



---

Государственное  
общеобразовательное учреждение  
Ярославской области  
**«Центр помощи детям»**

**Счастливое детство  
ВОЗМОЖНО для каждого**

**Методическое пособие**

Ярославль  
2019

---

---

**Рецензенты:** Рощина Галина Овсеповна, заведующий кафедрой инклюзивного образования государственного автономного учреждения дополнительного профессионального образования Ярославской области «Институт развития образования», к.пед.н.

### **Счастливое детство возможно для каждого.**

Практическое пособие. Часть I. Под ред. Л.С. Русановой, Е.Н. Шипковой, Н.М. Жуковой – Ярославль: ГОУ ЯО «Центр помощи детям», 2019. – 97с.

В методическом пособии представлены важные аспекты раннего выявления нарушений в развитии детей с целью оказания им своевременной психолого-медико-педагогической помощи, а также профилактики «инвалидности». В представленных материалах раскрыты особенности нервно-психического, познавательного, эмоционального и речевого развития детей раннего и дошкольного возраста. Даны практические рекомендации для родителей (законных представителей) и педагогов по взаимодействию с ребенком и выстраиванию гармоничных детско-родительских отношений.

Пособие разработано в рамках регионального проекта «Поддержка семей, имеющих детей» национального проекта «Образование» и адресовано родителям (законным представителям), а также руководителям и специалистам учреждений образования, здравоохранения и социальной защиты населения. Ответственность за аутентичность и точность цитат, имен, названий и иных сведений, а также за соблюдение законов об интеллектуальной собственности несут авторы публикуемых материалов. Материалы публикуются в авторской редакции.

Издание подготовлено по материалам специалистов государственного общеобразовательного учреждения Ярославской области «Центр помощи детям»: Автуховой О.А., Жуковой Н.М., Игнатовой О.Ю., Русановой Л.С., Семеновой А.А., Солондаева В.К., Смирновой Е.В.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	<b>4</b>
<b>РАЗДЕЛ 1. НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА</b> .....	<b>6</b>
Как развивается мой малыш? Нервно-психическое развитие детей до года глазами врача.....	6
Как научить ребенка сидеть.....	17
Как научить ребенка ползать.....	18
Как научить ребенка ходить .....	19
Ребенок ходит на «носочках»: норма или патология?.....	20
Детский сон. Нарушения сна у детей. Трудности засыпания. ....	23
Длительность грудного вскармливания .....	27
Формирование санитарно-гигиенических навыков у ребенка .....	28
Аффективно-респираторные приступы у детей.....	30
Вредные привычки у ребенка .....	32
Перечень игровых материалов для детей раннего возраста: .....	35
<b>РАЗДЕЛ 2. ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ И РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА</b> <b>36</b>	
Развитие ребенка раннего возраста .....	36
Возрастные показатели познавательного развития ребенка дошкольного возраста .....	44
Развитие речи ребенка раннего и дошкольного возраста.....	54
Этапы развития речи в детском возрасте.....	54
Начинаем говорить.....	56
Несовершенства детской речи .....	60
О задержке речевого развития у детей.....	65
Признаки задержки речевого развития .....	66
Развитие детской речи .....	67
<b>РАЗДЕЛ 3. ОБ ЭМОЦИОНАЛЬНОМ РАЗВИТИИ И ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЯХ</b> ..	<b>70</b>
Детско-родительские отношения.....	70
Эмоциональное развитие .....	72
Как правильно ругать и хвалить ребенка? .....	79
Родителям о детских страхах.....	81
Готовим ребенка к детскому саду.....	85
Готовность к школе.....	93
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	<b>95</b>

## ВВЕДЕНИЕ

Развитие системы ранней помощи и оказание услуг психолого-педагогической, методической и консультативной помощи родителям (законным представителям) являются одними из приоритетных направлений работы государственного общеобразовательного учреждения Ярославской области «Центр помощи детям» в ходе реализации регионального проекта «Поддержка семей, имеющих детей».

В послании Федеральному Собранию Российской Федерации 1 марта 2018 года Президентом Российской Федерации В.В. Путиным в качестве главного приоритета государственной политики определена деятельность, направленная на «сбережение людей, умножение человеческого капитала как главного богатства России»<sup>1</sup>. Среди задач, стоящих перед обществом, выделяется – воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций. Эту задачу невозможно решить без активного участия родителей. Важнейшая задача государственных и общественных институтов на среднесрочную перспективу – создание эффективной межведомственной системы родительского просвещения и семейного воспитания в Российской Федерации<sup>2</sup>.

Согласно статистике Федерального реестра инвалидов<sup>3</sup> количество детей-инвалидов в Российской Федерации не растет и сохраняется на том же уровне. Это значит, что информационная поддержка для молодого родителя очень важна. Поскольку для правильной оценки ситуации, даже для специалистов, требуется время, справедливо предположить, что родителям ребенка, особенно раннего возраста, эта задача представляется весьма сложной.

---

<sup>1</sup> Путин В.В. Послание Президента Федеральному Собранию [Электронный ресурс]: от 01.03.2018 – URL: <http://kremlin.ru/events/president/news/56957>

<sup>2</sup> О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 год: Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204//Собрание законодательства Российской Федерации от 2018 г. , N 20 , ст. 2817

<sup>3</sup> Информация о численности детей - инвалидов в Российской Федерации, федеральных округах и субъектах РФ в разрезе пола, возраста и причин инвалидности, а также о доле детей-инвалидов в общей численности инвалидов. Процент инвалидизации детей – инвалидов: доля детей - инвалидов в общей численности населения. [Электронный ресурс] – URL: <https://sfri.ru/analitika/chislennost/chislennost-detei?territory=1//> (дата обращения: 14.10.2019)

---

Мы предлагаем обобщенный опыт логопедов, психологов, неврологов и психиатров, имеющих внушительный опыт работы с детьми раннего и дошкольного возраста, в том числе с детьми-инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), который направлен на ознакомление с особенностями развития детей, выстраивание здоровых детско-родительских отношений, популяризацию ответственного материнства и отцовства.

## РАЗДЕЛ 1. НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА

*Автухова О.А.,  
врач-невролог, врач-психиатр*

### *Как развивается мой малыш?*

#### *Нервно-психическое развитие детей до года глазами врача.*

##### *Период младенчества до 3 месяцев*

Ребенок первых 3 месяцев жизни – не беспомощное существо. Кажется, что малыш только умеет плакать, спать и есть. Но все органы чувств активны. Малыш самостоятельно познает мир. Еще больше ребенок нуждается в сенсорных притоках, общении. Родители – проводники в окружающий мир. От них многое зависит. И прежде родители должны знать особенности этого возраста. Это касается, прежде всего, общения. Известно, что грудные дети слышат высокие голоса. Напевная интонация и повышение голоса могут служить приглашением к игре. Монотонная речь успокаивает ребенка. Наиболее важные слова произносятся нараспев. Речь не должна быть очень сложной.

В общении с малышом не маловажен зрительный контакт. Дети лучше видят на расстоянии 20 см. Обязательно нужно выкладывать малыша на живот, так как ребенок видит больше лежа на животе. Необходимо расположиться с ним на одном уровне, лечь на пол или положить ребенка на грудь

С 3 месяцев можно положить ребенка на ногу ниже колена. Чтобы ребенку понравилось лежать на животе, можно положить под грудь ему полотенце или подставить руку.

Не менее важны игры с малышом. Это могут быть поглаживающие движения по телу малыша ладонями, мягкой тканью, льном, махровой тканью, поглаживание ладоней малыша, вкладывание разных предметов, кусочков материи, колец, гирлянд из шариков, мешочка из ткани с крупой. Игра с ребенком может заключаться в разных выражениях лица мамы, добиваясь четкого контакта глаза в глаза. Необходимо переводить лицо из стороны в сторону, чтобы малыш все время видел лицо, добиваться слежения за игрушкой вправо, влево, вверх, вниз, вращение по кругу. Хорошо использовать надувной мяч, заставляя ребенка толкать его ножками.

---

## *Умения малыша от рождения до 3-месяцев*

### *Общая моторика*

#### *До 2 месяцев*

- Лежа на животике, поворачивает голову в разные стороны.
- Лежа на животе, приподнимает головку и удерживает ее под углом 45 градусов.
- Лежа на боку, приподнимает головку от плеча.
- Пытается поднять головку, когда его присаживают под углом 45 гр.

#### *3 месяца*

- Лежа на животике, приподнимает головку на 90 гр., опираясь на предплечья.
- Лежа на спинке, удерживает головку вдоль средней линии с прижатым к груди подбородком.
- Лежа на спинке, держит ручки вместе на уровне груди.
- Когда малыша присаживают, его головка отстает совсем немного.
- Сидя с поддержкой, удерживает головку прямо, с выступающим вперед подбородком.
- При удерживании в положении стоя, слегка опирается на ножки.

### *Мелкая моторика*

К 3 месяцам ребенок открывает кулачки, сцепляет ручки, удерживает игрушку, вложенную в кисть<sup>4</sup>

### *Зрительное восприятие*

- Зажмуривает глаза при ярком свете, глаза поворачивает к источнику света.
- Кратковременное сосредоточение взора на игрушке, к 3 месяцам длительное.
- Задерживает взгляд на той точке пространства, откуда исчез предмет
- Провожает взглядом предмет, движущийся вертикально

### *Слуховое восприятие*

- Вздрагивает и мигает при резком звуке.
- Слуховое сосредоточение к 2 неделям жизни.
- Локализует звуки в пространстве к 1 месяцу.
- Улыбается, когда слышит голос взрослого к 1,5 месяцам.
- Узнает тембр голоса матери к 2,5 месяцам.
- После звуковой стимуляции издает гласные звуки.

### *Речь*

- Реакция сосредоточения на голос взрослого к 1 месяцу.

---

<sup>4</sup> Скворцов И.А. Детство нервной системы – 3-е изд. – М.: МЕДпресс-информ, 2004. – 176 с.

---

– Фиксирует взгляд на голос взрослого с проявлением эмоциональных реакций к 3 месяцам.

– Голосовые реакции ребенка в ответ на разговор с ним к 1 мес.

– Отраженное гуление к 2 месяцам.

– Интонационная выразительность голосовых реакций к 3 месяцам

#### *Интеллект*

– Формируются простые ассоциации: «если кричать, тебя возьмут на руки».

– Начинает ожидать кормление через определенные промежутки времени.

– Начинает различать окружающих, чувствует незнакомое место.

#### *Эмоции и общение*

– Реакция недовольствия в ответ на насильственное пробуждение, голод и дискомфорт, громкий крик без интонаций и без слез ко 2 неделе жизни.

– Появление ответной улыбки в ответ на «заигрывания» исследователя к 1,5 месяцам.

– Активная улыбка на эмоциональный контакт к 2 месяцам.

– Смеется в голос к 3 месяцам.

– Комплекс оживления к 3 месяцам.

### *Период младенчества от 3 месяцев до 6 месяцев*

Характеризуется теми же проблемами, но необходимо отметить, что освоение движений в это время становится активнее. Умение переворачиваться, ползание на животе, более разнообразная деятельность с игрушками, появление лепета, делает малыша более независимым. Ребенок выделяет близких людей, проявляет интерес к интонации, реагирует на речь. Активно развивается тонкая моторика.

В соматическом плане наступает некоторая стабилизация обмена веществ и работы органов и систем.

#### *Общая моторика*

##### *3 месяца*

– Лежа на животике, приподнимает головку на 90 гр., опираясь на предплечья.

– Лежа на спинке, удерживает головку вдоль средней линии с прижатым к груди подбородком.

– лежа на спинке, держит ручки вместе на уровне груди.

– Когда малыша присаживают, его головка отстает совсем немного.

– Сидя с поддержкой, удерживает головку прямо, с выступающим вперед подбородком.

- 
- При удерживании в положении стоя, слегка опирается на ножки.

*4 месяца*

- Лежа на животике, переносит вес тела на предплечья, локти перед плечами, подбородок подобран.
- Лежа на животике, не всегда находится в позе лягушонка, изредка брыкается.
- Лежа на спинке, играет ручками, прижимая их к телу и отводя от него.
- Лежа на спинке, вытягивает ручки к коленям.
- Переворачивается со спинки на бочок.
- При присаживании держит головку на одной линии с телом.
- При присаживании из положения лежа на боку, держит головку ровно.
- Сидя, удерживает головку прямо, подбородок опущен.
- Стоя, выдерживает большую часть веса собственного тела и управляет головкой и верхней частью туловища.<sup>5</sup>

*5 месяцев*

- Лежа на животике, опирается на вытянутые ручки.
- Лежа на животе, опирается на предплечья и тянется за игрушкой.
- Лежа на животике, случайно переворачивается на спинку.
- Лежа на спинке, вытягивает обе ручки вместе.
- Переворачивается со спинки на бочок и остается в таком положении играть.
- Сидит без поддержки в течение 1 минуты.
- Стоит на всей стопе, опираясь на что-либо.

*6 месяцев*

- Лежа на животике, проявляет все реакции сохранения равновесия.
- Лежа на животике, опирается на вытянутые ручки, приподнимая туловище и животик.
- Лежа на животике, поднимает ножки вверх позади себя и сводит их вместе.
- Лежа на животике, поворачивается на пол-оборота в сторону, чтобы достать игрушку.
- Лежа на животике и опираясь на выпрямленные ручки, пытается достать игрушку.
- Переворачивается со спинки на живот.
- Когда малыша начинают сажать, помогает себе сначала головой, затем отталкивается руками.
- Сидя, вытягивает ручки вперед, чтобы не упасть.

---

<sup>5</sup> Смирнова Е.О., Авдеева К.Н., Галигузова Л.Н. и др. Воспитание детей раннего возраста. - М.: Просвещение, 1996г. - 160с.

- 
- Сидит в течение 10 мин., ручки свободны для игры.
  - Стоя на ножках, выдерживает вес своего тела.

#### *Зрительное восприятие*

- Переводит взгляд с одного предмета на другой.
- Изучает глазами предмет, который держит в руке.
- Лежа на спине, следит за предметом, описывающим дугу в 180 градусов.

- Смотрит на маленький предмет.
- Рассматривает собственные руки.
- Тянется к игрушке.
- Рассматривает крупные картинки.
- Рассматривает отражение в зеркале.
- Слуховое восприятие.
- После звуковой стимуляции издает гласные звуки.
- Узнает тембр голоса матери.

#### *Тонкая моторика*

- Активно схватывает погремушку
- Держит в руках 2 предмета, когда их ему дают
- Тянется к предмету 2 руками.
- Лежа на спинке, тянется к предмету и достает его
- Сидя, тянется к предмету и достает его.
- Перекладывает предмет из одной руки в другую.
- Задерживает взгляд на точке пространства, откуда исчез предмет.

#### *Восприятие речи*

- Ищет глазами, откуда идет звук
- Поворачивается на звук
- Поворачивается на голос
- Фиксирует взгляд на голос взрослого, больше реагирует на голос.
- Реагирует на строгие и ласковые интонации

#### *Активная речь*

- Издает 2 разных гласных звука, гулит или лепечет в одиночестве.
- Начинает соединять согласный и гласный звуки, активно и спонтанно певуче гулит с цепочкой звуков.
- Выражая чувства, издает разные звуки.

#### *Интеллект*

- Начинает различать окружающих, может узнать мать в группе людей, чувствует незнакомые места и людей.
- Начинает догадываться, что если потрясти погремушку, то она загремит.

---

– Реагирует на новое: любой новый предмет на короткое время привлекает внимание.

- Следит откуда и куда падает предмет.
- Похлопывает по подушке или одеялу.

*Эмоции, коммуникация*

- Смеется в голос.
- Комплекс оживления.
- Модулированный плач.
- Плач прекращается, когда внимание переключается на новый и яркий стимул.

- Появляется улыбка, когда появляется взрослый и молчит.
- Различает мимику и жесты окружающих.
- Дифференцированно реагирует на своих и чужих, на ласковые и сердитые интонации.

*Игра*

- Протягивает руки к игрушке и ощупывает ее.
- Подолгу играет с подвешенными игрушками.
- Щупает, царапает, тянет игрушки, гремит, стучит, бросает игрушки.

*Социальные навыки и самообслуживание*

- Тянет ко рту руку с игрушкой или каким-нибудь предметом.
- Шевелит ручками, ножками или поднимает голову, в предвкушении, что его сейчас возьмут на руки.

- Улыбается без причины.
- Протягивает ручки, чтоб его взяли.
- Улыбается отражению в зеркале.
- Пытается дотянуться до игрушки.
- Смеется, когда его голову покрывают пеленкой.
- Оживляется, когда видит грудь или бутылочку.
- Берется за грудь или бутылочку при кормлении.
- Всасывает и глотает пюреобразную пищу.
- Может есть с ложки.

*Возраст с 6 до 9 месяцев*

Этот возрастной период отличает активная познавательная деятельность, появляется конструктивная деятельность, ползание, вертикализация. Главное в этом возрасте – предметное окружение. Младенец активно действует с ним.<sup>6</sup>

Ориентировочные действия становятся более разнообразными: трогает, царапает, берет в руки, лижет, кусает, вертит, совершает простые манипуляции:

---

<sup>6</sup> Аскарина Н.М., Кистяковская М.Ю., Ладыгина Н.Ф., Эйгес Н.Р. Развитие и воспитание ребенка от рождения до трех лет / Щелованова Н.М. — М.: Просвещение, 1969. - 179 с.

---

постукивает, бросает, поднимает, размахивает, двигает. Ребенок проделывает это с любым предметом.

Постепенно малыш начинает действовать 2 руками и начинает соотносить свои действия с физическими свойствами предметов: катает круглые шары, мячи, растягивает веревку, резинку, сжимает резиновые игрушки, вынимает из коробки, выкладывает мелкие предметы.

К концу года осваиваются специфические действия с бытовыми предметами: ложка, чашка, расческа. Без взрослого научиться этому нельзя.

Совершая все более разнообразные действия с предметами, ребенок знакомится с их свойствами, понимает причинно-следственные связи: ударил – звук, мнет бумагу – шуршит.

Таким образом, в процессе предметно-манипулятивной деятельности развиваются познавательные процессы ощущения, восприятие, внимание, память, мышление.

Ребенок нуждается не только в доброжелательном отношении, взрослый должен ему помочь в действиях с предметами. Меняются эмоции. Мимические проявления обогащаются жестами, приближением и протягиванием предметов. Речь развивается высокими темпами. От лепета ребенок переходит к словам. Малыш реагирует на похвалу и порицание. Различает близких и чужих.

К концу года появляется самостоятельность в действиях, ребенок реагирует на ограничение свободы, проявляет инициативу в выборе игрушек. Формируется «детская личность». Этот возрастной период характеризуется высоким риском травматизма, отсутствием чувства опасности. Период бодрствования удлиняется, а дневной сон становится 2-кратным. Появляется экспрессивная (активная) речь, возрастает понимание речи. Ребенок начинает ходить.<sup>7</sup>

### *Навыки и умения ребенка 7-8 месяцев*

#### *Общая моторика*

- Переворачивается с живота на спину, ползает по-пластунски.
- Лежа на животе и опираясь на предплечье одной рукой, другой тянется за игрушкой.
- Ползание без участия тазового пояса.
- Самостоятельно садится из положения лежа и сидит уверенно.

#### *Мелкая моторика*

- Активно захватывает игрушку из любых положений, перекладывает из руки в руку, захватывает мелкие предметы.
- Для захвата использует большой палец.

---

<sup>7</sup> Смирнова Е.О., Галигузова Л.Н., Ермолова Т.В., Мещерякова С.Ю. Диагностика психического развития детей от рождения до 3 лет. Методическое пособие для практических психологов. – СПб.: Детство – Пресс, 2005. – 144 с.

---

### *Зрительное восприятие*

- Зрительно контролирует свои действия и захватывает игрушку из любых положений, стучит предметом об предмет.
- Дифференцированное восприятие близких и знакомых.

### *Слуховое восприятие*

- Повторяет интонацию взрослого.
- Понимает команды с жестовым подкреплением.
- Плясовые движения под музыку.

### *Понимание речи*

- Понимает команды с жестовым подкреплением.
- Выделяет по слову части тела у взрослого или кукол.
- Зрительно дифференцирует названные знакомые предметы.

### *Активная речь*

- Лепет, двойные звуковые сочетания типа «ба-ба».

### *Интеллект*

- Исследует игрушку: трясет, стучит, катает.
- Начинает ожидать от близких людей характерных действий: кормления от матери, игры от других членов семьи.
- Может узнавать по части целое, увидев только часть.
- Убирает препятствие, мешающее достать игрушку.
- Поиск наполовину спрятанной игрушки.

### *Самообслуживание*

- Пьет из бутылочки, придерживая ее руками, направляет бутылочку ко рту
- Помогает одевать себя, подает руку или ногу.

### *Общение и эмоции*

- Тянет руки, чтоб взяли на руки.
- Устав, начинает требовать внимания мамы.

### *Навыки и умения ребенка 9- 11 месяцев*

#### *Общая моторика*

- Стоя около стола, поворачивается, держась за опору одной рукой.
- Падая, переходит из положения стоя в положение сидя.
- Путешествует боком вокруг мебели.
- Подтягивается на руках, чтобы встать, проходя через позицию «стоя на одном колене, ступня другой ноги вперед».
- Путешествует вокруг мебели в пол-оборота к направлению движения.
- Стоит при поддержке за одну руку, стоит сам к 11 месяцам.
- Поворачивается всем телом, когда сидит один.
- Встает без помощи.

- 
- Передвигается на четвереньках самостоятельно с 9 месяцев.
  - Ходит с поддержкой.

#### *Мелкая моторика*

- Пытается ставить кубик на кубик.
- Частичная оппозиция большого пальца при хватании предметов.
- Вытаскивает штырек из гнезда.
- Засовывает свой пальчик в гнездо от штырька.
- Достает предмет из коробки, кладет предмет в чашку или коробку.
- Снимает большое кольцо со стержня и одевает.
- Находит полностью или частично спрятанную игрушку.
- Ударяет кубиками друг об друга.
- Толкает игрушечную машинку.
- Тянет к себе игрушку за веревочку (после показа), чтобы достать игрушку, свисающую на веревочке, тянет веревочку вверх.
- Пытается имитировать рисование мелком.
- Вставляет меньший стаканчик в больший.
- Нанизывает колечки на стержень пирамидки.

#### *Зрительное восприятие*

- Ищет взором спрятанную на его глазах игрушку.
- Сидя на стуле, внимательно смотрит на человека или на предмет, рассматривает 2 минуты картинки или предметы.
- Узнает себя и близких в зеркале.

#### *Слуховое восприятие*

- Плясовые движения под веселую музыку.
- В шумной обстановке слушает одного человека.
- В ответ на тон, меняет выражение лица.

#### *Понимание речи*

- По просьбе находит знакомые предметы, в том числе расположенные в непривычном месте.
- Начинает узнавать предметы на картинках.
- Понимает речевые команды без жестового подкрепления (хлопать, махать рукой).
- Оборачивается, услышав свое имя.
- Прерывает занятие, услышав строгое замечание, понимает команду «нельзя»
- Находит членов семьи, о которых спрашивают.

#### *Активная речь*

- Произносит слоги.

#### *Интеллект.*

---

– Запоминает, как реагировать на определенные фразы, типа: « Вот такой большой!» - поднимает руки.

– Пользуется указательным жестом.

– Нажимает кнопки, складывает предметы в коробки (ребенок предвидит результат действия).

– В состоянии определить высоту и край предметов.

#### *Конструирование*

– Ставит кубик на кубик.

– Нанизывает кольца на стержень пирамидки.

#### *Эмоции и коммуникации*

– Легко вступает в контакт на эмоциональном, игровом уровне.

– Воспроизводит интонацию, появляется требовательный тон, подает голос, чтобы вступить в контакт со взрослым.

– Подражает мимике (моргать, кашлять, облизывать).

– Имитирует действия со звуками (поглаживание по животу ,произносит типа «ням-ням»).

– Машет рукой на прощание.

#### *Самообслуживание и социальные навыки*

– Жует полутвердую пищу (хлеб, банан).

– Берет в руку и ест маленькие кусочки пищи (фрукты, печенье, сыр).

– Ест размятую вилкой пищу.

– Держит ложку и пытается взять в рот ее содержимое

– Помогает одевать себя, подает руку или ногу

– Пьет из чашки с помощью взрослого.

#### *Игра*

– Подражает действиям взрослого.

– Пританцовывает, любит слушать музыку, плясовые движения.

– Хватает, кидает, толкает игрушки.

– Участвует в игре « Ку-ку».

– Играет самостоятельно 10-15минут с несколькими игрушками.

– Играет в мяч, толкая его маме.

– Играет в простые игры, типа « Ладушки»и «Сорока-ворона»

– Играет в простую функциональную игру, поднося ко рту чашку или ложку

#### *Навыки и умения ребенка 12 месяцев*

##### *Общая моторика*

– Встает на колени без посторонней помощи.

– Поднимается с пола без посторонней помощи.

– Ходит самостоятельно, высоко подняв руки.

