila-jivogo-slova.html).

* 10 дней – при резком звуке вздрагивает и мигает.
* 18-20 дней – реагирует на голос взрослого.
* 1 месяц – прислушивается к звукам и голосам.
* 2-3 мес. – поворачивает голову на звук, прислушивается, ищет глазами говорящего.
* 5 мес. – узнает голос матери и различает его интонацию.
* 9 мес. – танцует под мелодию вместе со взрослыми.

ОБЩЕНИЕ

Жизнь младенца полностью зависит от взрослого, который удовлетворяет физические и психические потребности ребенка. Ребенок оживляется, когда его берут на руки и носят, так развивается его сенсорный опыт.

Младенец – социальное существо. Во всякой ситуации в его жизни присутствует другой человек. Сейчас взрослый – это посредник в общении ребенка с внешним миром. Основная форма общения ребенка и взрослого в этот период – совместная деятельность. Взрослый вызывает у ребенка активность к внешнему миру, ребенок сам призывает взрослого к активному общению.

В возрасте 1 месяца появляется первая улыбка.

РАЗВИТИЕ РЕЧИ

* 2 месяца – появляется гуление, которое к 3-5 месяцам становиться певучим.
* 6 мес. - лепет, на основе которого появляются фонемы родного языка.
* 8 мес. – четко произносит и повторяет разные слоги.
* 9 мес. – повторяет за взрослым слоги, которые уже есть в лепете.
* 10 мес. – повторяет за взрослым новые слоги, которых до этого не было в его лепете.
* 11 мес. - первые слова (мама, папа, дай)
* К концу первого года понимает многие слова.
* Возникает связь между названием предмета и самим предметом.

Развитие идентичности и социальное развитие

Только ребенок 1-2 лет начинает признавать себя как отдельного индивида. Социальное развитие начинается с младенчества. Со временем, ребенок начинает понимать, что то же самое явление, разные люди могут понимать по-разному.

Первые о ребенке принято говорить, как о личности к трем годам. Однако формирование личности малыша начинается уже в течение первого года жизни и происходит это скрыто от внешнего наблюдения. В это время закладываются основы личностных качеств, которые мы можем увидеть в сформированном виде в более позднем возрасте.  Они формируются на основе общения и взаимодействия со взрослыми в первый год жизни малыша. Уже в младенчестве у ребенка начинает формироваться любовь и симпатия к близким людям, формируется так называемое чувство привязанности.

В этом возрасте также происходит оформление качеств темперамента ребенка. Как известно, темперамент зависит от врожденных особенностей нервной системы. Однако большое влияние на его внешние проявления оказывают приобретенные привычки, национальные и культурные особенности общения и поведения, которые впитывает ребенок с первых дней жизни из взаимоотношений со взрослыми.

В возрасте 8-12 месяцев у детей часто возникают страхи. Ребенок может например бояться незнакомцев, плакать при расставании с близкими людьми, в незнакомой обстановке и т.д. Наиболее сильно страхи проявляются в возрасте 15-18 месяцев.

Конец первого года – начало второго знаменуется кризисом первого года. Дети начинают проявлять непослушание, которое выражается в упрямстве, повторении запрещенных родителями действий. Это происходит потому, что ребенок активно изучает окружающий мир. Он экспериментирует, с настойчивостью и интересом повторяет действия, чтобы посмотреть на результат. Такая любознательность часто наталкивается на непонимание и запреты взрослых. В ответ на прямой запрет взрослого ребенок упрямиться и пытается настоять на своем, повторяя именно то, что ему запрещают. В ответ на запрет он может начать плакать, громко кричать, бросать предметы, падать на пол, демонстративно не слушаться. Все происходящее свидетельствует о развитии ребенка и переходе его на следующий этап. Возросшие возможности и потребности ребенка рождают в нем неудовлетворенность местом, которое он занимает среди других людей и стремление это изменить. Сопротивление требованиям взрослых - по-сути есть попытки расширить  границы своего поведения и указать взрослым на то, что им необходимо пересмотреть свое поведение и требования по отношению к уже подросшему малышу.

Эмоциональное развитие

С момента рождения у ребенка наблюдается несколько основных эмоций: радость, интерес, удивление, страх, гнев, печаль.