---

### *Тонкая моторика*

- Находит предмет, спрятанный под одним из двух лоскутов ткани.
- Вставляет большой штырек в гнездо доски со штырьками.
- Вкладывает круглые формы.
- Строит башню из 2 кубиков.
- Чтобы достать игрушку, тянет веревочку вверх.
- Держит мелок в правильном положении, оставляет на бумаге следы воскового мелка.
- Хлопает ручкой по картинке в книжке, помогает переворачивать страницы.
- Снимает с небольшой коробочки крышку для того, чтобы отыскать там игрушку или изюминку.
- Подражая взрослому, переворачивает вверх дном бутылочку, чтобы достать из нее изюминку.

### *Активная речь*

- Говорит около 5 слов.

### *Восприятие речи*

- Из двух предметов выбирает тот, который ему называют.
- Дает предмет говорящему в ответ на его просьбу.
- Указывает на предмет, о котором его спрашивают.
- Выполняет много команд по просьбе.

### *Навыки общения и эмоции*

- Умение концентрировать внимание и реагировать:
  - ✓ – на имя,
  - ✓ – на предмет, который ему показывают;
  - ✓ – рассматривает его 1-2 минуты с вами;
  - ✓ – выполнять простые указания, типа «дай!», машет на прощание, хлопает в ладоши, делает другие жесты, если вы не демонстрируете их.
- Игровые навыки:
  - ✓ Ку-ку, покатай машину, покорми куклу, покачай и т. д.
  - ✓ Умеет стучать в дверь.
  - ✓ «Разговаривать по телефону».
  - ✓ Бросать кубик в коробки.
  - ✓ Утрамбовывать песок, тесто.
  - ✓ Закрывать лицо, делая вид, что прячется.
  - ✓ Расчесывать волосы кукле.
- Умение соблюдать очередность:
  - ✓ во время купания – плескание водой по очереди, мытье рук(повторяет ли движения?), во время кормления: одну ложку маме, одну малышу,

---

✓ (понимает ли свою очередь ребенок?), во время игры с мячом, погладить игрушку, постучать молотком или ложкой по очереди.

– Умение подражать:

✓ стучать ложкой по столу, хлопать в ладоши;

✓ мимике: звуку мотора, чмоканию, прижимая палец к губам произносить «ш-ш», облизывать губы, подражать звукам: а-а, о-о, да-да-да, буу, мее, му-му, любое слово, воспроизводит ли интонацию.

#### *Зрительное восприятие*

– Показывает предметы быта.

#### *Слуховое восприятие*

– Пытается воспроизвести звуки с определенной интонацией и ритмом.

#### *Интеллект*

– Узнает значение слов, коротких фраз.

– Различает предметы по названиям.

– Ищет спрятанную игрушку.

#### *Конструирование*

– Ставит кубики, нанизывает кольца.

#### *Эмоции и коммуникации*

– По просьбе обнимает родителей, сопереживает, утешает.

#### *Игра*

– Кидает игрушки, иногда играя, иногда – чтобы их отбросить от себя.

– Дает или показывает взрослому игрушку.

– Играет с мячом, кубиками, песком, наливными игрушками.

#### *Самообслуживание и социальные навыки*

– Пьет самостоятельно, но часто проливает питье.

– Самостоятельно ест ложкой, часто теряя ее содержимое, или подносит ложку ко рту.

– Жует обычную пищу (нарезанную на кусочки).

– Снимает носки или шапку.

### ***Как научить ребенка сидеть***

Ребенок, научившийся сидеть, нуждается в развитии способности сохранять равновесие.

Когда ребенок сидит, кладите перед ним и по бокам от него различные предметы, побуждающие его тянуться за ними и хватать их, сохраняя равновесие.

Когда ребенок сидит, осторожно покачайте его из стороны в стороны в сторону и вперед-назад, чтобы он учился переносить вес с одной стороны тела на другую.

---

Посадите ребенка верхом на свое колено лицом к себе и покатайте на колене.

Посадите ребенка на большую подушку, поместите перед ним игрушки и побуждайте тянуться к ним, поддерживая его за бедра.

Когда ребенок сидит, возьмите его за руки, опустите их к полу по сторонам от ребенка и покачайте, заставляя опираться то на одну, то на другую руку.

Играйте с ребенком в «греблю»: сядьте на пол, посадите ребенка лицом к себе, возьмите его за руки и раскачивайтесь вперед-назад, как при гребле на лодке.

Полезны качели, качалки, верховая езда<sup>8</sup>.

### *Как научить ребенка ползать*

Для ребенка чрезвычайно важно научиться ползать, поскольку умение выдерживать нагрузку на плечи и кисти рук необходимо для овладения впоследствии навыками мелкой моторики. Родители часто стремятся, как можно раньше научить ребенка ходить; однако для развития ребенка полезнее овладевать всеми навыками постепенно и в естественном порядке.

Важно, чтобы во время ползания ребенок научился не «прыгать», подтягивая вперед обе ноги, но передвигаться на четвереньках, одновременно выставляя вперед ногу и противоположную ей руку (реципрокное ползание).

Поднимайте ребенка в воздух, поддерживая его под живот. Это упражнение развивает мышцы спины.

Положите ребенка на живот поперек надувного валика, так чтобы руки и ноги касались пола. Покачайте ребенка вперед-назад, чтобы ему пришлось переносить вес своего тела то на руки, то на ноги.

Поставьте ребенка на четвереньки и покачайте его взад-вперед, чтобы он понял, как осуществляется ползание и начал переносить часть своего веса на руки и на ноги.

Пропустите полотенце под грудь и живот ребенка и, приподняв его, оторвите туловище от поверхности так, чтобы ребенок стоял на четвереньках и мог имитировать ползание, в то время как вы поддерживаете его.

Обычно дети сначала учатся ползти назад и только потом вперед, поскольку руки у них сильнее ног. Если ребенок начал ползать «задним ходом», вы можете не сомневаться, что он научится ползать и вперед. Однако, если вы хотите ему помочь, поставьте его на четвереньки так, чтобы его ноги упирались в какое-либо препятствие (стену, спинку кровати, ваши руки). Это побудит ползти его вперед.

---

<sup>8</sup> Ньюмен С. Игры и занятия с особым ребенком. Руководство для родителей. — М.: Теревинф, 2004. — 240 с.

---

Когда ребенок стоит на четвереньках, побудите его ползти вперед, положив впереди любимую игрушку. Однако соразмеряйте свои усилия с возможностями ребенка, чтобы его не расстраивать.

Если ребенок уже начал ползать, дайте ему возможность попрактиковаться в этом умении. Поиграйте с ним в догонялки!<sup>9</sup>

### *Как научить ребенка ходить*

#### *Стояние на коленях*

Прежде чем пытаться встать, ребенок должен научиться сохранять равновесие, стоя на коленях. Удерживать равновесие, стоя на коленях, гораздо проще, чем стоя во весь рост и держа весь свой вес на ступнях; кроме того, это упражнение укрепляет и развивает мышцы бедер

Поставьте ребенка на колени перед низким столиком или диваном, на котором разложены игрушки.

Когда ребенок стоит на коленях, осторожно подталкивайте его то с одной, то с другой стороны так, чтобы ему приходилось восстанавливать равновесие.

#### *Стояние на одном колене*

Когда ребенок находится в позе на коленях, выставите ему одну ногу вперед и потяните ребенка вверх, побуждая переносить вес тела на ступню.

#### *Умение стоять*

Сядьте на пятки перед стулом или диваном. Посадите ребенка себе на колени, спиной к себе так, чтобы его ступни стояли на полу. Выпрямляйте ноги и поднимайтесь, одновременно поднимая ребенка; при этом поддерживайте его за тазовую область.

Укрепите на стене что-то вроде «шведской стенки» (например, решетку от старой детской кровати) и повесьте на верхние перекладины интересные игрушки. Это побудит ребенка к попыткам встать, держась за перекладины.

Сделайте для ребенка стульчик, сидя на котором, он доставал ногами до пола. Поставьте этот стульчик перед «шведской стенкой» и побуждайте ребенка встать, держась за перекладины.

Когда ребенок сидит на корточках, возьмите его за руки и потяните вверх, побуждая встать. Затем таким же образом помогите ему сесть. Это упражнение развивает мышцы ног.

Разложите на низком столике или диване игрушки, поставьте перед ними ребенка (поддерживая его за спину или без поддержки, если он уже может стоять сам) и побудите его играть стоя. Некоторым детям для продолжительного стояния необходима специальная рама, которую

Когда ребенок стоит, слегка толкайте его вперед и в стороны, чтобы у него возникла необходимость сохранять равновесие.

Поставьте ребенка у стены или в углу и заведите с ним игру, например в мяч.

---

### *Передвижение с опорой*

Когда ребенок научился стоять, приучайте его передвигаться, держась за мебель. Используйте любимые игрушки и другие подходящие «приманки». Расставьте предметы мебели в комнатах на небольшом расстоянии друг от друга, чтобы ребенку было легче передвигаться.

### *Ходьба*

Когда ребенок стоит, опираясь на мебель, поднимите одну его ногу, стимулируя, таким образом, опору на другую.

Устойчивая тележка, которую можно толкать перед собой, опираясь на нее, поможет ребенку начать переставлять ноги.

Когда ребенок учится ходить, важно поддерживать его спереди и на уровне кистей его рук. Поддержка сзади под мышки приводит к неправильной осанке.

Если вы хотите использовать ходунки, предварительно посоветуйтесь с врачом. Ходунки не подходят для детей, имеющих проблемы с повышенным тонусом или вялостью мышц, да и вообще, как правило, врачи не одобряют это приспособление, поскольку ходунки не позволяют отработать движения, необходимые для ходьбы. Ходунки поддерживают ребенка, и он перебирает ногами. Однако кратковременное использование ходунков допустимо: оно помогает ребенку усвоить представление о ногах как средство передвижения.

Используйте игрушки, в которых нужно крутить педали: трехколесный велосипед или педальную игрушечную машину. Крутя педали и отталкиваясь ногами, ребенок приучается к движениям, сходным с движением вовремя ходьбы, и усваивает идею передвижения с помощью ног.

Поставьте ребенка спиной к стене. Протяните ему какой-либо предмет. Когда он схватится за предмет, потяните за него, побуждая ребенка двигаться вперед. Для этой цели идеально подходит обруч.<sup>9</sup>

### *Ребенок ходит на «носочках»: норма или патология?*

Нормальная ходьба (постановка) ребенка – это ходьба перекатом с пятки на носок, т.е. сначала ребенок наступает на пятку, затем на носок при этом линия опоры проходит через пятку и второй палец ноги, что обеспечивается при условии, если стопы во время ходьбы двигаются параллельно и широко расставлены.

В большинстве случаев у таких малышей никакой патологии нет, это этап развития ходьбы.

При некоторых болезнях, таких как церебральный паралич, ходьба на цыпочках – один из симптомов. А другие дети ходят так вне связи с неврологической патологией – это называется идиопатической, или привычной, ходьбой на цыпочках. Она всегда двусторонняя, часто передается по наследству.

---

Если на цыпочках ходит здоровый ребенок, то это состояние проходит само по себе. К возрасту пяти с половиной лет более 80% детей перестают ходить «на носочках»

Примечательно, что некоторые из детей начали ходить, опираясь на полную стопу, и только потом пошли на «носочках» или «цыпочках». Почти все они приобрели привычку ходить так в течение года с момента совершения первых шагов.

Принятый термин для обозначения ходьбы на цыпочках у здорового ребенка – идиопатическая, то есть не имеющая определенной причины.

Остановимся на **причинах** такой ходьбы.

- Ходунки – одна частых причина хождения на цыпочках.

- Доказана абсолютная вредность применения их у здоровых детей.

Допустимы ходунки у детей с двигательными нарушениями, облегчающими передвижение ребенку. Это ДЦП, нервно-мышечные заболевания. В остальных случаях свод стопы не готов к ходьбе, ребенок помещается в ходунки, и рефлекторно повышается мышечный тонус в стопе.

- Задержка психического развития.

- Доказана связь между ходьбой на цыпочках и задержкой развития. Ее природа не до конца прояснена. Возможно, это связано с незрелостью пирамидного пути, соединяющего головной мозг с ногами. Другая причина – это привычные действия, навязчивые движения, ритуалы, которые встречаются у детей с отставанием наряду с другими привычками: сосать палец, пустышку, наматывать волосы, взмахи руками, подпрыгивания и другие. Подобные нарушения так же часто встречаются у детей с аутизмом в 40% случаев. Поэтому важна консультация специалиста по развитию, врача-психиатра при необходимости.

- Эмоциональные нарушения у детей.

- Известно, что ходьба на носочках встречается у детей с гиперактивностью, возбудимых, и ли наоборот застенчивых, тревожных. Считается, что такая разрядка детям необходима. Эта привычка появляется не постоянно, в моменты их эмоционального напряжения.

- Неврологическая патология

- В этом случае повышение мышечного тонуса выявляется с рождения, сопровождается нарушением тонуса в других группах мышц, часто задержкой в моторном развитии, нарушением координации, другими нарушениями, выявляемые неврологом.

- ортопедическая патология: укорочение ахилловых сухожилий, нарушение формирования свода стоп.

---

### *Лечение:*

Если причина – идиопатическая ходьба, то лечение, как правило, не требуется, это, скорее всего, пройдет самостоятельно с возрастом. Если возраст ребенка старше 2-х лет, ортопед может назначить специальную ортопедическую обувь или упражнения.

Родители должны меньше обращать внимание, не заставлять малыша ходить правильно.

В случае неврологической и ортопедической патологии потребуется помощь специалиста.

Часто неврологи расценивают идиопатическую ходьбу, как пирамидную недостаточность. Хотела бы успокоить родителей. Если этот диагноз звучит после года, а раньше у ребенка не находилось повышения тонуса, то вероятнее этот диагноз преждевременный. Если ребенка попросить пройти обычно, то он идет опираясь на полную стопу. Легкий массаж стоп, ортопедическая обувь или обувь с жестким задником - все, что требуется малышу.

---

### *Детский сон. Нарушения сна у детей. Трудности засыпания*

Ребенок с года до 3 лет должен спать ночью 10-11 часов. Необходимо учесть, что малыш до 1,5 лет спит 2 раза по 1,5 часа. Дети с 1,5 лет до 3 лет спят днем не менее 2-3 часов.

Соблюдение режима сна и бодрствования, как того требует педиатрический подход, давно уже не выполняется современными детьми. Дети много бодрствуют, мало спят, беспокойно ведут себя ночью. Признание, что ребенок здоров, и у него ничего не болит, дается мамам нелегко. Поиски и обращения к врачам не приводят к успеху, назначенные лекарства ничего не меняют в поведении ребенка. Тревога мам нарастает, создает депрессивный фон, это еще больше передается малышу. Пройдет время, пока мама поймет, что ребенок унаследовал сон и темперамент родителей, что растет живой, чрезмерно активный и возбудимый ребенок.

Меняющаяся жизнь, торопливость, большое количество отвлекающих факторов: мобильные телефоны, компьютер, телевидение, изобилие игрушек делают детей более возбудимыми, мало спящими. Режим взрослых так же нуждается в переменах. Ночной образ жизни, позднее пробуждение, частые визиты гостей и походы в магазины делают нервную систему более уязвимой для перегрузок. Малыш не редко находится не в одних руках. Стиль воспитания нянь, бабушек и родителей разный, и ребенок находится в постоянном стрессе, что отражается на его сне.

Все эти замечания касаются здоровых детей. У детей, перенесших гипоксию в родах, а так же с неблагоприятным течением беременности у мамы малыша, расстройства сна имеют органическую основу. Важно оценить все эти факторы риска. Ни токсикоз, ни перенесенные ОРЗ, ни анемия во время беременности не являются убедительным фактором органического расстройства сна. В случае перенесенной ребенком гипоксии, острой или хронической, показано медикаментозное лечение нейротрофическими препаратами, т.е. восстанавливающими питание клетки. Нет такой таблетки, которая сразу бы наладила наш сон. Нужно время, чтобы лекарство оказало свое действие на мозговые структуры.

Необходима комплексная оценка здоровья ребенка, в том числе соматического. Дискинезии кишечника, дисбактериозы, аллергические высыпания на коже являются нередкой причиной беспокойного поведения ребенка ночью. Но в этом случае сон нарушен и днем, нарушение работы кишечника должно быть достаточно выраженным, высыпания на коже яркие и вызывающие зуд. Но как часто приходится отмечать, что соматические проблемы устранены, а сон по-прежнему плохой.

Перестать тревожиться, набраться терпения, попытаться изменить отношение к проблеме сна – это пожелания родителям детей, которые не спят.

---

Если при этом мама кормит ребенка грудью, то с молоком малышу достаются и тревога, и пониженное настроение, и раздражение.

### *Нарушения сна у детей*

Сон - это основа режима малыша раннего возраста.

Период бодрствования к полутора годам составляет 4 – 4,5 часа, к двум годам он достигает 5,5-6 часов.

До 1,5 лет дети должны спать 2 раза. Допускается короткий 2-ой сон (15-20 минут), и этого времени бывает достаточно, чтобы ребенок отдохнул. Сокращение дневного сна или его отсутствие - это огромная нагрузка для нервной системы малыша. Проходит день-другой, и взрослые перестают узнавать своего ребенка. Он становится капризным, раздражительным, плохо ест, трудно засыпает, спит тревожно. Усиливается двигательная активность ребенка в вечернее время. Родители принимают это за отсутствие усталости, но на самом деле – это признак того, что нервная система дает знак о своем перевозбуждении.

При составлении режима необходимо учитывать не только возраст ребенка, но и его индивидуальные особенности. Все чаще стали встречаться дети, которые с года спят один раз. В этом случае они позже просыпаются, с трудом засыпают, вызывая раздражение родителей. Дневной сон смещается на более позднее время, и ребенок в 22-23 часа никак не хочет засыпать. Единственное решение этой проблемы: более раннее пробуждение родителей вместе с малышом. Все требования педиатров по режиму предполагают подъем в 6 часов 30 минут - 7 часов утра. И тогда 2-ой сон неизбежен.

Встречаются дети, которые никак не хотят «приспосабливаться» к предлагаемому им режиму дня. Но режим в благоразумных пределах нужен – он формирует у ребенка навыки самоконтроля.

Если же ребенок отказывается от сна, то можно придумать игру: нарисовать циферблат, где вместо цифр – фотографии с изображением ребенка, которые соответствуют режимным моментам, и прикрепить вращающиеся стрелки.

Главное – выполнять правила и всем членам семьи действовать единообразно. Одно послабление в требованиях – и ребенок начинает манипулировать родителями.

Сам процесс отхода ко сну не должен быть торопливым. Все дела сделаны, телевизор уже выключен, родители дома. Таким образом, создается установка на сон. Иногда вечернее купание не успокаивает ребенка, а наоборот бодрит, ведь оно сопровождается игрой. И тогда водные процедуры лучше сместить на более ранние сроки.

---

### *Ночной сон*

Общая продолжительность сна детей с года до 3 лет составляет 14 часов, из них на ночной сон приходится 10-10,5 часов.

Все проблемы, связанные со сном, можно разделить на 3 группы:

- трудности засыпания
- пробуждения, беспокойный сон: плач во сне, скрежет зубами, сноговорение, кошмары, снохождение и др.
- продолжительность сна

Спешу успокоить родителей, что эти состояния являются проявлением созревания эмоциональной сферы, редко требуют медикаментозного лечения, проходят самостоятельно.

Качество сна напрямую связано с наследственностью, особенностями сна родителей, их тревожностью.

Реже нарушения сна являются проявлением неблагополучия в родах или беременности, так как к дефициту кислорода наиболее чувствителен орган, контролирующий сон – гипоталамус. Восстановление его работы происходит постепенно. В этом случае необходима комплексная оценка ребенка врачом. К 3 годам эти проблемы уходят.

И совсем редко эти нарушения являются проявлением повышенного внутричерепного давления. Все минимальные нарушения, которые находили у ребенка по нейросонографии (незначительное увеличение боковых желудочков, мелкие субэпендимальные кисты) требуют динамического наблюдения невролога. Ребенок в большинстве случаев не нуждается в лечении. И тем более эти изменения не служат объяснением плохого сна малыша.

Наиболее часто нарушения сна встречаются у детей возбудимых, чрезмерно активных. Эти расстройства сна являются отражением либо темперамента, либо идет формирование чрезвычайно популярного и распространенного диагноза, как синдром гиперактивности и дефицита внимания. Для постановки этого диагноза имеются четкие критерии. Не всегда диагноз этого расстройства ставится только по поведению малыша. Необходимо, чтобы это поведение было нарушенным и дома, и в детском учреждении, и в общественных местах. Важным является так же то, что интеллектуальное развитие ребенка должно соответствовать возрасту, а зачастую и опережать возрастные показатели. Если этот диагноз соответствует критериям, тогда нарушение сна встречается у таких детей в 90% случаев. Часто это требует лечения, работы с психологом и психотерапевтом.

Большая группа детей с раннего возраста испытывают страхи в ночное время, в том числе страхи расставания с мамой, дневные страхи: от встреч с незнакомыми людьми, резких звуков и т. д. Такие дети растут робкими,

---

боязливыми, имеются трудности установления контактов с детьми и взрослыми. Ночью они беспокойно спят, плачут с закрытыми глазами, садятся в кровати, а пробуждаясь, не могут успокоиться от любых действий родителей. Не нужно впадать в панику, искать болезни у ребенка. Эти приступообразные расстройства сна постепенно уходят по мере созревания нервной системы. Иногда это требует назначения противотревожных и седативных препаратов.

### *Трудности засыпания*

Трудности засыпания часто связаны с неправильным поведением родителей. Усиление активности перед сном родителями воспринимается как неготовность ребенка ко сну. На самом деле это признак усталости, утомления. Малыш перевозбужден, устал, торможение не наступает.

Перед сном необходимо создать установку на приближение сна: прекратить подвижные игры, остаться наедине с ребенком и поиграть с ним в спокойную игру. Можно использовать колокольчик, как сигнал ко сну.

Нарушение засыпания встречается так же у детей возбудимых и гиперактивных, о чем сказано выше.

Кроме того, есть особая группа детей, для которых этот процесс превратился в определенный стереотип, ритуал, привычку: «Я так себя всегда веду». Такие малыши долго не могут лечь в постель, встают, просят на горшок, поесть, попить, Задача родителей – разорвать этот стереотип. Конечно, для этого необходима, прежде всего, фантазия родителей, иногда стимул, обещание игрушки. В случае, если ребенок мал, нет речи, бесполезны уговоры и обещания. Нужна смена одного ритуала на другой, более приемлемый: оставить включенным свет, присутствовать рядом, держать за руку, всеми отвлекающими средствами не позволять вставать.

Совет родителям - формировать стереотип засыпания нужно еще до года, когда у детей легко появляются определенные привычки. Взяв один раз к себе в постель малыша, мама должна усвоить правило, что в последующем ребенок будет требовать засыпания и сна только в присутствии с мамы или с ней.

Если до года ребенок засыпал у груди, или с бутылочкой, то и после года он будет требовать этого ритуала. Все пробуждения ночью будут связаны с тем, что малыш будет требовать того, с чем он заснул вечером. Все известно, что как только ребенок перестает кормиться грудью по ночам, так сон его улучшается.

Очень часто мама предъявляет жалобу, что при засыпании ребенок по нескольку раз просится на горшок. При этом мочевого пузыря остается пустым. Направления педиатров на обследование почек, мочевого пузыря не приводят к решению проблемы, так как при обследовании не обнаруживается патологии. На самом деле это определенная навязчивость, ритуал, который был сформирован родителями в процессе особо бережного приучения к сухой

---

постели по ночам. Фраза: «Иди на горшок, а то напишаешь ночью» закрепляется в сознании ребенка неосознанно.

Привязанность к маме – это отдельная тема для разговора о процессе засыпания детей раннего возраста. Эта связь формируется неосознанно мамой, тревожной, ответственной, которая чрезмерно прислушивается к ребенку, обращая внимание на любую мелочь. Материнство превращается в поиски отклонений у ребенка, вся выявленная патология, в том числе в результате дополнительных методов (УЗИ, лабораторные обследования) является поводом визитов к специалистам. Возрастает тревога, ребенок это ощущает. Мама не может отпустить ребенка ни на минуту, а малыш не хочет расставаться с мамой при засыпании и ночью.

### *Длительность грудного вскармливания*

В настоящее время ведется много дискуссий по поводу длительности грудного вскармливания. Педиатры отстаивают современные взгляды на длительное кормление ребенка грудью без ограничения возраста. Но в этом случае каждая мама должна задать себе 3 вопроса: «Является ли молоко единственным продуктом питания, так как ребенок обладает пониженным аппетитом?», «Умеет ли ребенок жевать, есть измельченную и твердую пищу?» и «Для кого важнее это грудное вскармливание – для мамы или ребенка ввиду высокой привязанности мамы к малышу?».

В каждом случае необходимо подходить индивидуально, но недопустимым является кормление грудью после 1,5-2 лет.

Во-первых, возникает зависимость по типу навязчивости, ритуала, стереотипа у ребенка, стремящегося все время сосать грудь. В дальнейшем дети отучаются от груди долго и очень болезненно.

Во-вторых, сосание груди – это своего рода шаг назад в развитии малыша, так как навык жевания формируется с опозданием. И кроме этого поздно формируется познавательный интерес малыша, ведь каждый раз, когда он чем-то недоволен, как средство успокоения он использует грудь. Хотя в этом возрасте он должен уметь переключаться на игрушки, на другие более разнообразные интересы, успокаиваться от любимых занятий.

Спорным является вопрос, полезно ли длительное грудное вскармливание маме малыша. Запасов витаминов, микроэлементов, веществ, повышающих иммунитет, в молоке матери уже недостаточно. Да и лактация уже значительно снижена. Можно предположить ухудшение общего состояния мамы. Кроме того, возрастает привязанность мамы и ребенка, зависимость их друг от друга.

В большинстве случаев длительно кормящие ребенка мамы – особенного личностного склада. Это тревожные, чрезмерно ответственные мамы, у которых в детстве ощущался дефицит материнского внимания. И таким образом они стремятся компенсировать эту любовь, когда растят своего

---

ребенка. Из практики обычно в таком случае отучение от груди проходит легко у ребенка, а ожидание отучения приводит к стрессу у мамы.

Гораздо реже встречаются ситуации, когда процесс отвыкания от грудного вскармливания – это стресс для малыша и его близких. Если это проходит болезненно, не нужно дальше травмировать психику ребенка. Вероятнее всего у него будут в дальнейшем формироваться эмоциональные и поведенческие нарушения. Также нелегко проходит отучение от грудного вскармливания у детей с отставанием в нервно-психическом развитии. Для этого необходима комплексная оценка ребенка врачом, назначение при необходимости лечения.

Таким же образом решается проблема длительного сосания «пустышки» (соски). Это не допустимо – после 1 года, так как рот ребенка постоянно закрыт, что ухудшает работу всех его речевых мышц, формирует неправильный прикус и притупляет восприятие у ребенка.

По опыту моей работы, отвыкание от груди происходит легче и быстрее в возрасте ребенка до года. Малыш осваивает навыки есть с ложки, пить из чашки. Еда его становится все более разнообразной, он пробует новые продукты, у него появляются вкусовые предпочтения. Малыш начинает разговаривать, осваивает простые сюжетные игры, радуется новым впечатлениям. А мама продолжает настойчиво предлагать соску, когда он заплачет. Ведь это гораздо легче, чем иметь под рукой какой-то сюрприз: маленькую новую игрушечку, предложить любимое лакомство, увлечь игрой. Для этого требуется терпение и время. Зато результат порадует всех.

### ***Формирование санитарно-гигиенических навыков у ребенка***

Случаи, когда ребенок к двум годам не может овладеть умением пользоваться горшком, довольно распространены. В этом случае необходимо усвоить следующее.

Для того чтобы ребенок научился пользоваться туалетом, нужно время. За месяц до детского сада этого сделать нельзя.

Процесс приучения к горшку нужно разбивать на несколько маленьких умений.

Нужно обязательно положительно реагировать как на успех, так и на неудачу в освоении горшка.

Позднее освоение навыка проситься на горшок связано с появлением у наших детей непромокаемых подгузников, которые, с одной стороны, защищают ребенка от охлаждения, если он сырой. Но в другом случае, они не дают почувствовать ему, что такое выделяется из организма, тоже самое нужно делать на горшке. Поэтому начало приучения к горшку всегда связано с тем, что ребенок перестает носить непромокаемую «одежду».

Не нужно превращать этот процесс мучений для малыша. Ребенок должен находиться на горшке не более 3-х минут. Но сначала необходимо выяснить,

---

режим мочеиспусканий малыша. Для этого проводится анализ времени, в какие часы у ребенка после еды происходит опорожнение мочевого пузыря и в течение недели вести эти наблюдения, записывая их. И только тогда нужно присаживать малыша на горшок, превращая этот процесс в приятный. Нужно создавать игровую ситуацию с игрушками, которые также ходят на горшок. Даже если ребенок просто посидел 3 минуты на горшке, не сделав ничего, необходимо его похвалить.

Процесс этот требует упорства, так как необходимо наблюдать за любыми изменениями выражения лица малыш, за тем, как меняется его поведение. Это требует усилий и терпения.

Терпения нужно набраться всем членам семьи, не делать поблажек в отношении непромокаемых подгузников, обязательно надевать на ребенка трусики, чтобы он ощущал сырость и стремился снять их. И то же самое должен малыш научиться делать, когда его усаживают на горшок – научиться снимать трусики.

Важно многократное приглашение ребенка к горшку, но не более чем на 3 минуты.

Если ребенок сопротивляется, необходимо пробовать опорожнять мочевой пузырь, например, мальчикам стоя, или на унитазе.

Необходимо отметить, что дети, отстающие в развитии, осваивают этот навык позже, и не нужно ориентироваться на других детей. При высаживании на горшок ребенок нуждается в словесном подкреплении этой ситуации. Это нужно повторять многократно, даже когда ребенок сделал это не в горшок. Ни в коем случае не ругать, постараться не обращать на это внимание, если малыш сырой, и не создавать негатива на высаживание на горшок. В крайнем случае, необходимо признать, что не пришло время для малыша.

### *Энурез у детей*

Это частое расстройство детского возраста. В возрасте 5 лет встречается у 7% мальчиков и 3% девочек. Характеризуется непроизвольным мочеиспусканием ночью, нарушением цикла сна, нарушением поведения днем, не всегда адекватным отношением ребенка к этой проблеме.

Контроль мочеиспускания зависит от эмоционального, умственного развития ребенка, стиля воспитания в семье.

Наиболее частая форма – это наследственная, в 2/3 случаев. Энурез в этом случае зависит от количества выпитой жидкости днем. При обследовании не выявляется неврологических нарушений. При нормальном анатомическом строении мочевого пузыря, эти дети обладают функционально малым пузырем, и испытывают позывы при меньшем, количестве мочи, чем в норме. Частота от 1 до 2 раз в неделю, не склонно к хроническому течению, и может

---

наступить самопроизвольное излечение к старшему или подростковому возрасту. Дети равнодушны к дефекту, резистентны к лечению.

Невротическая форма энуреза встречается у детей истерического характера, гиперактивных, а так же у детей тревожно-мнительных с болезненным переживанием проблемы. Частота энуреза зависит в этом случае от эмоциональных нарушений днем. Обычно начинается в 5-8 лет. Эти дети всегда плохо спят, обладают повышенной ранимостью. Недержание мочи наблюдается через 0,5-3 часа после засыпания, может быть несколько раз за ночь.

Частая форма энуреза – неврозоподобная. В этом случае нет эмоциональных нарушений. Но энурез сочетается с тиками, заиканием, недержанием кала, задержками развития.

Не так часто встречается энурез на фоне неврологических нарушений (эпилепсии), эндокринологических, органических заболеваний мочевыделительной системы. Он появляется рано, усиливается на фоне респираторных заболеваний, сопровождается дневным энурезом. Требуется соматическое дообследование.

#### *Тактика родителей при энурезе:*

- ✓ До 5 лет не форсировать начало лечения.
- ✓ Постараться деликатно уточнить наследственность.
- ✓ Избегать разборок, наказаний, обсуждения проблемы с близкими.
- ✓ Своевременное поощрение.
- ✓ Ограничение потребления жидкости перед сном, но не до жесткого запрета.
- ✓ Подъем ребенка ночью для мочеиспускания необходимо делать до полного пробуждения.
- ✓ Использование медикаментозного лечения не является обязательным, не всегда приводит к успеху.
- ✓ Визит к врачу необходим для установления формы энуреза, выявления сопутствующей патологии: задержки психического развития, гиперактивности, акцентуаций характера, обстановки в семье.
- ✓ Психотерапия эффективна для устранения вторичных эмоциональных нарушений, формирования осознания ребенком проблемы (ведения дневника, самовнушение, разъяснительные беседы, повышение самооценки т. д.).

#### *Аффективно-респираторные приступы у детей*

Аффективно-респираторные приступы у детей раннего возраста встречаются часто. Единичные приступы наблюдаются у 25% здоровых детей на фоне эмоциональной перегрузки (сильных отрицательных эмоций), сопровождаются спазмом мышц гортани. Обычно мамы это состояние описывают как «ребенок зашелся в плаче и побледнел или посинел», в этот

---

момент отмечается эпизод задержки дыхания (апноэ). Эти состояния появляются в конце первого года жизни малыша, и могут отмечаться до возраста 2-3 лет. Чаще всего такие приступы являются возрастной особенностью и исчезают бесследно, после 4 лет встречаются редко.

Существует предрасположенность к возникновению таких приступов у детей из-за особенности обмена веществ (повышенной потребности в кальции, дефицит которого способствует возникновению спазмов гортани). Выявлена так же генетическая (наследственная) предрасположенность к возникновению таких пароксизмов.

Больше всего таких эпизодов возникает, как правило, на втором году жизни. Ребенок на вдохе замирает с широко открытым ртом, не произнося при этом ни звука, губы его синеют, затем он обмякает. Время эпизода задержки дыхания обычно не превышает 30-60 секунд, но для родителей, впервые увидевших их,- это стрессовая ситуация и паника.

Приступы чаще всего возникают на фоне испуга, тревоги, или обиды у детей капризных, раздражительных, склонных к истерии.

*Приступы делятся на 2 вида:*

«Белые» приступы обычно возникают как реакция на боль (при падении, уколе и т.п.), и по своему механизму они похожи на обмороки. Во время приступа ребенок бледнеет, пульс может исчезать на короткое время или резко замедляться.

«Синие» приступы характеризуются появлением синюшной окраски кожных покровов на фоне приступа. Если приступ затягивается, то ребенок затем весь обмякает на руках у матери, или наоборот может выгибаться дугой. В после приступном периоде часто наступает сонливость или сон.

*Помощь ребенку во время аффективно-респираторного приступа:*

1. Необходимо как можно раньше приступить к действиям, в начале приступа, когда его легче остановить.

2. Не впадать в панику, перестать суетиться, взять ребенка на руки. Кратковременная задержка дыхания не может нанести вреда его здоровью. Это всегда проявление эмоциональных нарушений: не дали, не разрешили, не последовали желаниям ребенка, родители были слишком категоричны в требованиях.

3. Попытаться рефлекторно восстановить дыхание малыша – похлопать его по щекам, потрогать за область шеи и груди, пяток, помассировать ушные раковины, обтереть холодной водой лицо, посветить в лицо фонариком, достать сюрприз из кармана (игрушка, светящийся шар, угощение)

4. Некоторых детей бывает лучше оставить в покое и отойти подальше, так они быстрее успокаиваются и приходят в норму.

---

5. После приступа не нужно акцентировать внимание на произошедшем. Ребенок может и не помнить того, что произошло. Необходимо отвлечь малыша другими действиями. Не является правильным решение вызов «Скорой помощи», так как это еще больше испугает ребенка.

6. Нужно научить малыша правильно реагировать на неудачи и обиды. Для каждого человека нормально раздражаться и впадать в гнев.

Как правило, специального медикаментозного лечения при аффективно-респираторных приступах не требуется. Обязательная помощь детского психолога. Мнения, что такие состояния переходят в эпилепсию, не подтверждаются. Дети вырастают капризными, истероидными, или тревожными и неуверенными. Часто нарушены детско-родительские отношения. Обследование не выявляет отклонений.

У детей с отставанием в психическом развитии приступы сохраняются до лет в связи с их незрелостью и слабостью контроля над поведением.

### *Вредные привычки у ребенка*

#### *Сосание пальца*

Прежде всего, необходимо разграничить сосание пальца: нормальное, свойственное большинству младенцев, которое является одной из форм игры с собственным телом. Его существование до достижения ребенком 1 года жизни считается физиологическим. Связано это с обратным развитием большинства врожденных рефлексов, с которыми рождается малыш (в частности сосание). Однако, уже во 2 полугодии появляются зачатки речевой деятельности, а сосательные движения тормозят речевые. Присасывающие движения языка приводят к неправильному произношению отдельных звуков.

#### *Что делать, если это действие сохраняется после года?*

Однозначно, что сохранение этой привычки после 3 лет свидетельствует об определенной задержке формирования эмоциональной, а иногда и интеллектуальной сфере ребенка. В возникновении или продолжении привычки сосать палец играют роль перинатальная патология (т.е. неблагоприятные факторы беременности и родов). Наследственная отягощенность так же прослеживается в этих семьях. И это не только привычка сосать палец у родителей в детстве. В семье часто встречаются другие привычки: трогать мочку уха, кусать губы, накручивать волосы и т. д. В ряде случаев ребенок начинает сосать палец в период прорезывания зубов. Среди факторов воспитания, способных нарушить созревание ребенка, необходимо отметить: раннее прекращение грудного вскармливания, выдерживание строгих промежутков между кормлениями, отрыв от дома в связи с госпитализацией, резкое отлучение от груди, лишение соски, отказ от укачиваний, преждевременное приучение к горшку, раннее прекращение пеленания возбудимого ребенка, или наоборот тугое пеленание. Сосание

---

пальца часто связано с нарушением сна и аппетита у детей. Это компенсаторное поведение появляется в случае плохого засыпания, аппетита, а так же при выраженном утомлении (нет дневного сна, большое количество взрослых и частые гости).

Травмирующим для малыша является разлука с мамой, рождение младшего, неправильные установки родителей на воспитание (жесткость), конфликты в семье, детском саду, отверженность детей в условиях неблагополучных семей, пребывание в детских домах.

Если все эти факторы не устранены, после года это поведение превращается в привычный стереотип, стойкий поведенческий автоматизм. Он возникал чаще при засыпании, либо в ситуациях, связанных с тревогой, грустью, в условиях физического утомления или наоборот скуки. Иногда эта привычка появлялась в течение всего дня и не зависела от ситуации. Таким образом, сосание пальца после года привычки являются условно патологической привычкой и является тормозом для других более зрелых форм отвлечения и реакции на окружающее. Кроме того, это отвлекает ребенка от других форм потребностей, общения, деятельности. Эти факторы требуют консультаций специалистов: психолога, врача психоневролога.

#### *Кусание ногтей*

Привычка грызть ногти или различные предметы возникает у детей чаще после года. При этом данная привычка возникает на фоне других поведенческих нарушений. Редко эта жалоба бывает единственной. Все дети, грызущие ногти, как правило, отличались живостью, властностью, слабым контролем над проявлением чувств, демонстративностью. Реже встречались дети неуверенные, тормозимые, тревожно-мнительные.

Эта привычка, как и другие, проходит определенные этапы. На 1 этапе она возникает в ответ на различные внешние и внутренние факторы, нарушающие эмоциональное равновесие ребенка. В грудном возрасте это могут быть прорезывание зубов, стоматит, отлучение от груди, лишение соски, разлука с мамой. В раннем возрасте грызение ногтей может возникнуть как реакция на рождение второго ребенка, зуд при дерматите, поступление в ясли, дефицит внимания родителей, испуг или наказание. В дошкольном возрасте поводом эмоционального дискомфорта является конфликты с младшим ребенком в семье или с родителями, семейные неурядицы. В школьном возрасте – это затруднения адаптации к учебной нагрузке, требованиям дисциплины, конфликты с одноклассниками и учителем, подавление гиперактивности. Результатом этих воздействий является разряд напряжения. В ряде случаев может помочь переключение ребенка на социально приемлемые виды активности: соска, жвачка, сухари, семечки, орешки, леденцы. В противном случае поведенческий стереотип фиксируется, распространяется на все

---

большее количество ситуаций, и превращается в автоматизм, «пустую привычку». Критическое отношение к ней наступало только в подростковом периоде. Как правило, кусание ногтей проходило и без лечения к этому возрасту, либо эта привычка являлась одним из симптомов более серьезного расстройства.<sup>9</sup>

С учетом вышеперечисленного, для эффективного медикаментозного лечения или психотерапии необходим анализ семьи, окружения ребенка, его взаимоотношений в семье и в детском учреждении.

---

<sup>9</sup> Антропов Ю.Ф., Шевченко Ю.С. Психосоматические расстройства у детей. — М.: Издательство НГМА, 2000. - 320с.

---

### *Перечень игровых материалов для детей раннего возраста:*

- 4 погремушки различной формы и цвета (основного и яркого), желательно, чтобы были 2 одинаковые, с разным захватом (рукоятка, кольцо, петля), с различным звучанием;
- подвески над кроваткой с фигурками: животных, шарики разного цвета, размера, сшитые мешочки, наполненные крупой, пластиковые прозрачные бутылочки, наполненные мелким предметами, пуговицами, блестящими шариками, фольгой;
- кубики: мягкие и жесткие, удобные для захвата разных размеров, 4 цветов;
- пирамидки с широким основанием, с большими отверстиями колец (3-4) желательно 4 основных цвета, кольцеброс;
- неваляшка, матрешки (1-2 составные средних размеров), разборные бочонки, вкладывающиеся стаканчики;
- коробочки с различными крышками, шкатулки, ведра с крышками, кастрюли, миски, чашки разного цвета и величины;
- мячики большого и среднего размера: деревянные, резиновые, пластиковые, тканевые, звучащие, скаты для шариков;
- вкладыши крупные плоские с ручками и по типу дощечки, ящик-сортер с 3-4 формами, вкладыши в виде столбиков;
- колокольчики, бубенчики, музыкальные игрушки, пищалки-игрушки;
- заводные игрушки, звучащие, издающие характерные звуки: собака, кошка, мышка, птичка, мишка, лошадка;
- игрушки-фигурки животных, передающих реальность: заяц, кошка, мышка, собака, лошадка, петушок;
- кукла, машина, ложка, чашка, ведро, совок, молоточек;
- игрушки для купания;
- книги резиновые и картонные с плотными корочками и четкими крупными изображениями, крупные картинки, с изображением предметов быта, животных;
- музыкальные инструменты: пианино, барабан, бубен;
- игрушки на колесиках, игрушки – каталки;
- тряпочки разной расцветки и фактуры, платочки, кусочки тканей, меха, кожи;
- предметы для складывания в коробки и миски: шары крупные, детали конструктора, посуда, крышки, гирлянды из брусков, шаров, крупных пуговиц;
- всевозможные баночки, бутылки, с крышками, кошельки.

## РАЗДЕЛ 2. ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ И РЕЧЕВОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Игнатова О.Ю., педагог-психолог  
первой квалификационной категории*

### *Развитие ребенка раннего возраста*

#### *Развитие ребенка от 0 до 6 месяцев*

С самого рождения ваш малыш начинает активно развиваться, познавать мир. Задача родителей – не мешать ему, а помогать, подталкивая к новым открытиям. В течение первых дней жизни ребенку необходимо адаптироваться к жестокой и непривычной внешней среде, поэтому родители должны стараться как можно дольше и чаще держать его на руках, класть на живот, прикладывать к груди.

С течением времени, кроме вашей ласки и любви, малышу требуется развивающая среда. К концу первого месяца жизни можно приобрести первые погремушки, главное требование к которым – легкость и безопасность. Погремушка должна быть небольшой, иметь удобную ручку, чтобы маленькому человечку было удобно хвататься за нее, быть легкой, не содержать мелких деталей. Цвет должен быть ярким, но не искусственным – желтый, красный, зеленый, синий, белый. Хорошо, если продавец предъявит вам сертификат качества игрушки – ведь ребенок будет пробовать ее на вкус.

Не нужно слишком долго и часто трясти перед глазками ребенка игрушками, и их не должно быть много. Не забывайте, что грудничок лучше видит на расстоянии, т.к. в норме все детки рождаются с дальностью зрения.

Со второго месяца жизни можно иногда включать подвешенный над кроваткой мобиль. Не обязательно покупать дорогой и громко звучащий мобиль с множеством функций. Ребенку на этом этапе важно развивать зрительный анализатор, учиться следить за движущимися предметами. Поэтому нужно обратить внимание на яркость и естественность цветов, а также ненавязчивость мелодии. Включать мобиль на длительное время не рекомендуется, малыш легко утомляется и теряет интерес к подвешенным игрушкам. Периодически можно менять игрушки, а чуть позже, когда малышке исполнится три месяца, подвесить игрушки разной фактуры на резинке или тесемочке, чтобы он учился тянуться к ним ручками, захватывать разные предметы, различать их на ощупь.

К концу третьего месяца жизни малыш должен научиться хватать предмет ручками. Конечно, он делает это неуверенно и неловко. Главное здесь – не

---

переусердствовать, следить за настроением ребенка, при малейших признаках недовольства или утомления – убирать игрушки.

На четвертом месяце жизни ребеночку становится интересно то, что происходит вокруг, вне его кровати. Полезно взять малыша на руки, походить по квартире, объясняя и рассказывая то, что вы видите вокруг. Можно посмотреть в окошко на проезжающие машины, потрогать шторы, подержать в ручке коробочку из-под чая и т.д. Чем больше разнообразных предметов увидит и потрогает ваш малыш, тем быстрее будет развиваться его мозг, т.к. будет накапливаться опыт.

К возрасту шести месяцев малыш начинает сидеть, и тут открывается широкое поле для игр. Можно предложить ребенку простую пластмассовую пирамидку с крупными 2-3мя разноцветными кольцами и толстым стержнем. Малышка будет пытаться снимать кольца, бросать их, смотреть, как они катятся. Разноцветные мягкие или пластмассовые кубики – можно строить башни и рушить их, что, как правило, очень веселит детишек, опять же попробовать на вкус, чуть позже – подбирать по цвету. Также ребенку необходимы мячики – совсем маленький и достаточно крупный. Маленький мячик можно брать в ручки и бросать, большой – катать, толкать, стимулировать потребность передвигаться – ползти за удаляющимся мячом. Не очень большая яркая машинка с крупными колесами тоже может понравиться вашему малышу, и она также будет побуждать в ребенке стремление к самостоятельному передвижению.

Не стоит забывать, что никакая игрушка не заменит ребенку общения с мамой и папой. Тактильный контакт необходим как новорожденному малышу, так и уже подросшему грудничку, и годовалому карапузу. Почаще обнимайте своего ребенка, носите его на руках, разговаривайте с ним, играйте. Ребенку важно видеть лицо мамы, эмоции, отражающиеся на лице, движения губ при разговоре, улыбку, глаза, слышать интонации голоса.

#### *Развитие ребенка от 6 месяцев до 1 года*

Когда малышу исполняется 6 месяцев, начинается новый этап в развитии маленького человечка. Сначала малыш учится сидеть, а, следовательно, начинает видеть мир под новым углом. Через некоторое время, месяцев в 7-9, ребенок начинает ползать, а к 10-12 месяцам – ходить. За такой короткий промежуток времени происходит очень много важных изменений в развитии ребенка. Физическое развитие дает огромный толчок психическому развитию. Начиная самостоятельно передвигаться, малыш активно познает мир, и задача родителей на данном этапе – создание безопасной и разнообразной окружающей обстановки. Чтобы малышка не проник в грязную прихожую или опасную кухню с горячей плитой, можно закрыть проходы в эти помещения диванными подушками. А для того, чтобы ребенка не прихлопнуло дверцей

---

шкафа – поставить фиксаторы и т.д. С другой стороны, необходимо учить малыша слову «нельзя». Чем раньше он усвоит, что нельзя трогать утюг и чайник, тем спокойнее будет мама.

В этом возрасте ребенок начинает понимать обращенную речь, простые бытовые просьбы. К году ребенок уже говорит первые слова, которые могут быть полиморфны (одно короткое словечко может обозначать несколько предметов или действий).

Начинается этап формирования сенсорных эталонов. Сенсорные эталоны – это, прежде всего, цвет, форма и величина. Малышу можно предложить два предмета, сильно различных по величине (например, два кубика), объяснить, интонационно выделяя слова, что «Этот кубик большой, а этот – маленький». Положить кубики рядом, друг на друга, дать ребенку потрогать и сравнить их. В следующий раз можно сравнить два мячика, потом – две куклы и т.д. Такими нехитрыми упражнениями мы формируем элементарные представления о величине предметов. Представления о форме помогут формировать простые коробки форм или вкладыши, в этом возрасте достаточно 2-3 фигур, которые научится сличать ваш ребенок.

Не следует превращать игры с ребенком в обязательные и упорные занятия. Если малыш устал, не заинтересован игрушкой – он ничего не усвоит. Также не стоит «бежать впереди паровоза» и требовать от ребенка слишком многого. В год малыш никак не сможет самостоятельно произнести названия геометрических фигур, так зачем же нервировать малыша?

Очень важным для ребенка этого возраста является развитие речи, продолжаем пополнять словарный запас, проговаривая малышу все, что мы видим вокруг. Дома стараемся как можно больше разговаривать с ребенком, сопровождаем все действия внятной и интонационно насыщенной речью.

Развитие речи тесно связано с развитием мелкой моторики, для тренировки пальчиков малышке можно предложить толстые карандаши, пальчиковые краски. Конечно, рисунка мы не увидим, но проследить за тем, как карандаш оставляет за собой след, «попачкаться» красками, оставить отпечатки ладошек – это малыш вполне может.

### *Развитие ребенка от 1 года до 2 лет*

Вашему малышу исполнился годик. В речи появились отдельные слова, жесты. Ребенок уже ходит, неуверенно, но очень активно. Продолжается интенсивное развитие психической сферы, хотя и несколько медленнее, чем на первом году жизни. Малыш очень подвижен, находится преимущественно в положительном эмоциональном состоянии, много лепечет, часто улыбается, смеется, радуется общению со взрослыми.