Умственное развитие ребенка первого года жизни определяется такими сферами:

1) моторика;   
2) восприятие;   
3) эмоции;   
4) речь;   
5) тонкие ручные движения.

До 3 лет в мозге ребенка формируется 1000 трлн. Связей. Одна клетка может быть подключена к 10 000 других клеток. Ученые считают, что воспитание и развитие ребенка определяет, какие синапсы образуются в головном мозге. Если соединение нейронов повторно используется в раннем детстве, оно становится постоянным.

От 3 до 6 месяцев. Пинание развивает моторику ребенка:

* Приложите цветные игрушки к ногам ребенка и разрешите их пинать;
* Держа ребенка на руках, помашите погремушкой у ног ребенка и покажите как надо пинать;
* В одну руку вложите погремушку и потрясите, покажите, как переложить погремушку в другую руку.

Oбщение поощряет образование новых синапсисов:

* Когда младенец лежит на спине, подойдите к краю кроватки и позовите его по имени;
* Повторяйте его имя, пока он не повернет голову в сторону звука;
* Подойдите к противоположному краю кроватки и опять позовите ребенка по имени.

Ритм и звук. Младенцы реагируют на ритм и звук:

* В изголовии кроватки поставьте приемник;
* Выберите мягкую инструментальную музыку или колыбельные;
* Музыка с повторяющейся мелодией очень успокаивает ребенка.

Польза музыки

Развивает абстрактные способности мышления, в частности, пространственное восприятие. Развиваются разговорные, сенсорные, моторные навыки и навыки движения. Усиливает пространственное восприятие, понимание времени, способствует формированию математических понятий. Помогает усилить связь с взрослым.

Сенсорный опыт и взаимодействие со взрослыми развивает познавательные способности:

* Аккуратно подуйте на ладошки вашего ребенка;
* Повторите "Этот ладошки“;
* Подуйте на другие части тела (локти, пальцы, шею, щеки и т.д.).

Стремление за вещью помогает мозгу развить зрительно-моторную координацию:

* Держите ребенка на коленях;
* Вложите свой указательный палец в ладонь ребенка;
* Вероятнее всего он схватит палец, это естественный рефлекс;
* Каждый раз, когда он хватает ваш палец похвалите ("Какой ты сильный", "Удивительно").

Симуляция зрения обеспечивает хорошее его развитие:

* Положите перед ребенком яркий цветной шарф, медленно его передвигайте и повторяйте, какой он яркий;
* Убедившись, что ребенок смотрит на шарф, медленно переместите его в сторону;
* Перемещая шарф поощряйте ребенка глазами следить за шарфом.

Чем больше ребенок видит, тем больше он хочет видеть. Посадив ребенка в перед зеркалом:

* Улыбайтесь;
* Шевелите разными частями тела;
* Делайте разные гримасы;
* Произносите разные звуки отчетливо шевеля губами;
* Качайтесь вперед и назад.

Ощущение и запахи стимулируют образование новых соединений:

* Прикоснитесь и протрите руки ребенка в различными тканями;
* Создайте возможность понюхать различные ароматы (запах цветов, разрезанного апельсина).

Смена положения ребенка развивает чувство равновесия, пространственное понимание, стимулирует начало ползания:

* Аккуратно поддерживайте ребенка прижав его спинку в своему телу;
* Крутитесь с ребенком в разных направлениях.

Развитие мышц ребенка и способствует ходьбе и ползанию:

* Положите ребенка на спину и двигайте его ноги, как-будто он едет велосипеде ("Туку туку / Мы едем по дорожке / туку туку");
* Пока ребенок лежит на спине осторожно потяните его за ноги, пока они не выпрямятся ("Сгибаем, сгибаем маленькие коленки").

Использование мышц укрепляет их:

* Положив ребенка на живот, держите перед ним плюшевого медведя и перемещайте его из стороны в сторону, чтобы ребенок, глазами и телом следил за ним;
* Крепко поддерживая ребенка за подмышки "плюхнитесь" с ним на кровать;
* Положив ребенка на живот положите перед ним игрушку и разрешите за ней тянуться.

Пеленальный стол – место для развития моторных навыков. Вы можете давать ребенку рассматривать разные интересные вещи. Двигайте перед ним яркий мячик. Поменяв подгузник, дайте ему потрогать этот мячик.

Общение с ребенком помогает развивать слух и речь:

* Имитация звуков, которые издает ребенок, стимулирует их повторение;
* Если вы поощрите его после определенных звуков, он будет издавать эти звуки чаще;
* Падражая различным звукам, дотрагивайтесь ладошкой ребенка к губам;
* Количество слов, которые ребенок слышит ежедневно, влияет на его интеллект.

Игры с мячом развивают ловкость:

* Когда ребенок научится сидеть, аккуратно катите ему мяч (лучше всего - мягкий);
* Покажите, как его нужно ловить.

Игра "Куку". Способствует формированию связей головного мозга, развивает внимание, учит, что вещи исчезают и появляются, помогает научиться справляться с трудностями, учит последовательности:

* Возьмите куклу и спрячьте ее и себя за спиной;
* Покажите куклу, говоря: "Куку, имя ребенка";
* Опять спрячьте куклу;
* Повторяйте, пока вы видите, что ребенок с нетерпением ждет появления куклы;
* Дайте ребенку куклу и следите, может быть, он будет подражать вам.

Игры в форме диалога готовят детей к сложным отношениям в жизни:

* Спрячьтесь от ребенка за стул или дверь (чтобы он вас нашел);
* В то время как вы прячетесь, повторяете: "Где я, найди меня, я здесь";
* В конце, даже если вас не нашли, покажитесь ребенку.

Чем больше у ребенка слухового опыта, тем лучше у него будет развиваться речь:

* Включите ребенка в повседневные разговоры – слушая он узнает больше слов;
* Позвольте вашему ребенку слушать радиопередачи, записи сказок, чтобы он услышал разные голоса;
* Поощряйте ребенка, отвечать на то, что он слышит, общайтесь с ним.

Чтение книг помогает узнавать

слова, развивает воображение:

* Каждый день отведите определенное время для чтения (перед сном);
* Разрешите подержать и полистать книжечки;
* Достаточно кратко рассказать и показать, что изображено на картинках;
* Поддерживайте разговор и интерес ребенка;
* Самое главное: повторять и еще раз повторять.

Очень важен ранний опыт, разные ощущеня:

* В погожий день разрешите ребенку поползать по траве, поваляться на ней;
* Опишите каждый предмет, который заинтересует ребенка;
* Нюхайте цветы, рассматривайте насекомых.

Когда вы касаетесь ребенка, лучше работает его пищеварительная система, он легче преодолевает стресс:

* Покажите разные части вашего тела;
* Возьмите ручку ребенка и покажите каждую часть его тела называя их.

Пойте и играйте купая ребенка:

* Возьмите губку и мыло и проведите по ладони ребенка;
* Говоря "плюх" опустите губку и воду создав брызги;
* Вы можете двигать игрушки для купания;
* Возьмите чашку воды и попробуйте перелить ее в пустую чашку, которую держит ребенок.

Подражание способствует развитию:

* Скажите слово и поощряйте его повторить,
* Выберите знакомые и короткие слова, звуки издаваемые животными;
* Когда ребенок повторит, похвалите, обнимите его;
* Совершите какой-либо жест и попросите его повторить.

Советы по позитивному воспитанию:

* Говорите с ребенком. Ваш голос успокоит его.
* Отвечайте, когда ребенок издает звуки. Повторяйте звуки добавляя слова.
* Читайте ребенку, это поможет ему начать понимать речь и звуки.
* Пойте малышу и вместе слушайте музыку.
* Хвалите ребенка и уделяйте ему много внимание.
* Обнимайте и держите ребенка на руках.
* Играйте с ребенком, когда он бодрствует и расслабленным. Наблюдайте за ребенком, замечайте признаки усталости, чтобы вовремя прервать игру и дать ребенку отдохнуть.
* Отвлеките внимание ребенка игрушками и переместите его в безопасное место, когда он начинает двигаться, куда не следует, и трогать вещи, которые не должен.
* Заботьтесь о себе физически, умственно и эмоционально. Воспитание может быть тяжелой работой! Проще наслаждаться ребенком и быть позитивным, любящим родителем, когда вы комфортно себя чувствуете.