Действия с предметами, которыми овладел ребенок на первом году, приобретают большую ловкость, координацию: лучше получаются действия с

---

кубиками, с мячом, с вкладными игрушками. Ребенок забавно подражает взрослым. Основным видом деятельности ребенка второго года жизни является предметная деятельность, в процессе которой ребенок знакомится с различными свойствами предметов; продолжается его сенсорное развитие. В игровой комплекс ребенка второго года жизни должны входить такие игрушки, как: кубики, мячи, пирамидки, матрешки, доски с вкладышами различной геометрической формы, строительный материал разного размера. Ребенка нужно постоянно направлять в игре, показывайте ребенку, как пользоваться молотком, совочком, лопаткой и т. д.

Под руководством взрослых ребенок лучше воспринимает окружающее: различает, сравнивает, устанавливает сходство предметов по их признакам - по цвету, форме, величине. Сначала по образцу, а потом и по слову он может из двух-трех цветных кубиков выбрать кубик требуемого цвета или из двух-трех матрешек разной величины выбрать маленькую матрешку. Второй год жизни является важным этапом для формирования различных бытовых навыков. Приучение к самостоятельному выполнению гигиенических умений: при умывании ребенок подставляет руки под струю воды, при раздевании снимает колготки, снимает и надевает шапку и т. д.

Во время еды ребенок сам садится на стул, ест аккуратно, пользуется ложной, чашкой и т. д. Приучайте его к самостоятельности, не делайте за него то, что он может сделать сам. Воспитывайте любовь к порядку. Пусть ребенок складывает сам игрушки, свою одежду, помогает делать уборку в доме и т. д. Помните, что дети второго года жизни подражают во всем взрослым. Поэтому присмотритесь к себе: есть ли у вас стремление к порядку, дисциплине.

Будьте очень внимательны к ребенку, когда он начинает самостоятельно ходить. В целях его безопасности еще более строго, чем ранее, проверьте все возможные маршруты передвижения и уберите все, что может нанести вред ребенку. Не забудьте о разумных запретах, если газовая плита или чайник могут быть горячими, то их нельзя трогать никогда и ни при каких обстоятельствах.

Второй год жизни – это время становления и быстрого совершенствования речевых функций (основы всего психического развития), то есть это сензитивный период для развития речи. До полутора лет развивается функция понимания речи, а далее – до двух лет – идет увеличение словарного запаса и активной речи. Значительно обогащается в этот период жестовая речь, мимика. Одно слово малыша часто выражает целую фразу.

В процессе выполнения действий с предметами и обозначения действий словами формируются мыслительные процессы: ребенок учится соотносить орудия с тем предметом, на которое направлено действие (лопаткой набирает

---

песочек, снег, землю, ведром – воду). Таким образом, ребенок приспосабливается к свойствам предмета.

Наибольшее значение среди мыслительных процессов ребенка этого возраста имеет обобщение. Но так как опыт ребенка еще невелик и он не умеет еще выделить существенный признак в группе предметов, то и обобщения бывают неправильными. Например, словом «шар» ребенок обозначает все предметы, которые имеют круглую форму.

При некотором руководстве взрослых ребенок проявляет интерес к действиям других детей, эмоционально общается с ними. Но по-прежнему велика потребность у ребенка в общении со взрослым. Его эмоциональное состояние, его активность, его развитие находятся в прямой зависимости от того, часто ли играют, разговаривают с ним взрослые.

### *Развитие ребенка от 2 до 3 лет*

На третьем году жизни продолжается совершенствование деятельности всех органов и психологических функций ребенка.

Основным развивающим видом деятельности малыша является игра. Если в предыдущем возрастном периоде ребенок играл только с теми предметами, которые находились в поле его зрения, то теперь он может играть по предварительному замыслу, подбирая в соответствии с ним игрушки или какие-то предметы.

Например, ребенок задумал построить из кубиков гараж, куда он будет ставить машинку, а выезжая из гаража, машина будет перевозить какие-то грузы, и т. д. Игра теперь состоит из ряда связанных между собой событий, то есть она имеет сюжет. Это становится возможным и благодаря развитию воображения, фантазии, абстрактного мышления.

К концу третьего года жизни любимыми играми детей становятся ролевые игры. Ребенок принимает на себя определенную роль, изображая из себя маму, папу, воспитательницу детского садика, и в точности повторяет позу, жесты, мимику, речь. Поэтому в присутствии ребенка обращайтесь внимание на свое поведение, на свою речь, жесты и т.д. Ведь недаром говорят, что дети – зеркало взрослых.

Ребенок уже не просто может копировать взрослого (как это было на предыдущей возрастной стадии), а исполнять определенную роль, то есть перевоплощаться, становясь то шофером, то доктором, то продавцом. Наличие ролевой игры является показателем новой ступени в умственном развитии малыша.

Однако, несмотря на важнейшее значение ролевой игры для интеллектуального развития ребенка, форсировать эту ситуацию нельзя. Ребенок должен быть готов к переходу на новую ступень своего развития: у него должны быть подготовлены к этому мышление и речь.

---

Среди мыслительных операций важнейшими являются:

- называние цвета, величины, формы, расположения предмета в пространстве (близко, далеко);
  - группировка предметов одного цвета, формы, размера;
  - сравнение по цвету, форме, размеру, весу; по времени (сегодня, завтра, вчера, поздно, потом, сейчас);
  - выделение основных свойств предметов (форма, величина, цвет);
  - координация движений рук и зрения;
  - формирование числовых представлений (много, мало, один, два, меньше, больше).
- В общении с взрослыми, чтении, играх и развивающих упражнениях ребенок все более обогащает свои представления о мире и получает знания:
- о явлениях природы – светит солнце, идет дождь, снег, гремит гром, на небе тучи; сегодня холодно, тепло, жарко, и другое;
  - о животном мире – не только различает и называет домашних животных, но и имеет первичные понятия о них;
  - о растительном мире – различает и называет цветок, дерево, траву, лист и другое;
  - о некоторых трудовых действиях: пилить дрова, копать землю, мыть посуду и т. д.

#### *Развитие ребенка от 3 до 4 лет*

Три года – это сложный этап жизни ребенка. Кроме положительных моментов развития, родители зачастую сталкиваются с капризами и упрямством. В психологии это называется кризисом трехлетнего возраста. Это период отделения ребенка от взрослого, период становления личности ребенка, трудное время для родителей. Но от того, как родители поведут себя, во многом будет зависеть, каким вырастет их ребенок: активным или пассивным, робким или самостоятельным, настойчивым и независимым или неуверенным в себе.

Для поведения ребенка в этот период характерны:

- Негативизм.
- Упрямство.
- Своеволие.
- Строптивость.
- Протест – бурные ссоры с родителями.
- Обесценивание роли взрослых.

Особенно сильно кризис трех лет проявляется в семьях, воспитывающих одного ребенка, – это прежде всего, кризис в отношениях между ребенком и родителями, яростное стремление ребенка к самостоятельности, вызванное

---

формированием и осознанием своего «Я». Постоянные заявления «Я – сам» – наиболее типичные проявления этой стадии развития ребенка.

Дети активно постигают окружающий мир. Так как их жизненный опыт еще не велик, то взрослые должны помочь в этом. Приобретайте игрушки максимально приближенные по форме и цвету к реальным (лягушонок не должен быть, например, белым). Знакомьте ребенка с частями тела и лица, временем суток и временами года, растениями и плодами, животными и их детенышами, товарами в магазине и предметами в доме. Учите пользоваться и бережно относиться к предметам, ухаживать за растениями и домашними питомцами. Поддерживайте любопытство и любознательность.

Полезно выполнять упражнения на развитие мелкой моторики:

- застегивание и расстегивание пуговиц;
- всевозможные шнуровки;
- нанизывание колец на тесьму;
- игры с мозаикой;
- сортировка мозаики по ячейкам;
- игры с конструктором;
- перебирание круп, зерен (к примеру, фасоль отделить от гороха).<sup>10</sup>

Интеллектуальные задания усложняются. С помощью кубиков или разрезных картинок ребенок 3-4 лет может из нескольких элементов собрать целое. По детали узнает и называет целое изображение (по хоботу – слона, по брюкам – мальчика). Пирамидку из 3-5 колец может сложить от меньшего к большему или наоборот. Различает и называет геометрические фигуры, конструирует из них на плоскости, например, домики. С помощью мозаики создает образы, например, цветочек. 3-4х местную матрешку собирает самостоятельно, может выстроить матрешки в ряд по росту.

В 3-4 года дети должны уметь пересчитывать предметы до 5, не задумываясь выделять 1, 2, 3 предмета из множества, определять в какой группе предметов больше, а в какой меньше.

Все занятия должны проходить в форме игры.

В 3-4 года ребенок активно расширяет свой кругозор, и книга является самым доступным и эффективным помощником. Вместе рассматривайте иллюстрации к знакомой сказке. Читайте произведения разных жанров. Чтение должно быть активным, с активным участием ребенка, чтобы ребенок обсуждал услышанное, проговаривал сказки, повторял стихи. Взрослые должны поощрять любознательность и эмоциональность ребенка при чтении. В этот период от 3 до 4 лет – память произвольна. Ребенок запоминает то,

---

<sup>10</sup> Смирнова Е.О., Галигузова Л.Н., Ермолова Т.В., Мещерякова С.Ю. Диагностика психического развития детей от рождения до 3 лет. Методическое пособие для практических психологов. – СПб.: Детство – Пресс, 2005. – 144с.

---

что эмоционально и просто: это могут быть интересные для него события, действия, образы.

Одним из главных сюжетов дошкольника является собственная жизнь. Ребенок ходил к врачу, после этого к врачу «идет» мишка. Малыш пошел в детский сад, и все куклы теперь туда ходят. Малыши могут разыгрывать не только бытовые сюжеты, но и брать за основу понравившиеся сказки, которые им читают и конечно мультфильмы. Само по себе использование мультипликационных сюжетов в игре ничего плохого не имеет. Однако современные мультфильмы иногда совершенно не рассчитаны на маленьких детей. Поэтому, прежде чем показывать что-то ребенку, заранее посмотрите сами и убедитесь в том, что ему стоит это смотреть. Хорошо, если в мультфильме детский сюжет или он отражает события детской жизни, нет агрессии, а герои имеют отчетливый и не страшный образ. Сам мультфильм обязательно должен быть медленным по темпу, смене картинки и сюжету. Хорошо, если в фильме есть запоминающаяся детская песенка.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Ильина Н.А. Играем в памперсах. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2003. – 160 с.

### *Возрастные показатели познавательного развития ребенка дошкольного возраста*

Психические процессы	3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
Внимание	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ выполнять задание, не отвлекаясь около 3-4 минут;</li> <li>✓ удерживать в поле зрения не менее 3-4 предметов;</li> <li>✓ находить 2-3 отличия между предметами;</li> <li>✓ выполнять самостоятельно задания по предложенному образцу;</li> <li>✓ уметь находить одинаковые предметы, фигуры;</li> <li>✓ уметь находить предметы, отличающиеся от других.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ выполнять задание, не отвлекаясь около 8-10 минут;</li> <li>✓ удерживать в поле зрения не менее 4-5 предметов;</li> <li>✓ находить 3-4 отличия между предметами;</li> <li>✓ выполнять самостоятельно задания по предложенному образцу;</li> <li>✓ уметь находить одинаковые предметы, фигуры.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ выполнять задание, не отвлекаясь в течение 10-12 минут;</li> <li>✓ удерживать в поле зрения 6-7 предметов;</li> <li>✓ находить 5-6 отличий между предметами;</li> <li>✓ выполнять самостоятельно задания по предложенному образцу;</li> <li>✓ уметь находить одинаковые предметы.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ выполнять задание, не отвлекаясь в течение 15 минут;</li> <li>✓ удерживать в поле зрения 8-10 предметов;</li> <li>✓ находить 7-8 отличий между предметами;</li> <li>✓ выполнять самостоятельно задания по предложенному образцу;</li> <li>✓ уметь находить одинаковые предметы.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ выполнять задание, не отвлекаясь около 20 минут;</li> <li>✓ удерживать в поле зрения не менее 10 предметов;</li> <li>✓ находить 10 отличий между предметами;</li> <li>✓ выполнять самостоятельно задания по предложенному образцу;</li> <li>✓ копировать в точности узор или движение;</li> <li>✓ уметь находить одинаковые предметы.</li> </ul>
Память	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ уметь запоминать не менее 3-4 предложенных предметов или</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ уметь запоминать не менее 4-5 предложенных предметов или</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ уметь запоминать не менее 6 предложенных предметов или названных слов;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ уметь запоминать не менее 7-8 предложенных предметов или</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ уметь запоминать не менее 9-10 предложенных предметов или</li> </ul>

	<p>названных слов;          ✓ повторять дословно предложения, состоящие из 2-3-х слов;          ✓ рассказывать по памяти содержание сюжетной картинки (по вопросам);          ✓ запоминать расположение игрушек (2-3-4), называть по памяти, что где находилось.</p>	<p>названных слов;          ✓ уметь рассказывать по памяти стихи, сказки, рассказы;          ✓ повторять дословно предложения, состоящие из 3-4-х слов;          ✓ рассказывать по памяти о событиях своей жизни и окружающей обстановке;          ✓ рассказывать по памяти содержание сюжетной картинки;          ✓ запоминать расположение игрушек (3-4), называть по памяти, что где находилось.</p>	<p>✓ уметь запоминать стихотворения, потешки, загадки;          ✓ пересказывать содержание небольшого произведения или сказки;          ✓ помнить и рассказывать события, которые произошли накануне, а также яркие события жизни;          ✓ запоминать и повторять небольшие фразы;          ✓ уметь сравнивать два изображения по памяти.</p>	<p>названных слов;          ✓ уметь запоминать и рассказывать стихотворения, потешки, загадки;          ✓ пересказывать близко к тексту рассказы или сказки;          ✓ запоминать ряды цифр (от 4 до 6) зрительно и на слух;          ✓ запоминать и повторять фразы, состоящие из 7-8 слов;          ✓ рассказывать о событиях своей жизни, вспоминая все подробности;          ✓ рассказывать по памяти содержание сюжетной картинки.</p>	<p>названных слов;          ✓ уметь рассказывать по памяти стихи, сказки, рассказы;          ✓ повторять дословно предложения, состоящие из 9-10 слов;          ✓ повторять ряды цифр (от 5 до 7), запоминая их зрительно и на слух;          ✓ подробно рассказывать по памяти о событиях своей жизни и окружающей обстановке;          ✓ подробно рассказывать по памяти содержание сюжетной картинки;          ✓ запоминать расположение игрушек (8-10), называть по памяти, что где находилось</p>
Мышление	✓ подбирать подходящие	✓ Объединять предметы в группы	✓ выстраивать последовательность	✓ уметь выстраивать последовательность	✓ уметь выстраивать последовательность

предметы друг к другу, связывая их между собой по смыслу (например, корзинка и грибы, чашка и блюдце, ведерко и лопатка и т.п.);  
✓ сравнивать два предмета между собой, выявлять несоответствие между ними;  
✓ находить среди четырех предметов тот, который не похож на остальные (например, три разных ведерка и матрешка, три разных яблочка и цветочек и т.п.);  
✓ знать, кто из животных где живет;  
✓ знать кто из животных что любит есть;  
✓ знать, какие вещи нужны летом, а какие - зимой;

по определенным признакам, называть их обобщающим словом (животные, игрушки, фрукты, обувь мебель, посуда);  
✓ подбирать подходящие предметы друг к другу, связывая их между собой по смыслу (например, шапка и шарф, иголка и нитки, чашка с блюдцем и т.п.);  
✓ выделять предмет в группах, не подходящий к общим признакам: «Найди, что лишнее» (например, заяц, белка, ежик и грибок; яблоко, груша, виноград и карандаш и т.п.);  
✓ выстраивать логический ряд из определенной

событий по серии сюжетных картинок и составлять связный рассказ («Разложи картинки по порядку, чтобы получился рассказ»);  
✓ классифицировать предметы по определенным признакам (цвету, форме, величине, количеству);  
✓ выделять предмет в группе, не подходящий к общим признакам;  
✓ самостоятельно находить несоответствия в рисунках и объяснять их;  
✓ сравнивать два предмета между собой, называть, чем они похожи и чем отличаются друг от друга;  
✓ знать и называть детали одежды, части машины, дома, дерева, цветка;

событий по серии сюжетных картинок и составлять связный рассказ;  
✓ классифицировать предметы в группы по определенным признакам (цвет, форма, величина, назначение);  
✓ подбирать подходящие предметы друг к другу, связывая их между собой по смыслу;  
✓ находить предмет в группах, не подходящий к общим признакам;  
✓ решать простые логические задачи;  
✓ выстраивать логический ряд из фигур;  
сравнивать два предмета между собой, называть, чем они похожи и чем отличаются друг от друга;

событий по серии сюжетных картинок и составлять связный рассказ;  
✓ объединять предметы в группы по определенным признакам;  
✓ подбирать подходящие предметы друг к другу, связывая их между собой по смыслу;  
✓ выделять в группах предмет, не подходящий к общим признакам, обосновывая в речевых высказываниях это исключение;  
✓ переключаться с одного принципа классификации (например, по материалу) на другие (по свойствам, качествам, функциональному

<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ составлять пирамидку с учетом величины колец;</li> <li>✓ адекватно действовать с 3-4-х местной матрешкой (разбирать и собирать ее);</li> <li>✓ составлять разрезные картинки из 2-3-х частей.</li> </ul>	<p>группы фигур или предметов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ сравнивать два предмета между собой, выявлять несоответствие между ними;</li> <li>✓ находить недостающие детали у предметов (например, часы без стрелок, чайник без ручки, цветок без лепестков, и т.п.);</li> <li>✓ находить несоответствия изображений на картинке окружающей действительности (например, цыпленок с заячьими ушами, яблоко на еловой ветке и т.п.);</li> <li>✓ составлять пирамидку из 5-6 колец с учетом их величины;</li> <li>✓ адекватно</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ составлять с учетом величины пирамидку из 8 колец;</li> <li>✓ адекватно действовать с 6-местной матрешкой;</li> <li>✓ составлять разрезные картинки из 4-5 частей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ составлять разрезные картинки из 5-6 частей;</li> <li>✓ составлять пирамидку из 10 колец с учетом их величины;</li> <li>✓ адекватно действовать с 7-местной матрешкой.</li> </ul>	<p>назначению) и обосновывать свои действия в речевых высказываниях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ решать достаточно сложные логические задачи;</li> <li>✓ выстраивать логический ряд из определенной группы фигур или предметов;</li> <li>✓ сравнивать два предмета между собой, выявлять несоответствие между ними;</li> <li>✓ соотносить текст с соответствующей картинкой;</li> <li>✓ устанавливать связи между персонажами и объектами, изображенными на картинках;</li> <li>✓ адекватно реагировать на юмористические ситуации и изображения, шутки,</li> </ul>
---	---	--	--	--

		<p>действовать с 5-местной матрешкой;          ✓ составлять разрезные картинки из 3-4-х частей.</p>			загадки, юмористические рассказы, понимать их скрытый смысл.
<p><b>Ознакомление с окружающим миром</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ различать и правильно называть части дома, автомашины, дерева, а так же части тела животных и человека;</li> <li>✓ различать некоторые фрукты и овощи, показывать или называть отдельные предметы одежды, посуды и игрушки;</li> <li>✓ узнавать реальных и изображенных на картинках знакомых животных и птиц;</li> <li>✓ знать и называть шесть основных цветов: красный, желтый, синий, зеленый, белый, черный;</li> <li>✓ различать части суток (день, ночь),</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ знать, как зовут родителей;</li> <li>✓ уметь различать по картинкам части суток и времена года, знать, чем они отличаются;</li> <li>✓ называть предметы обобщающими словами: овощи, фрукты, одежда, цветы, деревья, посуда, птицы, грибы, животные, ягоды или выделять их по обобщающему слову, названному взрослым;</li> <li>✓ знать названия некоторых профессий (воспитатель, врач, летчик, пожарный, машинист);</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ знать свое имя и фамилию, называть всех членов своей семьи, свой домашний адрес, название своего города;</li> <li>✓ знать название основных профессий, объяснять, чем занимаются люди этих профессий;</li> <li>✓ называть группы предметов обобщающим словом;</li> <li>✓ знать основные правила дорожного движения;</li> <li>✓ знать последовательность времен года, частей суток;</li> <li>✓ различать окружающие предметы, знать их назначение, характеризовать материалы, из которых</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ знать свое имя и фамилию, имя и отчество своих родителей, свой домашний адрес, название своего города, название столицы родины;</li> <li>✓ знать название основных профессий, объяснять, чем занимаются люди этих профессий;</li> <li>✓ называть группы предметов обобщающим словом;</li> <li>✓ знать основные правила дорожного движения;</li> <li>✓ знать последовательность времен года, частей суток;</li> <li>✓ различать окружающие</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Называть свое имя и фамилию, имя и отчество своих родителей, свой домашний адрес, название своего города, название столицы родины;</li> <li>✓ знать название основных профессий, объяснять, чем занимаются люди этих профессий;</li> <li>✓ называть группы предметов обобщающим словом;</li> <li>✓ знать основные правила дорожного движения;</li> <li>✓ знать последовательность времен года, частей суток, дней недели, название месяцев;</li> <li>✓ отличать животных,</li> </ul>

знать чем они отличаются;  
✓ знать название и назначение некоторых предметов (например, веник, ножницы, лопата, молоток, чайник, ведро и т.п.);  
✓ пересказывать небольшие потешки, сказки, рассказы, узнавать сказочных героев;  
✓ знать свои имя, фамилию, возраст (сколько лет), имена ближайших родственников.

✓ определять особенности деятельности детей и специфику их одежды в зависимости от времени года;  
✓ знать и уметь находить в окружающей обстановке девять цветов: красный, зеленый, желтый, синий, оранжевый, коричневый, черный, голубой, розовый;  
✓ знать и уметь рассказывать несколько сказок;  
✓ знать некоторые правила дорожного движения: переходить улицу в специальных местах, переходить только на зеленый сигнал светофора;

они изготовлены;  
✓ различать и называть деревья, кустарники по коре, листьям, плодам;  
✓ составлять небольшой рассказ о предмете, картинке, по теме, предложенной взрослым;  
✓ уметь последовательно и выразительно пересказывать небольшие литературные произведения.

предметы, знать их назначение, характеризовать материалы, из которых они изготовлены;  
✓ различать и называть деревья, кустарники по коре, листьям, плодам;  
✓ знать несколько зимующих, перелетных птиц.

птиц, насекомых;  
✓ отличать садовые цветы от полевых, деревья от кустарников;  
✓ знать и называть все явления природы, распознавать их по окраске, размерам;  
✓ знать о сезонных изменениях в природе;  
✓ различать окружающие предметы, знать их назначение, характеризовать материалы, из которых они изготовлены.<sup>12</sup>

<sup>12</sup> Янушко Е. А. Сенсорное развитие детей раннего возраста : 1–3 года: метод. пособие для педагогов дошкольных учреждений и родителей / Е.А. Янушко. — М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2016. — 351 с.

		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ адекватно вести себя в знакомых ситуациях на прогулке, дома, в гостях.</li> </ul>			
<b>Мелкая и общая моторика</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ выполнять движения кистями и пальцами рук по подражанию и образцу;</li> <li>✓ выделять отдельно каждый палец на своей руке по просьбе взрослого на основе подражания («поиграй на пианино»);</li> <li>✓ показывать по просьбе взрослого указательный или большой пальцы;</li> <li>✓ захватывать мелкие игрушки, предметы щепотью и опускать их в сосуд;</li> <li>✓ проводить линии по пунктирам, не выходя за края дорожки;</li> <li>✓ проводить прямые</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ брать мелкие предметы указательным типом хватания;</li> <li>✓ выполнять знакомые движения руками и пальцами по подражанию, образцу, слову;</li> <li>✓ показывать по просьбе взрослого и называть указательный и большой пальцы, остальные показывать (мизинец, средний, безымянный);</li> <li>✓ проводить пальцем и карандашом плавную непрерывную линию от начала до конца дорожки разной</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ застегивать и расстегивать пуговицы на своей одежде;</li> <li>✓ показывать по просьбе взрослого и называть все пальцы на своих руках;</li> <li>✓ выполнять игровые упражнения с пальцами с речевым сопровождением;</li> <li>✓ уметь проводить прямые и волнистые линии, не отрывая карандаш от бумаги и не выходя за контуры;</li> <li>✓ уметь обводить рисунок по точкам и по линиям;</li> <li>✓ уметь аккуратно раскрашивать картинки, не выходя за контуры рисунка;</li> <li>✓ уметь штриховать фигуры ровными</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ застегивать и расстегивать пуговицы;</li> <li>✓ владеть навыками шнуровки;</li> <li>✓ свободно владеть карандашом и кистью при разных приемах рисования;</li> <li>✓ изображать в рисунке несколько предметов, объединяя их единым содержанием;</li> <li>✓ штриховать или раскрашивать рисунки в разных направлениях, не выходя за контуры;</li> <li>✓ обводить предметы по контуру карандашом плавным непрерывным движением;</li> <li>✓ ориентироваться на листе бумаги, правильно располагая рисунок на листе;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ свободно владеть карандашом и кистью при разных приемах рисования;</li> <li>✓ изображать в рисунке несколько предметов, объединяя их единым содержанием;</li> <li>✓ штриховать или раскрашивать рисунки, не выходя за контуры;</li> <li>✓ ориентироваться в тетради в клетку или в линию;</li> <li>✓ передавать в рисунке точную форму предмета, пропорции, расположение частей;</li> <li>✓ уметь копировать простейшие рисунки, фразы;</li> <li>✓ уметь обводить рисунок по точкам и</li> </ul>

	<p>линии в разных направлениях;          ✓ раскрашивать рисунки, не выходя за контуры.</p>	<p>ширины;          ✓ проводить линии по пунктирам, не выходя за края дорожки;          ✓ проводить прямые линии в разных направлениях;          ✓ штриховать или раскрашивать рисунки, не выходя за контуры;          ✓ уметь копировать простейшие рисунки;          ✓ уметь обводить рисунок по точкам и по линиям.</p>	<p>прямыми линиями, не выходя за контуры;          ✓ уметь копировать простейшие рисунки.</p>	<p>✓ ориентироваться в тетради в клетку, обводить клетки, считать их, проводить горизонтальные и вертикальные линии;          ✓ передавать в рисунке точную форму предмета, пропорции, расположение частей;          ✓ уметь копировать простейшие рисунки;          ✓ уметь обводить рисунок по точкам и по линиям</p>	<p>по линиям.</p>
<p><b>Элементарные математические представления</b></p>	<p>✓ пользоваться понятиями «много», «один», правильно согласовывать их с существительными («один огурец, много яблок»);          ✓ выделять 1, 2, 3 предмета из группы;          ✓ соотносить количество 1, 2, 3 с</p>	<p>✓ считать в пределах 5 (количественный счет);          ✓ отвечать на вопрос «Сколько всего?»;          ✓ сравнивать две группы предметов по количеству, используя</p>	<p>✓ считать в пределах 10 в прямом порядке и в пределах 5-ти в обратном порядке (5 4 3 2 1);          ✓ определять количество предметов и предметных изображений на картинках при различном</p>	<p>✓ уметь считать в пределах 10 в прямом и обратном порядке;          ✓ правильно пользоваться количественными и порядковыми числительными;          ✓ сравнивать рядом стоящие числа в пределах 10,</p>	<p>✓ называть числа в прямом и обратном порядке до 20;          ✓ соотносить цифру и число предметов в пределах 10;          ✓ составлять и решать задачи в одно действие на сложение и вычитание;          ✓ пользоваться</p>

количеством пальцев;  
✓ находить 1, 2, 3 предмета в окружающей обстановке;  
✓ использовать в речи слова «большой», «маленький», «больше, «меньше»;  
✓ уметь сравнивать предметы, находить одинаковые по длине, использовать слова «длинный», «короткий»;  
✓ уметь сравнивать предметы по высоте, использовать слова «высокий», «низкий»;  
✓ уметь сравнивать предметы по толщине, использовать слова «толстый», «тонкий»;  
✓ уметь определять равенство и неравенство предметов;  
✓ узнавать и

практические способы сравнения (приложение и наложение) и счет, обозначая словами «больше, меньше, поровну»;  
✓ выделять 3 предмета из группы по слову («Дай три палочки»);  
✓ выполнять операции объединения и разъединения в пределах 3-х с открытым и закрытым результатом;  
✓ сравнивать предметы разной длины, ширины, высоты, понимать соотношения между ними;  
✓ узнавать и называть круг, квадрат, треугольник, прямоугольник;

расположении в пределах 5;  
✓ сравнивать две группы предметов по количеству на основе пересчета элементов каждого множества;  
✓ решать задачи с открытым и закрытым результатами на наглядном материале в пределах 5, по представлению и отвлеченно в пределах 4-х;  
✓ выражать словами местонахождение предмета по отношению к себе, к другим предметам («Где он?»);  
✓ ориентироваться на листе бумаги;  
✓ знать геометрические фигуры (круг, квадрат, овал, прямоугольник, треугольник, ромб);  
✓ сравнивать предметы по величине, пользуясь понятиями: шире-уже,

устанавливать, какое число больше другого;  
✓ уравнивать неравное число предметов двумя способами;  
✓ пересчитывать предметы и изображения предметов на картинках, имеющих различную величину, цвет, форму;  
✓ решать задачи по представлению и отвлеченно в пределах 5-6;  
✓ выражать словами местонахождение предмета по отношению к себе, к другим предметам;  
✓ ориентироваться на листе бумаги;  
✓ знать геометрические фигуры (круг, квадрат, овал, прямоугольник, треугольник, ромб);  
✓ различать форму

арифметическими знаками действий;  
✓ измерять длину предметов с помощью условной меры;  
✓ сравнивать рядом стоящие числа в пределах 10, устанавливать, какое число больше другого;  
✓ уравнивать неравное число предметов двумя способами;  
✓ выражать словами местонахождение предмета по отношению к себе, к другим предметам;  
✓ ориентироваться на листе бумаги;  
✓ знать геометрические фигуры (круг, квадрат, овал, прямоугольник, треугольник, ромб, трапецию). Различать форму предметов;  
✓ сравнивать до 10 предметов различной

называть фигуры круг и квадрат, показывать похожие на них предметы.

✓ определять направление движения от себя (направо, налево, вперед, вверх, вниз);  
✓ знать правую и левую руку.

выше-ниже, длиннее-короче, толще-тоньше и т.д.

предметов;  
✓ сравнивать до 6-8 предметов различной величины, размещая их в ряд в порядке возрастания длины, ширины, высоты и понимать соотношения между ними.

величины, размещая их в ряд в порядке возрастания длины, ширины, высоты и понимать соотношения между ними;  
✓ определять время по часам.

---

## *Развитие речи ребенка раннего и дошкольного возраста*

*Русанова Л.С., учитель-логопед высшей  
квалификационной категории, к.псих.н.*

### *Этапы развития речи в детском возрасте*

Любых родителей, конечно же, всегда беспокоит вопрос: правильно ли развивается их ребенок, не будет ли у него проблем в будущем, когда он пойдет в школу, нужно ли обратиться за советом к специалисту, «пока еще не поздно»? Мы постараемся развеять некоторые ваши сомнения на этот счет. Однако помните: дети, стойко отстающие на один возрастной период, относятся к группе риска.

К концу **1 месяца** жизни здоровый младенец уже реагирует на общение с ним: перестает плакать, сосредотачивается на взрослом.

**2 месяц** характеризуется улыбкой при общении, причем, в 6 недель это скорее будет своеобразное «ротовое внимание», в 8 же недель – закономерная улыбка.

**3 месяца.** Наблюдается комплекс оживления при общении со взрослым, «гукание». Такие звуки возникают как реакция на улыбку и разговор взрослого с ребенком, преобладают гласные звуки, а также согласные **г, к, н**.

**4 месяца.** Появляется первый смех – повизгивание в ответ на эмоциональное общение со взрослым, а к 16 неделям смех становится продолжительным.

**5 месяцев.** Ребенок реагирует на направление звука, «поет», меняя интонацию голоса.

**6 месяцев.** К этому времени у здорового ребенка появляется первый слог *ба* или *ма*. Возникает начальное понимание обращенной речи: ребенок прислушивается к голосу взрослого, правильно реагирует на интонацию, узнает знакомые голоса.

**7 месяцев.** Малыш уже готов к игровой деятельности со взрослым, использует различные голосовые реакции для привлечения внимания окружающих.

**8 месяцев.** Возникает реакция на незнакомое лицо. В это время один из важнейших показателей нормального развития речи – лепет, то есть повторение одинаковых слогов: *ба-ба, да-да, па-паи* т.п. В речи используются звуки: *п, б, м, г, к, э, а*.

**9 месяцев.** Ребенок активно общается с помощью жестов, с радостью играет в «ладушки».

---

**10 месяцев.** На этом этапе малыш использует в общении как минимум 1-2 «лепетных слова» (типа *ляля, баба*), понятных в конкретной ситуации.

**11 месяцев.** Использует уже как минимум 3 «лепетных слова», понятных в конкретной ситуации.

**1 год.** К этому сроку нормально развивающийся ребенок употребляет уже 3-4 «лепетных слова», понимает отдельные слова, соотносит их с конкретными предметами. Понимает простые инструкции, сопровождаемые жестами («поцелуй маму», «где папа?», «дай ручку», «нельзя»).

**1 год 3 месяца.** Словарный запас увеличивается до 6 слов, ребенок понимает простую инструкцию без жеста, знакомые слова показывает на картинке.

**1 год 6 месяцев.** Показывает одну из частей тела, словарный запас 7-20 слов.

**1 год 9 месяцев.** Показывает три части тела, использует фразу из двух слов («Мама, ди!» – «Мама, иди!», «Дай ляля» – «Дай куклу»). Словарный запас 20 слов.

**2 года.** На этом этапе ребенок показывает пять частей тела, имеет словарный запас минимум 50 слов. Малыш понимает и правильно выполняет двухэтапную инструкцию («пойди в кухню и принеси чашку»), верно использует местоимения, *ты, мне*, предложения строит из двух слов. К двум годам ребенок уже усваивает звуки: *п, б, м, ф, в, т, д, н, к, г, х*. Свистящие звуки (*с, з, ц*), шипящие (*ш, ж, ч, щ*) и сонорные (*р, л*) он обычно пропускает или заменяет.

**2 года 6 месяцев.** Правильно использует в речи местоимения *я, ты, мне*; повторяет две цифры в правильной последовательности, имеет понятие «один». Ребенок понимает обозначение действий в разных ситуациях («покажи, кто сидит, кто спит»), значение предлогов в привычной конкретной ситуации («на чем ты сидишь?»). Правильно произносит звуки: **с, з, л**.

**3 года.** Словарный запас 250-700 слов, использует предложения из пяти-восьми слов, овладел множественным числом существительных и глаголов. Ребенок называет свое имя, пол и возраст; понимает значение простых предлогов - выполняет задания типа «положи кубик под чашку», «положи кубик в коробку», употребляет в предложении простые предлоги и союзы *потому что, если, когда*. Малыш понимает прочитанные короткие рассказы и сказки с опорой на картинки и без нее, может оценить свое и чужое произношение, задает вопросы о значении слов.

**4 года.** В речи четырехлетнего ребенка уже встречаются сложносочиненные и сложноподчиненные предложения, употребляются предлоги *по, до, вместо, после*, союзы *что, куда, сколько*. Словарный запас

---

1500-2000 слов, в том числе слова, обозначающие временные и пространственные понятия. Ребенок правильно произносит шипящие звуки *ш, ж, ч, щ*, а также звук *ц*. Исчезает смягченное произношение согласных<sup>13</sup>.

### *Начинаем говорить*

Каждый родитель хочет видеть своего ребенка здоровым, счастливым, общительным. Ребенок рождается, не умея говорить. В процессе своего развития он должен овладеть языком, на котором говорят окружающие его взрослые, научиться пользоваться раньше устной, а затем письменной речью. Ребенку приходится за немногие годы усвоить все богатство языка, которое создавалось народом в течение тысячелетий.

Как известно, своевременное и полноценное овладение речью является важным условием развития личности ребенка.

К сожалению, не каждый ребенок может легко вступать в контакт со сверстниками и со взрослыми. И причины тому могут быть самые разные: природная застенчивость, психологические, физиологические или речевые проблемы. Как правильно оценить состояние речи малыша? Как и когда ребенок должен заговорить? В каких случаях стоит волноваться, а в каких – просто подождать. Как не пропустить момент, когда ему, возможно, потребуется ваша помощь или помощь специалистов? Эти и другие непростые вопросы задают себе те родители, которым не безразлично, каким вырастет их малыш.

Многие родители считают, что не следует вмешиваться в процесс формирования речи, что ребенок подрастет и у него «все само собой исправится», он сам научится говорить. «Нас же никто не учил, – говорят они, – и логопедов никаких не было, и ничего, научились, и они научатся». Это ошибочное мнение! Ни в коем случае не пускайте все на самотек, если вы заподозрили неладное в речевом развитии своего ребенка, лучше перестраховаться и обратиться к специалисту, который возможно развеет ваши сомнения и скажет, что у вашего малыша все в порядке, или даст необходимые рекомендации, которые помогут вовремя скорректировать процесс формирования речи. Для того, чтобы вы смогли правильно оценить уровень речевого развития своего малыша, предлагаем познакомиться с тем, как протекает речевое развитие ребенка в норме. Понятие нормы в данном случае весьма условно – не существует одного, единого для всех детей возраста, когда они начинают разговаривать, многое зависит от индивидуальности ребенка.

---

<sup>13</sup> Общение и речь: Развитие речи у детей в общении со взрослыми /Под ред. М. И. Лисиной; Науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. – М.: Педагогика, 1985. – 208 с.

---

Речь не является врожденной способностью человека, она формируется постепенно, вместе с развитием ребенка и под влиянием речи взрослых. Окружающая ребенка социальная и речевая среда является не только условием, но и источником развития речи. Без наличия здоровой языковой среды невозможно полноценное речевое развитие. Для нормального формирования речи необходима определенная зрелость коры головного мозга и органов чувств ребенка (слуха, зрения, осязания), большое значение имеет психофизическое здоровье ребенка. Речь начинает развиваться практически с первых дней жизни и проходит несколько этапов развития.

Следует повториться, что задача родителей – вовремя заметить трудности, которые испытывает малыш, разобраться в этой проблеме, установить причину его неудач и помочь ребенку. Очень важно вовремя обнаружить проблему и обратиться к хорошему специалисту, пока сама проблема еще не приобрела серьезных масштабов.

Что же должны знать родители о речевом развитии ребенка? Нужно ли обращать внимание на то, когда заговорил ребенок и как он пользуется речью? Нужно ли заниматься с ребенком, если вы видите, что он отстает от сверстников в речевом развитии или ждать, что все произойдет «само собой», «когда-нибудь он научится говорить»?

Родителям четко надо усвоить простую истину: ребенка необходимо воспринимать как собеседника с момента его нахождения в утробе матери. Очень важно как можно больше говорить с малышом, даже тогда, когда он еще не научился вам отвечать. Помните – он запоминает, что вы говорите и как вы говорите. Именно вашей речью пополняется активный и пассивный словарный запас, а в дальнейшем и связная речь ребенка, которые составляют начальный детский лексикон<sup>14</sup>.

Детская речь, особенно речь детишек первых трех лет жизни из-за физиологического несовершенства звукопроизношения, имеет много особенностей: малыши искажают и пропускают некоторые звуки, какие-то звуки не произносят вообще. Нередко только мама может понять детское бормотание, когда малыш, захлебываясь, очень быстро, проглатывая слоги, делится с ней своими впечатлениями о чем-то для него очень важном или же, наоборот, растягивает слова так, что утрачивается смысл произносимого.

---

<sup>14</sup> Борисенко М.Г. Начинаем говорить. Развитие речи: От 0 до 3 лет / М. Г. Борисенко, Н. А. Лукина. – СПб.: Паритет, 2004. – 157 с.

---

В последние годы резко увеличилось количество детей с задержкой речевого развития и с различными речевыми нарушениями. Родители двухлетнего малыша видят, что сверстники произносят предложение, а их ребенок говорит только «мама», «папа». Родители четырехлетнего малыша видят, что сверстники свободно общаются, а у их ребенка «каша во рту». Почему это происходит именно с моим ребенком? Что делать? К какому специалисту идти? Насколько это серьезно? Подобные вопросы начинают терзать мам, пап, бабушек и дедушек.

Очень важно, чтобы родители знали, что является специфическими особенностями речевого развития детей определенного возраста, а что относится к нарушениям речевого развития.

Важно разделить два понятия: недоразвитие речи и нарушение речи. Под недоразвитием речи специалисты понимают качественно более низкий уровень сформированности той или иной речевой функции или речевой системы в целом. Под нарушением речи подразумевается отклонение от нормы, вызванное изменениями в строении или работе речевой или слуховой системы или задержкой общего психического развития ребенка.

Необходимо насторожиться, если ребенок примерно к 1 году 2 месяцам не повторяет за взрослым слоги и односложные слова («ба», «да» и т.п.), у малыша отсутствует звукоподражание, если в 2 года малыш не строит самостоятельно предложения из двух слов. Нудно бить тревогу, если ребенок в 2 года и 6 месяцев не строит предложение из трех-четырёх слов. Именно для того чтобы понять, все ли в порядке с речевым развитием ребенка, родителям следует знать этапы речевого развития ребенка.

Особенно продуктивным и важным является период раннего и младшего дошкольного возраста от 0,8-1 года до 3-4 лет. В течение этого короткого отрезка времени ребенок овладевает основными закономерностями языка. К 3-4 годам его словарь состоит примерно из 800-1000 слов, при этом ребенок практически не использует звукоподражаний и облегченных вариантов слов. Он умеет строить основные виды предложений с соблюдением норм грамматического оформления. Четырехлетний ребенок может пересказать содержание простой сказки, рассказать о своих действиях, проанализировать бытовую ситуацию.

Последовательность появления тех или иных явлений в детской речи определена возрастными нормативами их появления. Следует отметить, что время не является жестко обязательным. Сроки и динамика формирования развития форм речи могут варьировать в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка. Тем не менее, если в определенный период

---

указанные формы не появляются, или родители видят единичные проявления, это должно их насторожить. Причины нарушения речевого развития, а также признаки благополучного и неблагополучного развития речи у ребенка могут быть различны.

Хотелось бы обратить внимание родителей на тот факт, что речь малыша развивается стадияльно. Ребенок не может перепрыгнуть какой-то из этапов и сразу от молчания перейти к замечанию типа «каша пригорела». Если вы заметили какие-то проблемы в формировании речи вашего ребенка, то лучше не ждать 3 лет, а проконсультироваться у специалистов раньше.

Целесообразно обратиться за консультацией к детскому психологу, который даст вам заключение об уровне психического развития вашего малыша, включающее индивидуальную характеристику сенсорного, двигательного, когнитивного и эмоционального развития ребенка. Недоразвитие каждой из этих сфер может привести к задержке в формировании речи как средства общения.

Вы можете предварительно сориентироваться в возрастных требованиях к развитию речи ребенка раннего возраста по предложенным материалам, однако они носят ориентировочный характер, и окончательное заключение вы можете получить только после консультирования ребенка у логопеда.

Не откладывайте эту консультацию! Помните, что ваш ребенок может получить необходимую помощь только при своевременном обращении к специалистам. Можно слушать бесполезные советы, что ребенок и так заговорит, а затем все равно столкнуться с проблемой коррекции речевого недоразвития вашего ребенка, но только драгоценное время для раннего развития будет безвозвратно упущено. Ваши первоначальные трудности в организации общения с собственным ребенком могут быть многократно усилены его поведенческим и речевым негативизмом, который проявляется у всех детей ближе к 3 годам.

С другой стороны, детский организм чрезвычайно пластичен, большинство детей с успехом преодолевают серьезные проблемы в развитии речи при условии раннего начала логопедической помощи. Не стоит наобум приписывать маленькому ребенку серьезные логопедические диагнозы, о которых вы могли прочитать в интернет-изданиях или другой популярной литературе. Родительское внимание и квалифицированная педагогическая поддержка значат для развития ребенка в раннем возрасте существенно больше, чем любая попытка заочной диагностики или оценки развития. Наблюдайте за речевым развитием вашего малыша не со стороны, а как активные участники общения, фиксируйте для себя даже самые маленькие

---

речевые достижения ребенка, и результат – хорошее развитие речи – не заставит себя ждать.

### *Несовершенства детской речи*

Речь маленьких детей в период ее формирования всегда отличается недостатками звукопроизношения. Прежде всего, это вызвано недостаточным развитием движений органов артикуляционного аппарата: языка, губ, мягкого неба, нижней челюсти. Второй причиной является недостаточная сформированность речевого, или фонематического слуха, то есть способности воспринимать на слух и точно дифференцировать все звуки речи (фонемы).

Поэтому к началу дошкольного возраста, хотя ребенок уже в значительной степени овладевает речью, она еще недостаточно ясна и чиста по звучанию.

Понятно, что дети отличаются друг от друга как по степени развития фонематического восприятия, так и по развитию моторики речевого аппарата. Некоторым детям легко даются артикуляционные движения, и они с одного показа и объяснения могут усвоить произношение прежде недоступного для них звука. Другие плохо владеют своими речевыми органами, и нужна длительная тренировка для того, чтобы ребенок смог выполнить необходимое артикуляционное движение.

Большинство согласных звуков дошкольники произносят при широко распластанном языке, при этом выдох производится через рот по средней линии языка. Неправильное положение языка изменяет направление выдыхаемой воздушной струи и приводит к искаженному произношению звуков.

Наиболее типичными возрастными несовершенствами звукопроизношения у детей трехлетнего возраста являются следующие:

согласные звуки произносятся смягченно:

- согласные звуки произносятся смягченно: «сюлоськи» (чулочки), «толь» (стол), «зюби» (зубы), «скамееська» (скамеечка). Значительно реже, но все-таки наблюдаются обратные явления — замена мягких фонем твердыми: «тота» (тетя), «мыська» (мишка), «Луба» (Люба);

- большинство детей не произносит шипящих фонем ш, ж, ч, щ и заменяет их обычно свистящими с, з: «лосадка» (лошадка), «сапка» (шапка), «зук» (жук), «нозик» (ножик), «девоська» (девочка), «сетка» (щетка);

- дети совсем не произносят звук р: «ука» (рука), «ыба» (рыба) или заменяют его другими звуками — л, л', в, й: «колова» (корова), «лот»(рот), «леза»(роза), «кавман» (карман), «йак» (рак);

- 
- звук л чаще всего смягчается: «люза» (лужа), «толь» (стол). Нередко л заменяется й: «туй» (стул), «той» (стол), «йампа» (лампа);
  - звуки г, к, х или отсутствуют, или заменяются т и д: «дуси» (гуси), «тоска» (кошка), «тлеп» (хлеб).

Кроме того, в этом возрасте детям трудно дается произношение двух-трех рядом стоящих согласных звуков. Чаще ребенок произносит лишь один из звуков. Неударные слоги нередко выпадают, звуки и слоги переставляются, взаимно уподобляются, особенно в длинных и новых словах: «тол» (*стол*), «леп» (*хлеб*), «ципенок» (*цыпленок*), «мицинел» (*милиционер*), «мачик» (*мальчик*) «плесин» (*апельсин*), «мнемножко» (*немножко*).

Постепенно все эти недочеты уменьшаются, а к четырем-пяти годам многие дети овладевают правильным звукопроизношением<sup>15</sup>.

#### *Причины речевых нарушений*

Почему же так? Одни говорят красиво и без запинки, четко произносят каждый звук, обладают прекрасной дикцией и хорошим тембром голоса, а другие испытывают серьезные трудности в произношении, говорят не внятно и трудно. Слушать таких людей нелегко, а понять еще труднее. Этот вопрос интересовал человечество с тех пор, как оно заговорило.

Под *причиной нарушений речи* понимают воздействие на организм внешнего или внутреннего вредоносного фактора или их взаимодействия, которые определяют специфику речевого расстройства и без которых последнее не может возникнуть. Таким образом, существует две группы причин, приводящим к нарушениям речи: *внутренние* (эндогенные) и *внешние* (экзогенные).

Внутренние (эндогенные) причины речевых нарушений. В зависимости от времени воздействия этих факторов выделяют внутриутробную патологию (воздействие в период внутриутробного развития).

Внутриутробная патология часто сочетается с повреждением нервной системы ребенка при родах. Такие поражения нервной системы ребенка объединяют различные патологические состояния, обусловленные воздействием на плод вредоносных факторов во внутриутробном периоде, во время родов и в первые дни после рождения.

Сюда относятся:

---

<sup>15</sup> Филичева Т. Б. и др. Основы логопедии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Педагогика и психология (дошк.)» / Т. Б. Филичева, Н. А. Чевелева, Г. В. Чиркина. — М.: Просвещение, 1989.—223 с.

---

1. Заболевания матери во время беременности (сердечные заболевания, заболевания печени, почек, легочные заболевания диабет, гипотония, положительная антиглобулиновая проба, инфекционные заболевания мочевого тракта) общие заболевания, требующие лечения.

2. Отягащенная наследственность (диабет, гипертония, пороки развития, генетические и психические заболевания).

3. Аллергии матери.

4. Токсикоз беременности, не зависимо от срока беременности.

5. Иммунологическая несовместимость крови матери и плода (по резус-фактору и другим антигенам эритроцитов). Резус или групповые антитела, проникая через плаценту, вызывают распад эритроцитов плода. В результате из эритроцитов выделяется токсическое для ЦНС вещество - непрямой билирубин. Под его влиянием поражаются подкорковые отделы мозга, слуховые ядра, что приводит к специфическим нарушениям звукопроизводительной стороны речи в сочетании с нарушением слуха (чаще всего незначительном его снижении, которое обнаруживается только после специального сурдологического и логопедического обследования).

6. Многообразная акушерская патология (узкий таз, затяжные или стремительные роды, преждевременное отхождение вод, обвитие пуповиной, неправильное предлежание плода многоплодная беременность, многоводие, недостаточность плаценты).

7. Курение во время беременности, употребление алкоголя. В настоящее время изучена клиническая картина различных нарушений развития плода и ребенка алкогольно-эмбриопатического генеза (происхождения), сочетающаяся с нарушениями речи. Научно доказано влияние алкоголя (даже минимальные дозы: пиво, коктейли, слабое вино) на возникновение различных дефектов речи, описан алкогольный эмбриопатический синдром, включающий отставание физического, речевого и умственного развития.

8. Состояние после лечения бесплодия, преждевременных родов (до конца 37 недели беременности), осложненных родов (кесарева сечения), 2 и более выкидышей (абортов).

9. Короткий промежуток между двумя беременностями (менее 1 года).

10. Аномалии скелета (нарушение осанки матери). При плохой осанке зачастую возникает перекос костей таза, что затрудняет роды. Беременности до достижения 18 лет или после 40 лет.

11. Особые психические нагрузки (семейного или профессионального характера), нагрузки социального характера (экономические и материальные трудности, проблемы интеграции).

---

Основные причины повреждения нервной системы – *гипоксия* и *родовая травма*.

12. Гипоксия – это недостаточное снабжение кислородом тканей плаценты и плода.

Причиной гипоксии плода могут быть:

- пороки сердца у матери;
- бронхиты, связанные с курением во время беременности;
- ранние токсикозы (от 4 недель до 4 месяцев);
- гестозы;
- патология пуповины, узлы на ней, слишком короткая пуповина.

Гипоксия развивается и в том случае, если мать страдает анемией (низкий гемоглобин).

В результате развивается хроническая плацентарная недостаточность, и у плода уже значительно нарушается созревание структур головного мозга. Происходит это по следующей причине. Представьте себе роды. Матка стремительно выталкивает тело ребенка, туловище толкает перед собой массивную голову, которая раздвигает родовые пути, при этом толкает-то при помощи слабой, неразвитой шейки – ведь ребенок научится держать голову, на этой шейке спустя недели. Давление на шею, на шейные позвонки достигает нескольких десятков килограммов. А в шейных позвонках проходят необычайно важные позвоночные артерии, которые снабжают кровью мозг. Под давлением позвонки ротируют, смещаются влево-вправо, задевают нежную артерию. Отсюда – спазм артерии. В итоге – мозг на голодном пайке. Даже при кратковременной гипоксии в нервной системе плода и новорожденного возникают нарушения мозгового кровообращения. Длительно и неоднократно возникающие гипоксические состояния приводят к резким нарушениям мозгового кровообращения, к гибели нервных клеток, отвечающих за речь, внимание, поведение. У недоношенных детей гипоксические повреждения захватывают, в основном, подкорковые структуры мозга. У детей, родившихся в срок, чаще всего поражается кора головного мозга. Такие повреждения часто становятся своего рода переходным этапом между острым и хроническим поражением мозга и составляют основу легкой дисфункции мозга.

13. Родовая травма – это местное повреждение плода, вызванное механическим воздействием непосредственно на плод во время родов.

Во время родов страдает позвоночник и, в первую очередь, его шейный отдел. Даже в процессе нормальных родов при прохождении ребенка через родовые пути происходит переразгибание головки в шейном отделе,

---

соскальзывание затылочной кости по отношению к 1-му шейному позвонку. В результате возможно патологическое смещение 2-х первых шейных позвонков по отношению друг к другу или состояние подвывиха. Травмируется система позвоночных артерий, по которым получает кровь ствол и другие отделы мозг. Возникает хроническая ишемия-недостаточность мозгового кровообращения, поэтому и расстраиваются функции головного мозга. А в результате страдают те его структуры, которые отвечают за речь, внимание, поведение, эмоции.

*Внешние (экзогенные) причины речевых нарушений.*

Для нормального речевого развития ребенка общение должно быть значимым, проходить на эмоциональном положительном фоне и побуждать к ответу. Ему недостаточно просто слышать звуки (радио, телевизор, магнитофон), необходимо, прежде всего, прямое общение с взрослыми на основе характерной для данного возрастного этапа ведущей формы деятельности. Важным стимулом развития речи является изменение формы общения ребенка с взрослым. Так, если не происходит замена эмоционального общения, характерного для 1 года жизни, на предметно-действенное общение с 2-3-летним ребенком, то появляется серьезная угроза возникновения задержки психического развития.

Речь ребенка нарушается и задерживается в отсутствие эмоционального положительно окружения.

Речь развивается по подражанию, поэтому некоторые речевые нарушения (заикание, нечеткость произношения, нарушение темпа речи) могут иметь в своей основе подражание.

Речевые нарушения часто могут возникать при различных психических травмах (испуг, переживание в связи с разлукой с близкими людьми, длительная психотравмирующая ситуация в семье). Это задерживает развитие речи, а в ряде случаев, особенно при острых психических травмах, вызывает у ребенка, психогенные речевые расстройства: мутизм (полный отказ от речевого общения), невротическое заикание<sup>16</sup>.

Также влияет общая физическая слабость организма, незрелость, обусловленная недоношенностью, рахит. Различные нарушения обмена веществ, заболевания внутренних органов.

Таким образом, любое общее или нервно-психическое заболевание ребенка первых лет жизни обычно сопровождается нарушением речевого развития.

---

<sup>16</sup> Русанова Л.С. Влияние социально-психологических особенностей семьи на речевое развитие ребенка: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 2017. – 25 с.

---

Следует обращать внимание на любые мелочи, которые на самом деле могут свидетельствовать о серьезных проблемах. Не ждите, по совету знакомых или друзей, времени, когда и «так все пройдет». Хороший результат достигается только упорным трудом и заботой близких людей!

### *О задержке речевого развития у детей*

Задержка речевого развития и различные нарушения речи могут быть вследствие недоразвития или поражения мозга, а так же центральной нервной системы во внутриутробном периоде, в момент родов или после рождения. *Факторами, приводящими к дальнейшим проблемам в развитии*, являются: угроза выкидыша во время беременности; длительный токсикоз; перенесенные беременной простудные и инфекционные заболевания; прием лекарств, противопоказанных во время беременности; наличие у беременной хронических заболеваний; наличие вредных привычек (табак, алкоголь, наркотики); гипоксия плода; стремительные или наоборот затяжные роды; недоношенность плода или наоборот; несовместимость крови матери и плода; асфиксия; травма во время родов; внутричерепное давление; внутричерепные кровоизлияния; ряд инфекционных заболеваний, перенесенных ребенком до двух лет; черепно-мозговые травмы и др. Вы можете сказать: «Да у меня половина из перечисленного списка имело место быть, и ничего ребенок нормальный!» В таком случае Вам либо очень повезло, либо Вы не видите проблем, либо не хотите их видеть, либо увидите их позже.

В возникновении речевых трудностей большую роль играет и социальный фактор: правильное речевое окружение ребенка и наличие благоприятной психологической обстановки.

В развитии речевой функции ребенка выделяют *три критических периода*. В эти периоды родителям необходимо быть особенно внимательными к своим детям.

*Первый период* (1-2 года), когда формируются предпосылки речи и начинается речевое развитие, складываются основы коммуникативного поведения и движущей ее силой становится потребность в общении. В этом возрасте происходит наиболее интенсивное развитие корковых речевых зон, критическим периодом которого считается возраст ребенка 14 – 18 месяцев. Любые, даже как будто незначительные факторы, действующие в этом периоде, могут отразиться на развитии речи ребенка.

*Второй период* (3 года), когда интенсивно развивается связная речь, происходит переход от ситуационной речи к контекстной, что требует большой согласованности в работе центральной нервной системы (речедвигательного механизма, внимания, памяти, произвольности и т.д.). Возникающая некоторая рассогласованность в работе центральной нервной системы, в

---

нейроэндокринной и сосудистой регуляции приводит к изменению поведения, наблюдается упрямство, негативизм и т.д. Все это определяет большую ранимость речевой системы. Могут возникать заикание, мутизм, отставание речевого развития. Ребенок отказывается от речевого общения, появляется реакция протеста на завышенные к нему требования взрослых.

*Третий период* (6-7 лет) – начало развития письменной речи. Возрастает нагрузка на центральную нервную систему ребенка. При предъявлении завышенных требований могут происходить «срывы» нервной деятельности.

Часто задержка речевого развития бывает связана с задержкой психомоторного или психического развития. Кроха начинает позже, чем другие дети, держать головку, сидеть, ходить. Это как раз те симптомы, которые прежде всего должны насторожить взрослых.

Очень важно, чтобы родители, заметив у малыша признаки задержки речевого развития, не просто уповали на помощь специалистов, но и сами активно занимались с ребенком.

Большинство речевых нарушений проявляются в структуре различных психических и нервно-психологических расстройств. Расстройства речи представляют собой синдром, в структуре которого выделяются сложные и неоднозначные связи между речевыми и неречевыми симптомами. Иными словами речевые проблемы это следствие, а причины кроются либо в экзогенных (внешних) факторах, либо в эндогенных (внутренних) факторах. Позиция родителя, говорящего: «У нас все хорошо, только мы плохо говорим, но ничего, научится!», вызывает, по меньшей мере, недоумение. Конечно, он научиться говорить, но вопрос в том, когда и как<sup>17</sup>.

Поэтому, первое, что должны знать родители, заподозрившие у своего малыша проблемы с речью, — это то, что необходимо *провести комплексное психолого-медико-педагогическое обследование ребенка*.

### *Признаки задержки речевого развития*

1. Если ребенок в 4 месяца эмоционально не реагирует на жесты взрослых и не улыбается, не оживляется, когда к нему обращается мамочка.

2. Если ребенку уже 8-9 месяцев, а так и нет лепета (повторяющихся ба-ба-ба, па-па-та и т.п. сочетаний), а в год это на редкость тихий ребенок, мало издающий звуки.

3. Если ребенку уже полтора, а простых слов, например «мама» или «дай» он не говорит и не понимает простых слов - своего имени или названий окружающих предметов: не способен выполнить простейшие просьбы типа «иди сюда», «сядь», «дай».

---

<sup>17</sup> Бобылова М.Ю., Браудо Т.Е., Казакова М.В., Винярская И.В. Задержка речевого развития у детей: введение в терминологию / Бобылова М.Ю., Браудо Т.Е., Казакова М.В., Винярская И.В. // Русский журнал детской неврологии. – 2017. – № 1(12). – С. 56-62.

---

4. Если у ребенка есть трудности с сосанием или жеванием. Например, если полуторагодовалый ребенок не умеет жевать и давится даже кусочком яблока.

5. Если в два года ребенок использует только несколько отдельных слов и не пытается повторять новые слова.

6. Если в 2,5 года активный словарный запас менее 20 слов и словоподражаний. Не знает названий окружающих предметов и частей тела: не может по просьбе показать на знакомый предмет или принести что-либо, находящееся вне поля зрения. Если в этом возрасте не умеет составлять фразы из двух слов (например, «дай воды»).

7. Если трехлетний малыш говорит настолько непонятно, что его с трудом понимают даже родные. Он не говорит простых предложений (подлежащее, сказуемое, дополнение), не понимает простых объяснений или рассказов о событиях в прошлом или будущем.

8. Если трехлетний ребенок «тарахтит», то есть говорит слишком быстро, глотая окончания слов или, наоборот, крайне медленно, растягивая их, хотя дома примера такой речи нет.

9. Если в три года малыш зеркально повторяет то, что говорят при нем взрослые, пусть даже и к месту – это причина срочного обращения к специалисту.

10. Если у малыша любого возраста постоянно приоткрыт рот или наблюдается повышенное слюноотделение без явных причин (не связанное с ростом зубов).

### *Развитие детской речи*

С первых проявлений речи, именуемым гулением, в два-три месяца, необходимо всячески поддерживать радостное, улыбочное состояние ребенка, но не переутомляя его нервную систему. Малыш начинает прислушиваться к окружающим звукам; мелодичные звуки вызывают у него чувство удовлетворения, улыбку, а резкие (сердитый голос и т.д.) – плач. Следует поддерживать появляющийся у него лепет как здоровую основу будущей речи. Родители могут разговаривать с ребенком, повторять его лепетные звуки (да-да, ба-ба и др.), вызывая этим у него радостные чувства, стремление подражать им.

Несколько позже, к шести месяцам, можно таким же способом вызвать у малыша повторение отдельных слов: папа, мама и др. В это время начинается разговор с ребенком. В дальнейшем, с семи до десяти месяцев, для развития понимания речи следует называть громко и четко все, что привлекает внимание ребенка. Например, при встрече с кошкой мама скажет: Это киса. Киса, киса, мяу-мяу. Киса брысь! и т.д. можно петь ребенку песенки с хлопанием в ладоши, а затем научить его самого хлопать; поиграть (например:

---

Дай ручку!, До свиданья! и т.д.). Тренировка тонких движений пальцев рук оказывает большое влияние на развитие активной речи ребенка, так как речевой центр находится в коре головного мозга в одной области с двигательным. Сначала развиваются движения пальцев рук, а когда они достигают достаточной точности, начинается развитие речи. Так что работу по тренировке пальцев можно начинать, когда у ребенка появляется лепетная речь, то есть с шести-семи месяцев. В этот период полезно делать массаж (поглаживать кисти рук в направлении от кончиков пальцев к запястью) и упражнения (брать каждый пальчик ребенка по отдельности в свои пальцы, сгибать и разгибать его). Делать так надо ежедневно 2-3 минуты. С десятимесячного возраста следует давать ребенку перебирать сначала крупные предметы, затем более мелкие. Для этой цели хороши, например, деревянные раскрашенные бусы, сделанные из настольных счетов и нанизанные на нитку. В это же время, развивая у ребенка понимание речи, можно учить его выполнению некоторых самых простых поручений, просьб, например: Дай игрушку! Дай кису! Садись! и т.д.

Когда ребенок произнесет первое слово (примерно в десять – двенадцать месяцев), наступает самый ответственный этап участия матери и окружающих в развитии речи ребенка. При разговоре с ребенком, необходимо не торопясь, достаточно громко и отчетливо произносить каждый звук с соответствующими смыслу слова интонацией и темпом, четко выделять ударный слог (поэтому нельзя растягивать слово по слогам, так как при этом теряется ударение). Каждое новое слово должно быть понятно ребенку, то есть, произнося его, одновременно надо обратить внимание малыша на соответствующий предмет или действие и назвать несколько раз то, что он видит. Так закрепляется связь между названием предмета (словом) и самим предметом. Когда ребенок сам произносит новое слово или предложение, надо с радостью повторить сказанное им, похвалить: он охотнее будет разговаривать, и развитие речи пойдет быстрее.

*Для развития речи полезны игры.* Например, взрослый вынимает из мешочка или коробочки разные предметы и игрушки, произнося, например: Это что? Это собачка – ав-ав. Посмотрим собачку. Хорошая собачка (погладить ее). На собачку. Дай собачку и т.д. То же самое можно говорить, рассматривая картинки с изображением птиц, животных. Очень полезно воспроизводить звуки, ими издаваемые, чтобы ребенок запомнил и впоследствии сам произносил эти звукоподражания. В дальнейшем, в течение второго года жизни малыша, надо чаще применять речевые игры, инсценировать сказки, используя звукоподражания.

После двух лет можно усложнять игры, пополняя словарь малыша новыми словами. Уже следует отучать ребенка пользоваться «детскими», лепетными

---

словами, взрослым желательно в разговоре с ребенком употреблять обычные: кошка, корова, собака и так далее, односложные предложения заменять двух- и трехсловными; помогать ему вместо жестов пользоваться словами. Например, если малыш, желая получить мяч, указывает на него рукой, надо сказать: Ты хочешь мяч? Скажи: дай мне мяч и т.д. В этом возрасте уже нужно учить детей правильному, четкому произношению звуков, слогов и слов. Хорошо для этого подходят игры с движением. Например: «Машина». Ребенок стоит на месте, руками крутит руль и произносит би-би; «Барабанщик». Ребенок марширует, ударяет в барабан и произносит ба-ба-ба. Игру с ребенком, действия при его умывании, одевании, кормлении полезно сопровождать словами песенок и потешек. Постепенно малыш начинает их узнавать, а позднее сам приговаривать. Наиболее любимы детьми песенки игрового характера: «Пальчик-мальчик», «Водичка, водичка». Благодаря прослушиванию потешек, словарь ребенка пополняется новыми словами (например: щечки, роток, глазки и др.), развивается умение строить предложения. Наблюдения за природными явлениями, птицами, животными тоже можно сопровождать чтением стихотворных текстов. От этого детские впечатления станут более яркими и точными. Например, радость ребенка при виде неожиданно выглянувшего солнца станет еще больше, если в это время он услышит слова песенки «Солнышко-ведрышко». Читая потешки («Курочка-рябушечка», «Кисонька-мурысенька» и др.), можно учить малышей звукоподражанию птицам и животным.

Инсценирование сказок («Репка», «Теремок», «Колобок» и др.) с помощью игрушек, настольного или кукольного театра помогает детям понять их смысл. Чем чаще родители будут разговаривать с ребенком, разумеется, не переутомляя его, и доступным, правильным языком рассказывать ему сказки; разучивать вместе с ним стихотворения, потешки; играть, тем скорее он овладеет правильной речью.

### РАЗДЕЛ 3. ОБ ЭМОЦИОНАЛЬНОМ РАЗВИТИИ И ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЯХ

*Солондаев В.К., к.псих.н.;*  
*Семенова А.А., педагог-психолог*  
*высшей квалификационной категории;*  
*Смирнова Е.В., педагог-психолог*  
*первой квалификационной категории*

#### *Детско-родительские отношения*

Когда люди решают завести детей, как правило, они ожидают большую радость в предстоящей жизни. Эта радость и надежда на будущее могут померкнуть, когда рождается ребенок с инвалидностью. Родители детей старшего возраста, которые получают инвалидность или становятся хронически больными, также имеют дело с горем и печалью<sup>18</sup>. Родители часто чувствуют глубокое чувство вины, как будто они вызвали инвалидность или болезни, и начинается долгий процесс, чтобы смириться не только с инвалидностью своего ребенка, но со своими личными эмоциями и чувствами других членов семьи, таких как братья и сестры, бабушки и дедушки, тети и дяди. Физический и эмоциональный стресс может приводить к тому, что родители будут перекладывать свое недовольство друг на друга, других детей или даже ребенка с инвалидностью или болезнью. Это может привести к проблемам в браке, а также к соперничеству между детьми, и даже жестокому обращению с ними<sup>19, 20</sup>.

Одним из наиболее важных аспектов любых человеческих отношений является общение. Общение – это обмен информацией для понимания между двумя или более людьми. Члены семьи должны делиться своими чувствами друг с другом, так, чтобы другой партнер не был вынужден догадываться о том, что чувствует другой. Обмен эмоциями, мыслями, чувствами и полезной информацией будет защищать от чувства изоляции и боли.

Братья и сестры больного ребенка могут испытывать те же эмоции, что чувствуют и родители (то есть горе, гнев, и вину), а у некоторых из них возникают страх и непонимание. Братья и сестры могут бояться, что они могут

<sup>18</sup> Клиническая психология / Под ред. Майнрада Перре, Урса Баумана. - СПб.: Питер, 2002. - 1312 с.

<sup>19</sup> Левченко И.Ю., Ткачёва В.В. Психологическая помощь семье, воспитывающей ребенка с отклонениями в развитии. - М.: Просвещение, 2008. - 239 с.

<sup>20</sup> Черников А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики. - М.: Класс, 2001. - 208 с.

---

«подхватить» инвалидность или, что даже они вызвали инвалидность своих братьев и сестер, пожелав маме не иметь нового ребенка. Братья и сестры также могут ревновать к тому, что ребенку с инвалидностью требуется уделять больше внимания для удовлетворения бытовых нужд. Братьям и сестрам, а также другим родственникам может быть неловко за ребенка или брата с инвалидностью или болезнью, они могут раздражаться на него, добавляя стресс семейному положению. Чтобы избежать семейных проблем, некоторые родители направляют большую часть своего внимания на больного ребенка, чтобы избежать тесного взаимодействия со своим супругом или другими детьми. Это может ухудшить ситуацию, создавая нездоровую связь между родителем и ребенком, принимая во внимание акцент на болезнь или инвалидность ребенка.<sup>21</sup>

Необходим обмен информацией о болезни, инвалидности ребенка, врачебной диагностике с членами семьи, которые участвуют в жизни ребенка с инвалидностью, чтобы лучше понять потребности ребенка. Братья и сестры могут чувствовать ревность, смущение и, естественно, покинутость из-за высокой степени внимания к ребенку с инвалидностью или хроническим заболеванием. Важно обучать братьев и сестер и других членов семьи, чтобы они больше понимали и принимали брата/сестру. Хотя обучение членов семьи на первый взгляд может показаться сложной задачей, на самом деле этот процесс может быть быстрым и безболезненным. Важно отметить, что образование должно быть непрерывным процессом. В то время как ребенок естественно растет, изменяется и состояние болезни или инвалидности. Родители могут также стимулировать других детей к самообразованию через чтение. При совместном чтении нужно убедиться, что материал доступен детям по возрасту. Есть много детских книг, которые описывают особенности инвалидности таким образом, что детям вполне понятно и не страшно. Это может оказать помощь братьям и сестрам для понимания того, с чем они имеют дело.

Родители, которые заботятся друг о друге и о других детях, дают своим детям стабильную, любящую атмосферу. Признаком силы, а не слабости будет поиск поддержки со стороны специалистов и других родителей, которые пережили те же испытания. Даже, если семья разделяется, каждый родитель может по-прежнему продолжать жить продуктивной жизнью<sup>22</sup>.

Для семьи, независимо от семейного положения, может быть полезным обращение за профессиональной консультацией. Консультирование может дать понимание того, что эмоции, отношения и чувства всех членов семьи (и

---

<sup>21</sup> Швайбович Е.А. Психолого-педагогическая поддержка родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья. - М., 2011.

<sup>22</sup> Боулби Джон Создание и разрушение эмоциональных связей. - М.: Академический Проект, 2004. - 232 с.

---

родителей, и детей) типичны. Специалист может предложить членам семьи возможность переориентировать свои эмоции во что-то положительное в интересах детей. Совместное времяпрепровождение с другими детьми является приоритетом. Братья и сестры должны знать, что они особенные, ценимые, любимые и не всегда на втором месте. Пусть их помощь по дому не воспринимается как обязанность, а получает благодарность. Также необходимо давать время на отдых вдали от семьи другим детям и самому ребенку с инвалидностью.<sup>23</sup>

### *Эмоциональное развитие*

*Эмоциональное развитие*, говоря простым языком, – процесс, в ходе которого человек становится хозяином своих эмоций. Что означает «стать хозяином своих эмоций»? Это означает, что должна быть «эмоция для человека, а не человек для эмоции». Но до такого положения вещей ребенку нужно дорасти, а родителям нужно его дорастить. Может быть это означает полный контроль своих эмоций и возможность почувствовать или перестать чувствовать «по своему желанию»? Вовсе нет.

Произвольно почувствовать или «выключить» эмоцию довольно редко получается, даже если принять таблетку. Чтобы достичь такого контроля, нужно было бы очень быстро делать сложные анализы крови и «сиюминутно» подбирать препарат и дозу. Причина – уже известные нам колебания физиологического состояния, они делают совершенно бесполезными все попытки произвольного управления эмоциями<sup>24</sup>.

*Эмоциональное развитие заключается в следующем:*

✓ Расширяется спектр переживаний.

Например, новорожденный ребенок умеет во всех ситуациях только «кричать» или «молчать». При молчании он чаще спит, а при крике чаще бодрствует. А уже через четыре года жизни ребенок может задумчиво грустить и не плакать в ожидании мамы; может подраться, почувствовать раскаяние и помириться после ссоры из-за любимой игрушки; а свою любимую игрушку ребенок любит совсем не той любовью, которой любит маму. Потом наступает дружба, которая бывает только в юности и приходит любовь со всем многообразием положительных и отрицательных, быстрых и медленных эмоций. А переживания родителей, которые наблюдают взросление детей одновременно с уходом своей молодости настолько сложны, что их почти невозможно описать. Фраза «вырастешь – узнаешь» говорится о том опыте,

---

<sup>23</sup> Петрова Е.А., Козьяков Р.В., Поташова И.И. Современные технологии работы с семьями, имеющими детей с ограниченными возможностями здоровья // Сб. материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». – М.: 2016.- 817-822 с.

<sup>24</sup> Принцип развития в современной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. - М.: Институт психологии РАН, 2016. - 479 с.

---

который нельзя передать, а нужно пережить, чтобы понять. Обычно это эмоциональный опыт.

✓ Расширяется осознание переживаний.

Маленькому ребенку хватает двух слов: «весело» и «грустно». А в юности для выражения своих чувств иногда настолько не хватает слов, что начинается художественное творчество – проще нарисовать, сыграть, станцевать, спеть, чем сказать. Взрослый эмоционально благополучный человек способен выдерживать жизнь во всем ее эмоциональном многообразии – горе, радость, страх, любовь, гордость, отвращение и др.

✓ Расширяются возможности контроля поведения.

Голодный новорожденный ребенок не пытается сдержать крик. Дошкольник может потерпеть несколько минут, если эмоция не слишком сильная. Подросток, которого сильно и несправедливо (невыносимо – по его мнению) обидели, сделав замечание, способен отложить «выяснение отношений» на несколько часов или даже дней. Взрослый профессионал за годы работы принимает такое количество критики (в том числе несправедливой) и совершает столько ошибок, что выдержать этот эмоциональный негатив «в чистом виде» было бы невозможно. Однако мы успешно учимся на своих болезненных ошибках, мы продолжаем профессиональную деятельность и нередко достигаем значительных успехов именно вопреки своим эмоциям.

### *Что делать родителям?*

Коротко говоря, родителям следует помогать в эмоциональном развитии ребенка<sup>25</sup>.

Во-первых, это – в интересах самих родителей. Все любят детей, но не все признаются, что больше любят добрых и воспитанных детей, а злых и невоспитанных почти совсем не любят.

Во-вторых, никто, кроме родителей или тех, кто заменяет родителей в эмоциональном развитии помочь не может. Для такой помощи нужна особая психологическая близость, особая связь, которая устанавливается в первые недели жизни легко, в первые пять лет с трудом. Потом такая связь может совсем не установиться, несмотря на огромные усилия обеих сторон. Все, что ребенок не сделает вместе с родителями, он будет делать потом самостоятельно. А делать все равно придется. Можно ли не делать? Можно, если отказаться от счастья в жизни. Многие, как ни странно, именно так и поступают. Но в этом вопросе каждый человек решает сам, когда вырастает настолько, чтобы принимать решения о своей жизни.

---

<sup>25</sup> Боулби Джон Создание и разрушение эмоциональных связей. - М.: Академический Проект, 2004. - 232 с.

---

### *Как помочь ребенку в эмоциональном развитии?*

Как мы уже знаем, эмоции есть всегда. Эмоции – энергия, а энергия безопасна тогда, когда она течет свободно. Если небольшой ручей перегородить, можно будет поставить мельницу. И такая «эмоциональная мельница» будет перемалывать все, что в нее попадет – и ребенка, и родителей.

Может возникнуть вполне оправданное опасение: стоит ли дать свободно проявляться отрицательным эмоциям? Не разрушат ли они ребенка вместе с родителями?

Для ответа на эти вопросы нам нужно, во-первых, понять, как предаются эмоции и как они «работают» в нашей жизни. Об этом здесь написано в соответствующих разделах.

Во-вторых, нам нужно вспомнить, что эмоции – реакция на ситуацию «внутри» или «снаружи» человека. Если эта ситуация хороша, мы испытываем приятные эмоции. Если не очень хороша – неприятные эмоции, которые «подталкивают» нас исправить положение вещей. Неприятные эмоции возникают почти неизбежно, ведь редко бывает так, чтобы подолгу ни внутри нас, ни снаружи не происходило ничего неприятного. В самой благополучной ситуации мы устаем, хотим есть, имеем разные физиологические потребности, которые становятся источником неприятных эмоций. Обычно эти эмоции достаточно слабые, но они есть. Поэтому мы меняем занятие, ложимся спать, едим, ходим в туалет и т. д.

Стоит бороться не с любыми неприятными эмоциями, а только с очень сильными и «тяжелыми». Для широкого использования можно дать только одну рекомендацию по борьбе с эмоциями – обращаться к специалисту.

Главная рекомендация – эмоции должны течь свободно. Если эмоции долго только «плохие и невкусные», дело не в эмоциях, а в жизненной ситуации. Сразу поборем эмоции – потеряем ориентировку в ситуации и не сможем ее исправить. Исправим ситуацию – эмоции исправятся сами.

### *Как передаются эмоции?*

Эмоции передаются в общении. Здесь мы говорим об общении ребенка и родителя. Аналогии с общением друзей, сотрудников, супругов можно провести самостоятельно<sup>26</sup>.

---

<sup>26</sup> Варга А.Я. Введение в системную семейную психотерапию. - М.: Когито-Центр, 2009. - 182 с.

Сначала нам нужно понять, что эмоции передаются от ребенка к родителю – как на картинке:

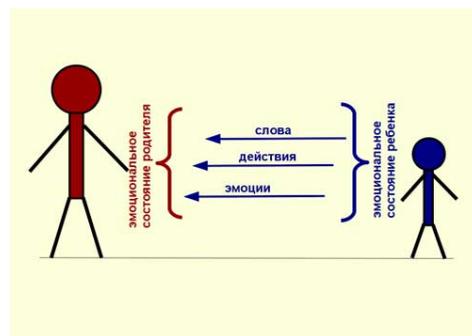


Рис. 1

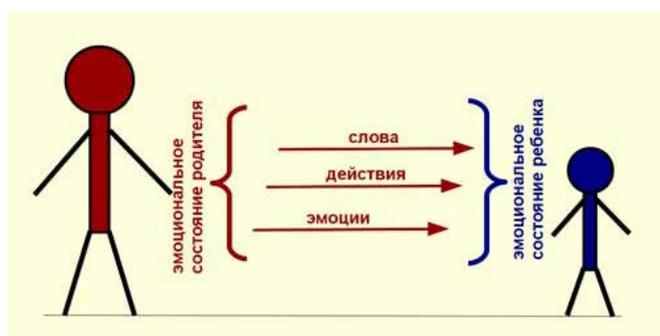


Рис. 2

И от родителя к ребенку эмоции передаются тоже – как на другой картинке:

Мы видим *три пути передачи эмоций*: слова, действия, сами эмоции.

Стоит обсудить эти пути подробнее.

1. Эмоции передаются через слова. Под словами мы имеем в виду только слова: «я рад/я рада», «я злюсь», «я устал/я устала», «я огорчен/я огорчена», «я в восторге» и т. п.

2. Эмоции передаются через действия или через поведение (последовательность нескольких действий).

Например, человек молча слушает рассказ ребенка о событиях в школе или садике, ужинает и ложится спать. Или ребенок после выступления на утреннике возвращается домой, не переодевшись, хватая телефон, звонит другу/подруге и рассказывает о выступлении. Это поведение (последовательность действий). По приведенным примерам поведения не скажешь точно, что именно чувствовали описанные персонажи, но одно не вызывает сомнений – какие-то чувства у них были.

3. Эмоции передаются сами по себе или «просто так» – как эмоции. Механизмы такой передачи давно и очень точно описаны в науке, но это описание слишком сложно для краткого изложения. Если мы наблюдаем, что происходит с нами, когда мы не общаемся, а просто находимся рядом с убитым горем, или рядом с переполненным радостью человеком, то заметим изменение в своих собственных эмоциях.

---

Когда мы знаем, что есть разные пути или разные каналы передачи эмоций, становится понятнее, что эмоции могут течь свободно, но не по любому каналу это течение будет безопасным.

Что можно сделать с прямой передачей эмоции? Почти ничего. Пока у нас есть эмоции (а они есть всегда), они будут передаваться окружающим, независимо от того, что мы при этом думаем, говорим, делаем.

Что можно сделать с передачей эмоции через действия и поведение? Кое-что существенное. Так можно «выплеснуть» негативные эмоции и успокоиться. Но безопасно это лишь в том случае, если мы умеем находить безвредные для окружающих действия. Ребенок, как и многие взрослые, обычно не слишком хорошо умеет без вреда для себя и окружающих «разряжать» эмоции в действии. Поэтому не во всяком действии эмоции могут течь свободно. «Плохие» действия должны пресекаться очень твердо и решительно, хотя есть и обязательное условие – открыть другой канал для эмоциональной энергии, ведь прекращая действие, мы не прекращаем эмоцию.

Что можно сделать с передачей эмоции через слова (через речь)? Почти все. Можно сказать что-то вроде: «мне так понравился зоопарк, что не хочу уходить, но хочется, есть, спать, пора уходить и от этого грустно и я сейчас заплачу». Конечно, для ребенка (и для взрослого тоже) сознательно прийти к такой фразе - очень сложная задача. Зато всем становится ясно, что поход в зоопарк не был напрасной тратой родительских денег и времени, что ребенку понравилось в зоопарке, что ребенок устал, хочет есть, спать, поэтому капризничает и плачет. Родителям было бы лучше заранее предусмотреть такую ситуацию, остановиться и покормить ребенка взятыми из дома фруктами. В крайнем случае, даже гамбургеры и чипсы все-таки лучше скандала и испорченного настроения. Поспать на ходу не получится, но ребенку можно дать отдохнуть на скамейке, или он выспится через 15 минут в машине.

Две задачи родителей: во-первых, найти такие способы проявления любых эмоций, которые были бы безопасны для ребенка и окружающих (конструктивные); во-вторых, научить ребенка использовать конструктивные способы проявления эмоций. Идеально, когда к юношескому возрасту ребенок уже умеет сам находить конструктивные способы выражения эмоций в тех жизненных ситуациях, с которыми сталкивается постоянно.

### Что получается при передаче эмоций?

Семья – уникальное явление в жизни человека<sup>27</sup>. Больше нигде люди не бывают так близки столь долгое время. Возникает вопрос: что же получается за все это время в результате передачи эмоций от родителя к ребенку или от ребенка к родителю? Уже к первому месяцу жизни получается примерно то, что изображено на рисунке – «общий эмоциональный котел», в котором собираются эмоции детей и родителей. С годами этот котел растет вместе с ребенком.

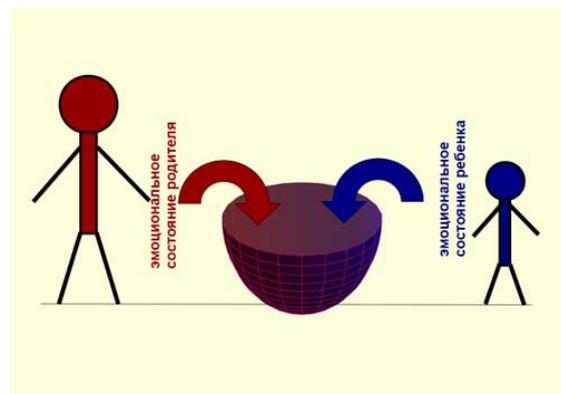


Рис. 3

Если мы отчетливо представим себе этот эмоциональный котел, то станет понятно, почему родители так легко выходят из себя, когда ребенок отказывается выполнять их требования. Сначала родители спокойны. Ребенок тоже спокоен, например, он играет на улице (или дома в компьютере). Приходит время обеда, на стол накрывается «обед выходного дня» и родители зовут увлеченно играющего ребенка. Пока родители предвкушают совместный семейный обед и не предполагают, что необходимость бросить игру «на самом интересном месте» – сильный стресс, который вызывает ярость ребенка. Ребенок, которого оторвали от игры, приходит в ярость. Ярость ребенка вливается в общий эмоциональный котел по всем трем каналам, или только по одному из них, сейчас не так важно. Родители зачерпывают из общего котла эмоции ребенка, сами приходят в ярость и добавляют в общий котел свои негативные эмоции, которые зачерпывает ребенок.... Результат – скандал и испорченная половина дня.

Что можно было бы сделать? Можно было бы создать временной барьер между ребенком и общим эмоциональным котлом. Ребенок, отрываемый от любимого занятия, чувствует ярость – это нормально. Если дать ребенку «еще 15 минут», он успеет немножко успокоиться, может быть даже почувствует голод. А через полчаса он уже сам будет готов прийти к столу. Но чтобы создать временной барьер, нужно иметь время. Ребенка нужно позвать к столу за полчаса. А вдруг он прибежит сразу и рассердится, что еще не все готово? Тогда нужно будет срочно занять его чем-то приятным, связанным с подготовкой «обеда выходного дня».

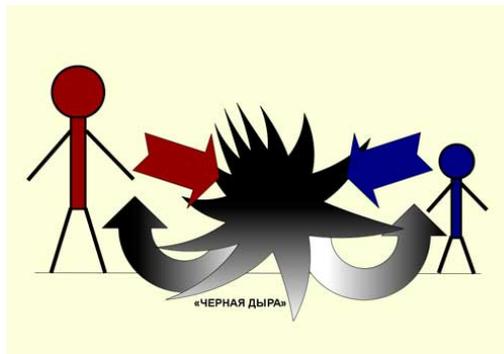
Можно поступить и совсем иначе, например, научить ребенка справляться с яростью. Если родители готовы спокойно выслушать возмущение ребенка, оторванного от любимой игры, ребенок сможет удержаться от других проявлений ярости – энергия «вытечет» в слова.

<sup>27</sup> Семья, брак и родительство в современной России. - М.: Когито-центр, 2014. С. 223-228.

### Когда обращаться к специалистам?

Теперь мы лучше знаем, что такое эмоции, как они передаются, как складывается эмоциональный климат. Мы знаем, что эмоциями можно управлять по-разному, в зависимости от многих моментов. Но стоит знать и признаки ситуации, в которой требуется помощь специалиста.

Основных групп ситуаций, с которыми лучше справиться при поддержке специалиста две: когда эмоции сами собой возникают (эмоциональный вулкан) и когда эмоции сами по себе пропадают (черная дыра).



Когда мы обсуждали общий эмоциональный котел, мы говорили, что дети и родители вливают свои эмоции в этот котел и зачерпывают из него «общие» эмоции<sup>28</sup>. Когда этот процесс более-менее поддается контролю, можно считать, что все благополучно. Но иногда мы ничего не зачерпываем, а бурные эмоции поднимаются «сами собой» и удержать их не проще, чем поток лавы из жерла вулкана. Не стоит беспокоиться, если такие «извержения вулкана» – привычное дело, все к ним привыкли и это не мешает жить. Люди столетиями живут на склонах вулканов. И многим это нравится. Если «извержение вулкана» случилось впервые, оно вовсе не обязательно помешает дальнейшей жизни. Даже в самом спокойном климате иногда бывают бури. Если эмоции не мешают жить, к специалистам обращаться не обязательно.

Оценить, мешают ли эмоции в жизни, по объективным критериям почти невозможно. Понятно, что если в приступе ярости бегать за соседями с топором, последуют меры принудительного воздействия. Но мы не говорим здесь об очевидных вещах. В относительно нормальной ситуации человек, к счастью, имеет полную свободу выбора.

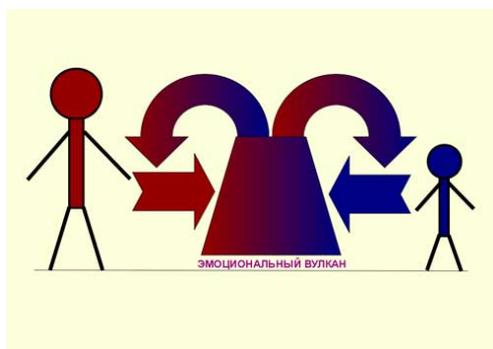


Рис. 5

<sup>28</sup> Варга А.Я. Введение в системную семейную психотерапию. - М.: Когито-Центр, 2009. - 182 с.

---

Ситуация, в которой эмоции «сами собой» пропадают - «черная дыра», – менее заметна, как эмоциональный вулкан. Но мы помним: муравьи маленькие, а могут разрушить большой дом. Многим не нравятся бурные эмоции. В эмоциональной жизни многое – дело вкуса. Сейчас мы говорим о ситуации, когда человек пришел (не важно, домой или на работу) с хорошим настроением, ничего плохого не случилось, а хорошее настроение пропало еще до обеденного перерыва или до ужина. Если мы радуемся – сначала сильно, потом меньше, потом успокаиваемся, все отлично. Но бывают ситуации, когда мы радуемся, а потом радость просто пропадает.

Вспомним про прямую передачу эмоций – если не произошло видимых изменений во внешней ситуации, или в самом человеке, то эмоция «сама собой» не пропадает. Обычно эмоция тает как снег весной – иногда очень быстро, но не мгновенно, во всяком случае мы обычно успеваем это заметить. Эмоция вдруг пропадает сама собой если откуда-то незаметно «пришла» другая эмоция и «прогнала» первую. И если все эмоции «убегают», становится как-то скучновато. Но в определенной ситуации человек может этому обрадоваться: «наконец-то я успокоился!»

Вообще сложно дать универсальный критерий определения «правильных» эмоций. Мы описали здесь лишь общие ориентиры, по которым заинтересованные родители смогут самостоятельно ориентироваться на пути к своей собственной жизненной цели.

### *Как правильно ругать и хвалить ребенка?*

#### *Как ругать ребенка*

Ругать ребенка приходится, хотя это не доставляет радости, ни ему, ни родителям. Во всяком случае, практически никому не удастся в своей жизни совершенно избежать порицаний. Но большинство детей вырастают здоровыми и счастливыми людьми. Когда приходится ругать, необходимо находить за один день по два повода для похвалы на каждое порицание. Чтобы ругать продуктивно, соблюдайте *несколько правил*:

1. Ругайте только за дело.
2. Ругайте коротко и понятно.
3. Ругайте всерьез. Лучше вообще не ругать, чем отругать, потом сразу улыбнуться и купить что-то вкусное. Купите просто так, через 20 минут, чтобы не связывать.
4. Поругали – остановитесь, сделайте паузу. На этом порицание закончено и вы снова своего ребенка любите.

Например, ребенок принес «двойку».

1. Учеба – дело важное, нужно отреагировать – дать отрицательное подкрепление, говоря научным языком.

---

2 – 3. Серьезно, коротко и ясно скажите, что вы рассержены или очень огорчены его поступком. На этом все. Оцените реакцию. Если покажется, что не обратил никакого внимания, понаблюдайте еще. Возможно, ребенок просто изображает независимость. Если расстроился, или даже заплакал, ни в коем случае не кидайтесь утешать. Сделайте паузу. Если услышал и понял, тем более сделайте паузу.

4. Даже если заплакал, тем более если не отреагировал внешне, сделайте паузу минут на пять-десять. Сами ничего ребенку не говорите. Если ребенок к вам обращается, реагируйте спокойно и вежливо. Дальнейшие обсуждения порицания и разговоры о нем прекращайте сразу: «об этом я тебе уже все сказал (сказала)».

Когда приходится ругать ребенка, нужно иметь в виду еще несколько моментов.

Можно «переругать», хотя нельзя «перехвалить». Поэтому если пришлось поругать, сделайте паузу и через полчаса-час найдите поводы похвалить – за что-то другое, конечно. Две похвалы на одно порицание – не много, как может показаться, а в самый раз. На взгляд взрослого похвалы могут быть по малозначимым поводам. Лишь бы хвалили за дело и всерьез. Похвалы не стирают в сознании ребенка порицание, а придают ему значимость. Если только ругать, человек быстро перестанет обращать на это внимание.

Порицание – не то же самое, что наказание. Наказание – действие, а порицание – слова. Нельзя на один и тоже поступок давать несколько отрицательных подкреплений. Если наказали, не ругайте. Если ругали, не наказывайте. Если ругал папа, маме ругать за то же самое уже нельзя – отрицательное подкрепление состоялось.

Порицание – неприятная, но неизбежная часть жизни. Необходимо относиться к нему спокойно. Опасение «перехвалить» всегда напрасно, но риск «переругать» существует и обычно перевешивает пользу от порицаний.

#### *Как хвалить ребенка*

Хвалить ребенка нужно. Хвалить ребенка полезно. И «перехвалить» почти невозможно, не стоит этого бояться. Только стоит соблюдать несколько очень важных условий. При их нарушении от похвалы будет намного меньше пользы, чем могло бы быть. Эти условия таковы:

1. Хвалить за дело.
2. Хвалить сразу.
3. Хвалить искренне.
4. Только хвалить, избегая длинных объяснений и рассуждений.

Например, младший школьник правильно выполнил задание учителя, получил поощрение и с гордостью рассказывает об это родителям, забирающим его из школы. Что должны сказать родители?

---

1. Учеба – дело важное и нужное, поэтому родители обязательно похвалить: «ты молодец, ты правильно сделал, мне очень приятно».

2. Родители не должны ждать пока придут домой и ребенок забудет о чем рассказывал. «Дорога ложка к обеду» – говорит народная мудрость. Хвалите сразу, как только сможете. Дома мама может рассказать папе, а папа пусть еще раз похвалит от своего имени, как только узнает от мамы.

3. Родители, конечно, могут думать о своих делах, а ребенка слушать в «пол уха». Но необходимо сосредоточиться, отыскать в себе искреннюю радость. В крайнем случае радость изобразить, хотя это рискованно – может не поверить. Хвалить нужно с искренним чувством, чтобы ребенок поверил в значимость для родителей своего поступка.

4. Когда похвалили, сделайте паузу, чтобы ребенок мог осмыслить и порадоваться. Длинные и совершенно правильные рассуждения о том, что «так надо всегда делать, потому что...» лучше оставить на тот случай, когда первый взрослый. похваливший ребенка. будет рассказывать о его успехе другому значимому взрослому. Если сразу начать объяснения. Ребенку придется отвлекаться на них от самой похвалы.

Чтобы оказать ребенку необходимую поддержку, хвалить нужно в день не меньше трех раз. Можно больше. Если получается десять – просто замечательно. В нашей культуре не очень принято хвалить, поэтому мы не рекомендуем сразу ставить перед собой задачу найти больше трех поводов. Три повода найдутся всегда: собрался в школу, учился в школе, вернулся из школы, что-то поделал дома, поел, погулял, лег спать. Если ребенка «не за что похвалить», значит родители просто не уделили его делам необходимого внимания. Не бойтесь перехвалить! Выполняя указанные выше четыре условия, «перехвалить ребенка» невозможно.

### *Родителям о детских страхах*

Все дети периодически испытывают страх, и это нормально. В возникновении страхов велика роль инстинкта самосохранения, предписывающего остерегаться неведомого, непонятого и реализующегося через страх чего-либо или кого-либо. Большинство страхов обусловлено возрастными особенностями детей и носят временный характер, если к ним правильно относиться. Существует определенная норма страхов для каждого возраста, совместимая с нормальным развитием психики ребенка. Эта норма несколько различна для девочек и мальчиков. Информацию о среднем количестве страхов в зависимости от возраста можно найти в публикациях известного Санкт-Петербургского психиатра, специалиста по детским страхам А.И. Захарова. Например, в возрасте 3-х лет нормой для мальчиков будет 9 страхов, для девочек – 7.

---

*Определенные страхи являются нормальным явлением* для конкретного возраста и связаны они с познанием ребенком окружающего мира и себя в этом мире<sup>29</sup>:

*8 месяцев* – боязнь незнакомых людей,

*1,5 года* – боязнь незнакомых детей (проходит к 2 – 2,5 годам), грозы, темноты, больших водных поверхностей, врачей, уколов.

*До 2-х лет*, ребенок задает вопросы взрослым: «что это?», «кто это?», он хочет знать: опасны для него эти «кто» и «что». В 2 года дети боятся неожиданных (непонятных) звуков, наказания со стороны родителей, поездов, транспорта, животных. Дети боятся засыпать в одиночестве.

*С 2-х до 3-х лет* дети задают вопросы: «где?», «куда?», «откуда?», «когда?». Возникают страхи, связанные с пространством. Дети боятся темного времени суток, одиночества, высоты. Дети боятся унитаза, ванной, бытовых приборов, теней на стене.

Большинство детских страхов исчезает по мере взросления ребенка, повышения уровня осведомленности, накопления жизненного опыта, дети как бы «перерастают» их. Но, тем не менее, родителям всегда следует обращать внимание на проявление страхов у ребенка. Отсутствие внимания к проблеме и помощи в нужное время может привести к болезненной заостренности страхов. Родителям необходимо владеть элементарными приемами психологической работы с детскими страхами и знать, как не усугубить состояние ребенка, а наоборот, помочь ему справиться со своими переживаниями.

#### *Советы родителям.*

1. Отнеситесь к страху ребенка серьезно и адекватно. Избегайте преуменьшения значимости страха и наоборот – преувеличения его значимости. Родители никогда не должны смеяться над признанием ребенка в том, что он чего-то боится, а уж тем более стыдить ребенка за испытываемый им страх. В первом случае ребенок будет испытывать обиду и разочарование в вас, как в родителях, во втором случае из чувства стыда ребенок начинает скрывать свой страх, и страх усиливается. Наиболее адекватным реагированием на страхи ребенка является внимание к ним, без ненужного беспокойства и драматизации.

2. Недооценивайте влияние страха на психику ребенка. Помните, что страх подчиняет себе такие психические процессы, как мышление, воображение, память и речь.

3. Пугающий объект перестает вызывать страх, если с ним поближе познакомиться. Малыши иной раз боятся незнакомых звуков, но, увидев источник этих звуков, тут же перестают обращать на них внимание. Из рассказа

---

<sup>29</sup> Клиническая психология / Под ред. Майнрада Перре, Урса Баумана. - СПб.: Питер, 2002. - 1312 с.

---

мамы Даши 2,5 лет: «В квартиру над нами заселились новые соседи с ребенком. По вечерам мальчик начитает громко топать ногами, прыгать, а мы как раз укладываемся спать. Даша стала бояться этих звуков. Я рассказала ей, что это бегаёт ребенок, но страх не прошёл. Тогда мы с Дашей пошли знакомиться с соседями. Она посмотрела на мальчика, на то, как он бегаёт по полу и перестала бояться».

4. Если страх выражен слабо или только что проявил себя, не надо фиксировать внимание ребенка на таком страхе. Займите ребенка интересной для него деятельностью, игрой, отвлеките его. В зависимости от возраста ребенка, через некоторое время можно завести с ребенком разговор о том, что люди испытывают разные чувства: радость, грусть, удивление, страх и т. д. Обсудите с ребенком, все ли чувства приносят пользу человеку. Сделайте совместный вывод о том, что и страх полезен, он помогает ребенку быть осторожным в некоторых ситуациях, мобилизовать организм на борьбу с неприятелем. Приведите в пример страх высоты, который помогает держать равновесие, придает удивительную устойчивость ногам, цепкость рукам, заставляет мозг по нескольку раз оценивать расстояние между высотой бревна, переладины и землей. Прочитайте ребенку рассказ «Смелый воробей» и обсудите с ребенком, как страх мобилизовал силы воробья и он смог прогнать кошку.

5. Первым шагом на пути преодоления страха является рассказ ребенка о страхе. Когда ребенок проговаривает вслух свои переживания, его тревога уменьшается. Задача взрослого – «правильно» послушать малыша, то есть применить навыки активного слушания и эмоционально поддержать его.

6. Рисование страха. Ребенок не всегда может рассказать о своем страхе в силу недостаточного речевого развития (особенно при задержке речевого развития), к тому же страх может вызвать блокировку спонтанной речи ребенка. Рисовать ребенок зачастую начинает раньше, чем хорошо говорить и для него это естественный способ общения с миром. Попросите ребенка нарисовать то, что его напугало. Посредством рисунка ребенок может безболезненно соприкоснуться с пугающими образами и ситуациями, как-то повлиять на них, что значительно снижает детскую тревогу (например, нарисованный страх можно разорвать, сжечь, можно сделать его смешным или жалким). Для вас как для родителя рисунок будет нести информацию о том, с какой сферой жизни ребенка связан страх, с каким объектом он связан и т. д.

7. Проигрывайте страхи. Игра для ребенка является наиболее адекватным способом выражения чувств, познания мира, отношений между людьми. Игра является самой привычной деятельностью для ребенка и несет много информации для наблюдательного взрослого. Игра терапевтична сама по себе, в игре ребенок может стать хозяином положения, устанавливать свои

---

правила, он властелин в этом мире, а значит сильнейший. Играя, ребенок в условном, символическом смысле переживает травмирующие жизненные обстоятельства, происходит их эмоциональное отреагирование и снижается напряжение. Если у ребенка есть возможность поиграть, он становится сам себе психотерапевтом.

8. Используйте сказки в борьбе со страхами. Язык метафор, встречающийся в сказках, – мощный инструмент воздействия на психику с целью помочь ребенку наладить отношения с окружающим миром. Родители могут использовать как готовые сказки, так и сочинять сказки сами. Каждая сказка содержит в себе главную проблему и пути ее решения. Сочиняя сказку, родители должны сделать так, что бы ребенок отождествил себя с героем сказки, который побеждает свои страхи тем или иным способом. Как показывает практика, дети переносят в реальную жизнь способы преодоления трудностей, услышанные в сказках, и успешно реализуют их. Существует много способов борьбы со страхами, и взрослые не могут знать точно, какой из них подходит для их ребенка. Предложите ребенку несколько сюжетов, что бы он мог выбрать для себя близкий по духу.

9. Всегда старайтесь найти истинную причину детского страха. Причины могут крыться как в возрастных особенностях ребенка, так и в событиях, происходящих внутри семьи или ближайшем окружении ребенка. Отсутствие должного внимания к причине страха может свести на нет все попытки избавить ребенка от него. Причины страхов могут быть самыми разнообразными: излишняя строгость по отношению к ребенку в семье, внушение страхов взрослыми или сверстниками, испуг, ранняя интеллектуализация ребенка, психотравма (развод родителей, смерть близкого человека, насилие).

10. Что же могут сделать родители *для профилактики детских страхов?*

11. Детей никогда не следует пугать ради послушания. По мере развития ребенка ему указывают на реальные опасности, но никогда не запугивают мнимыми коллизиями.

12. Не следует оставлять маленького ребенка одного в незнакомой ему обстановке, в ситуации, когда возможно появление чего-то неожиданного для ребенка. Ребенок должен оказаться в неизвестной еще ему ситуации только рядом с взрослым.

13. Не берите с собой ребенка на «взрослые» мероприятия – на стадионы, многочасовые шоу, эмоционально окрашенные зрелища, в гости, где будет большое скопление людей: чужие эмоции возбуждают и не дают возможности успокоиться.

14. Следите за своим эмоциональным состоянием. Дети с самого рождения очень чувствительны к эмоциональному состоянию мамы и других

---

близких. Ваше раздражение, напряжение, беспокойство легко передается малышу. Даже если причины вашего беспокойства связаны, например, с работой, ребенок просто «считает» эту эмоцию и тоже начнет беспокоиться.

15. Следите за своей речью, за тем, что вы говорите в присутствии ребенка. Многие слова взрослых дети понимают буквально, это связано с особенностями детской психики. Например, девочка четырех лет услышала слова бабушки, которая разговаривала по телефону: «В этом году муравьи на даче просто с ума сошли, пожирают все, что попадает на их пути». У девочки появился панический страх муравьев.

16. Избегайте переноса на ребенка своих страхов и переживаний. Много детских страхов возникает по вине взрослых. Страхами, как и вирусами, можно заразиться от людей, с которыми общаешься очень близко. Как показывает практика психологического консультирования, у детей часто бывают страхи их родителей (страхи, которые у родителей были в детстве и те, которые существуют в настоящий момент). Чаще всего это страхи животных, одиночества, детского сада. Будьте критичны к собственному состоянию и собственным страхам, чтобы оградить детей от переноса на них своих переживаний. Если вы сможете отделять свои чувства от чувств ребенка, этим вы облегчите жизнь и себе и ему.

17. Ребенок должен достаточно (по возрасту) ориентироваться в окружающем его мире. Неведение, низкий уровень ориентации ребенка в окружающем его мире провоцируют многие страхи. С другой стороны, излишняя информация (фильмы, художественные произведения), которую ребенок еще не в силах понять также может стимулировать возникновение страхов.

18. Не стремитесь к ранней интеллектуальной нагрузке ребенка, игнорирующей возрастные нормы восприятия и переработки информации (раннее чтение, письмо, математика): перегрузка, ситуация неуспеха ослабляет психологическую устойчивость и добавляет новые страхи.

19. Обратите особое внимание на развитие самостоятельности ребенка, она напрямую связана с уверенностью ребенка в себе и помогает бороться с робостью и тревожностью.

20. Не допускайте слишком большого напряжения внутрисемейных событий, не увлекайтесь порицаниями на повышенных тонах – это усиливает тревожность ребенка.

### *Готовим ребенка к детскому саду*

Многих родителей мысль о том, что рано или поздно надо будет отдать ребенка в садик, приводит в волнение, вызывает переживание: «А как все сложится?». Не надо переживать, надо действовать. Ведь именно от того, как

---

родители подготовят малыша к новому для него периоду жизни, во многом зависит, как сложится эта жизнь.

Детский сад – это новые условия, новое окружение, новые люди, это первый серьезный опыт социализации ребенка. Процесс вхождения ребенка в новую для него среду и болезненное привыкание к ее условиям принято называть адаптацией. Адаптацию в условиях дошкольного учреждения нужно рассматривать как приспособление функций организма ребенка к условиям существования в группе в отсутствие матери. Из привычного мира семьи ребенок попадает в совершенно новые условия многоликой детской среды и то, как будет проходить привыкание ребенка к новым для него условиям, во многом зависит от того, как взрослые в семье смогли подготовить малыша к этому ответственному периоду в его жизни.

Не каждый ребенок проходит длительный период привыкания. Есть трехгодовалые дети, которым начало детсадовской жизни дается легко. В то же время на консультацию к психологу приводят детей, которые не могут адаптироваться к садику и в четыре – пять лет.

Ребенок в период адаптации – живая модель стрессового состояния<sup>30</sup>. Стресс – это реакция на борьбу с трудностями, норма перехода от одних условий к другим. Стрессовое напряжение в период адаптации связано с изменением гормональной системы организма. На кору головного мозга действуют отрицательные эмоции, и организм на это реагирует системой защиты – изменениями в гормональной системе: гипоталамус, гипофиз, надпочечники выбрасывают в кровяное русло «гормон борьбы» норадреналин, в результате чего сосуды сужаются, сердце работает неровно, ребенок напряжен. Ослабевает иммунная система организма.

На уровне поведения ребенка родители могут наблюдать следующие проявления:

1. Нарушается сон, даже дома ребенок не может уснуть, а уснув, спит беспокойно, может просыпаться ночью с плачем и т. п.

2. Нарушаться аппетит. Ребенок может отказываться от пищи в садике и компенсировать это дома.

3. Меняется эмоциональное состояние ребенка. Дома ребенок не отпускает от себя мать, становится более плаксивым, пугливым или агрессивным. Как следствие этого могут возникнуть временные невротические проявления: сосание пальцев, энурез (недержание мочи), тики, страхи, запинки в речи, может меняться терморегуляция.

4. Ребенок чаще бегает в туалет, может происходить обезвоживание организма, если ребенка не поить, кожа становится более сухой, может появиться синюшность под глазами.

---

<sup>30</sup> Клиническая психология /Под ред. Майнрада Перре, Урса Баумана. - СПб.: Питер, 2002. - 1312 с.

---

5. Наблюдается временный регресс в игровой деятельности – ребенок, который хорошо играл дома до поступления в садик, становится пассивным, либо игра его становится примитивной; могут временно утрачиваться какие – то навыки, например, до поступления в садик ребенок хорошо рисовал, а теперь еле держит карандаш в руках.

6. Меняется общая активность: одни дети становятся вялыми и заторможенными, другие – гиперактивными, это зависит от типа нервной системы ребенка.

Адаптационный период условно делят на три этапа.

1. **Подготовительный.** Задача этапа – сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему максимально безболезненно приобщиться к новым для него условиям.

Подготовительный этап следует начинать примерно 1-2 месяца до предполагаемого приема ребенка в садик.

Готовя ребенка к посещению садика, родителям необходимо проанализировать, насколько стереотипы поведения ребенка дома соответствуют стереотипам поведения, которые приняты и существуют в детском дошкольном учреждении. Прежде всего, речь идет о следующих важных моментах:

✓ Способ кормления. В детском саду ребенку придется есть самостоятельно. Он должен уметь пользоваться ложкой, есть ложкой жидкую пищу, пить из кружки. Воспитатель будет докармливать ребенка лишь в случае острой необходимости.

Если ваш ребенок пьет только из бутылочки или кружки-непроливайки, не умеет использовать ложку по ее назначению, не ест сам, то обучению ребенка способам самостоятельного приема пищи необходимо заняться в подготовительный период.

✓ Рацион питания. В детском саду детям предлагают каши, супы, запеканки, суфле, биточки, рагу, кисели, компоты и т. д. Ребенку должны быть знакомы эти блюда. Достаточно часто дети отказываются есть в детском саду, т. к. воспринимают предлагаемую пищу как абсолютно незнакомую. Знакомым для них оказывается только хлеб!

✓ Способ засыпания. Предполагается, что ребенок должен самостоятельно засыпать, лежа в кроватке.

✓ Ребенку будет трудно привыкать, если домашний стереотип засыпания сильно отличается от требуемого в садике. Например, дома ребенок засыпает у вас на руках, вы укачиваете его в коляске, засыпает под определенную музыку.

✓ Навыки самостоятельности. Чем большим количеством навыков самообслуживания владеет ребенок, тем лучше. Научите ребенка мыть руки и

---

вытирать их полотенцем, пользоваться салфеткой и носовым платком, частично раздеться и одеться, снять и надеть обувь.

✓ Навыки гигиены. К моменту поступления в детский сад желательно, чтобы ребенок умел пользоваться горшком.

✓ Навыки общения. К моменту поступления в садик хорошо, если ребенок будет владеть элементарными навыками общения с взрослыми и детьми, привыкнет что-то делать вместе.

## 2. **Основной этап.** Начало систематического посещения детского сада.

Главная задача – создание положительного образа воспитателя. Постарайтесь установить с воспитателем доброжелательные отношения. Расскажите воспитателю о вашем ребенке, что он любит, как его легче успокоить, на что он реагирует особо болезненно.

Если есть возможность, то, в первые дни, лучше приводить ребенка только на прогулку – так ему проще познакомиться с воспитателями и другими детьми. Причем желательно приводить малыша не только на утреннюю, но и на вечернюю прогулку, когда можно обратить его внимание на то, как мамы и папы приходят за детьми, как они радостно встречаются. В первые дни, стоит приводить ребенка в группу позже 8 часов, чтобы он не был свидетелем слез и отрицательных эмоций других детей при расставании с мамами.

Ребенка сразу следует познакомить со всеми помещениями группы. Рассказать ему для чего они предназначены, когда ими пользуются, можно ли входить туда самостоятельно или только с разрешения взрослых.

В уставах большей части детских садов прописано, что родители имеют право присутствовать с ребенком в группе, правда с оговоркой «если это не нарушает режима». К сожалению, в большинстве случаев присутствие родителей в группе не одобряется, а практически запрещается. Максимум, что предлагается родителям после отправления ребенка в групповое помещение, – сидеть в коридоре, привлекая тем самым внимание ребенка к входной двери.

В первые дни время пребывания ребенка в детском саду должно быть сокращено до нескольких часов. Не следует оставлять ребенка на дневной сон, если он еще не привык к группе. Постепенно время пребывания в группе увеличивайте на 1 – 2 часа в день.

3. **Заключительный этап.** Ребенок остается в садике один на 2-4 часа, затем остается на сон.

В процессе привыкания в первую очередь нормализуется настроение, самочувствие, затем – аппетит, в последнюю очередь – сон.

Принято различать легкую, среднюю и тяжелую адаптацию.

*Легкая адаптация* (для детей раннего возраста в пределах месяца, дошкольного – 10-15 дней):

- 
- ✓ временное нарушение сна (нормализуется в течение 7-10 дней), аппетита (норма по истечении 10 дней),
  - ✓ неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетенное состояние, и т. д.), изменения в речевой, ориентировочной и игровой активности приходят в норму за 20-30 дней,
  - ✓ характер взаимоотношений со взрослыми и двигательная активность практически не меняются,
  - ✓ функциональные нарушения практически не выражены, заболеваний не возникает.

Нормативно основные симптомы исчезают в течение 2-3 недель.

*Средняя адаптация* (этап растягивается до 40 дней). Все нарушения выражены более ярко и длительно:

- ✓ сон и аппетит восстанавливаются в течение 20-40 дней,
- ✓ речевая активность в течение 30-40 дней.
- ✓ эмоциональное состояние – 30 дней,
- ✓ двигательная активность, претерпевающая значительные изменения, приходит в норму за 30-35 дней,
- ✓ взаимодействие со взрослыми и сверстниками не нарушается,
- ✓ функциональные нарушения отчетливо выражены, ребенок заболевает (например, ОРВИ).

*Тяжелая адаптация* (от 2 до 6 месяцев) сопровождается грубым нарушением всех проявлений и реакций ребенка. Данный тип адаптации отмечается у 10-15% детей: характеризуется снижением аппетита (иногда возникает рвота при кормлении или полный отказ от пищи), резким нарушением сна, ребенок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечаются проявления агрессии, подавленное состояние в течение долгого времени. Обычно видимые изменения происходят в речевой и двигательной активности.

При тяжелой адаптации, как правило, дети заболевают в течение первых десяти дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников.

#### *Сопровождение ребенка в период адаптации*

1. Разработайте свой собственный ритуал прощания. Например, пусть ребенок помашет вам рукой из окна, или по очереди из нескольких окон. Придумайте секретный пароль и повторяйте его, оставляя ребенка и возвращаясь за ним вечером. И скажите, что всегда думаете о нем, даже в разлуке.

2. У ребенка увеличивается потребность в тепле, нежности, любви, уделите ему больше внимания, меньше критикуйте его и «воспитывайте».

---

3. В присутствии ребенка изготовьте маленькую вещицу-амулет, которая всегда будет при ребенке в садике. Это может быть маленькая куколка из ткани или какое-то существо на веревочке, чтобы ребенок мог носить поделку на шее. Скажите ребенку, что эта куколка напомнит ему маму, когда ему будет грустно, и ему станет легче.

4. Для снятия психо-эмоционального напряжения после возвращения из садика способствуйте игре ребенка с неструктурированными материалами: водой, песком, пластилином, глиной (поставьте в ванной комнате таз с водой, мойте игрушки, запускайте кораблики, переливайте воду леечкой). Постарайтесь, чтобы ребенок больше двигался. Перед сном сделайте ребенку расслабляющий массаж в виде поглаживания.

5. В период адаптации нельзя разрушать любые привычки, в том числе вредные (например, сосание пальца), займитесь этим после того, как ребенок адаптируется.

6. Посоветуйтесь с врачом и применяйте адаптогены и седативные средства с целью уравнивания процессов возбуждения и торможения в коре головного мозга ребенка.

#### *Советы родителям, готовящим ребенка к детскому саду*

Настрой семьи, родителей.

При подготовке ребенка к садику очень важен ваш личный настрой и отношение семьи к этому факту<sup>31</sup>. Многие родители, осознавая необходимость и неизбежность этого события, боятся его, внутренне не готовы расстаться с ребенком. Это может быть связано с рядом причин: личный негативный опыт родителей, связанный с их детством и воспоминаниями о детском саде, высокая личностная тревожность родителей и т.д.

Ваш эмоциональный настрой легко может передаваться ребенку, обычно дети очень чувствительны и легко «считывают» тревогу родителей. Постарайтесь не обсуждать при ребенке, в том числе в телефонных разговорах, ваши переживания и опасения относительно детского сада, предполагаемые трудности ребенка в период адаптации. Будьте уверены, ребенок не только внимает, но и впитывает как губка! И пока на подсознательном уровне усваивает: готовится что-то неприятное.

Создание позитивного, но и правдоподобного образа детского сада у ребенка.

Постарайтесь создать у ребенка чувство определенности относительно детского сада. Расскажите ему, что это за место, почему детей отводят в детский сад, что дети там делают. Постарайтесь назвать какие-то привлекательные моменты в посещении детского сада, значимые именно для

---

<sup>31</sup> Варга А.Я. Введение в системную семейную психотерапию. - М.: Когито-Центр, 2009. - 182 с.

---

вашего ребенка (новые игрушки, научиться чему-то новому, найти друга, стать самостоятельным и т. д.). Покажите ребенку здание детского сада, погуляйте на участке, при возможности – зайдите внутрь, загляните в группу. Постарайтесь не идеализировать садик, но и не пугать им.

Хорошо если вы поиграете в детский сад с ребенком, используя имеющиеся дома игрушки. Мелкие куклы или мягкие игрушки могут быть детьми, игрушки более крупного размера – воспитателем (младшим воспитателем). Поиграйте в то, как родители приводят детей в детский сад и передают их воспитателю, как дети играют, моют руки, садятся есть, просятся в туалет и т. д., покажите ребенку все основные режимные моменты садика. Закончите игру приходом в садик родителей, которые забирают своих малышек, хвалят их, ведут домой.

Полезно будет рассказать ребенку историю – сказку про детский сад, где главный герой отправляется первый раз в садик с некоторым опасением, но опасения не оправдываются, он знакомится с ребятами, играет, гордится перед мамой, когда она его забирает, что стал таким самостоятельным, отпустил маму на работу.

Тренируйте адаптивные механизмы вашего ребенка.

Адаптивные возможности людей могут очень отличаться друг от друга. Одни дети легко и просто привыкают ко всему новому, другим, для того, чтобы привыкнуть, надо достаточно много времени. Наблюдая за своим ребенком в различных жизненных ситуациях, родители имеют представление о его адаптивных возможностях. Детский сад, зачастую, становится первым серьезным испытанием адаптационных возможностей ребенка. Задолго до садика начинайте тренировать адаптационные возможности своего ребенка. В социальном плане такая возможность не формируется сама по себе. Это качество требует определенной тренировки, которая должна усложняться с возрастом, но не должна превышать возрастных возможностей. Формирование этого важного качества должно идти параллельно с общей социализацией ребенка, с развитием его психики. Даже если ребенок не поступает в дошкольное учреждение, его все равно надо ставить в такие условия, когда ему необходимо будет менять свою форму поведения.

Тренируйте навыки общения ребенка с взрослыми и детьми.

Одни дети приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, выбирают, чем им заняться, и начинают играть. Другие делают это с меньшей уверенностью, больше наблюдают за воспитателем и выполняют предложенные им действия. Третьи проявляют по отношению к воспитателю негативизм, отклоняют все предложения, боятся не только расстаться, но и отойти от мамы, много и громко плачут. Чем же объясняется такое разное поведение детей?

---

Причины могут быть самыми разными, однако главной и основной причиной такого поведения является отсутствие у ребенка опыта общения с взрослыми и детьми. Особенно страдают при вхождении в группу те дети, опыт общения которых был сужен до минимума (мама – ребенок, бабушка – ребенок), ограничен рамками семьи (отец, мать, бабушка, дедушка). Знакомство с новыми людьми, установление с ними контакта весьма затруднительно для таких детей. Чем более узок был круг общения до поступления в детское учреждение, тем труднее ребенку, тем длительнее формируются у него отношения с воспитателем. Привязанность только к близким людям, умение общаться только с ними, неумение войти в контакт с незнакомыми людьми определяют характер поведения.

Когда у ребенка опыт общения со сверстниками ограничен, большое количество детей в группе вызывает у него страх, стремление уединиться, скрыться от всех. Такой ребенок, если у него есть положительный опыт общения с посторонними взрослыми, льнет к воспитателю, заглядывает ему в глаза, хочет убедиться в постоянной поддержке. Дети, у которых уже имеется положительный опыт общения с взрослыми и сверстниками, составляют самую благоприятную группу по характеру поведения, и привыкают они к детскому саду сравнительно быстро.

В процессе общения ребенок познает окружающих, узнает, как действовать в той или иной обстановке, учится устанавливать взаимоотношения с взрослыми и детьми. А главное, в общении он узнает себя, границы своих возможностей. Поэтому чем шире у ребенка практика общения, тем легче он входит в детский коллектив, и наоборот, чем меньше опыт ребенка, тем ему труднее.

Навык общения, как и любой другой навык, требует тренировки. Для расширения навыка общения с взрослыми используйте обычные бытовые ситуации. Например, войдя в транспорт, поручите ребенку обратиться к кондуктору и попросить билет, в магазине пусть ребенок попросит продавца что-то взвесить. Стимулируйте ребенка самостоятельно обращаться к взрослым, когда вы находитесь в гостях, на детской площадке. Поиграйте в детский сад, пусть вы или другой взрослый изобразит воспитателя, а ребенок попросит у воспитателя попить, скажет, что хочет в туалет и т. д.

Общаться с детьми ребенок научается постепенно, осваивая элементарные навыки, такие как: умение спросить имя, назвать свое имя, попросить игрушку, предложить свою игрушку в обмен на желаемую, просто играть рядом, не опасаясь другого ребенка. Для освоения таких навыков ребенок время от времени должен находиться рядом с другими детьми. Хороши для решения таких задач адаптационные группы, где вместе находятся несколько детей с мамами.

---

·Формируйте у ребенка навыки самостоятельности.

Необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности у ребенка. Ребенок умеющий есть, раздеваться, одеваться, пользоваться горшком, мыть и вытирать руки, в детском саду не будет чувствовать себя беспомощным, зависимым от взрослых, что положительно скажется на самочувствии. Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на некоторое время сгладить остроту отрицательных эмоций.

Приближайте стереотипы поведения дома, к принятым в садике.

Постарайтесь приблизить режимные моменты, существующие в вашей семье к ритму жизни садика. Это касается утреннего пробуждения, дневного сна, приема пищи, прогулок. Можно говорить ребенку: «А сейчас детки в детском саду ложатся спать (идут гулять, садятся обедать). Помните, чем больше расхождений, тем труднее будет ребенку привыкать к новому режиму.

Готовя ребенка к садика, особое внимание уделите рациону питания малыша. Приучите есть каши, разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле, пить компоты и кисели. Тогда в детском саду ребенок не будет отказываться от знакомой пищи и не останется голодным.

Большое значение имеют и такие моменты, как способ кормления, укладывания спать.

Для детского сада нужна удобная одежда и обувь. Возьмите ребенка с собой за покупками вещей. Выбирайте вещи максимально простые и удобные, без лишних застежек и пуговиц. Обувь должна быть на липучках или на молнии. Научиться завязывать шнурки ребенку трудно, поэтому пусть лучше учится завязывать их дома, без спешки.

Детский сад – серьезный вызов в жизни ребенка, большое испытание для малыша. А любое испытание – или ломает, или закаляет, делает сильнее, продвигает вперед в развитии – или отбрасывает назад. Способность ребенка адаптироваться не только в детском саду – но и в любом социуме – в большой степени зависит от психологической установки его родителей: понимают ли они, признают ли, что малыш – отдельное существо, призванное прожить свою особую жизнь, в которой ему самому придется искать себя и свой путь. Конечно в сопровождении мудрого и любящего взрослого.

### *Готовность к школе*

Зная, что такое психическое развитие и возрастные задачи развития, мы будем очень осторожно относиться к категорическим оценкам: ребенок к школе готов или не готов<sup>32</sup>.

---

<sup>32</sup> Принцип развития в современной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. - М.: Институт психологии РАН, 2016. - 479 с.

---

Во-первых, готовность к школе нужно разделять на психологическую готовность и на освоение определенных навыков. Психологическая готовность – успешное решение задач развития дошкольного возраста. Владение навыками – развитие речи и произвольного контроля своего поведения, которое проверяется при выполнении разнообразных заданий. Чтение, письмо и счет – не главные и не единственные критерии готовности к школе.

Во-вторых, путаница в представлениях о готовности к школе возникает из-за того, что ни по отдельности, ни вместе, владение навыками и психологическая готовность не гарантируют успеха на 100%. Хотя бы потому, что в жизни почти не бывает 100% владения навыками и 100% решения возрастных задач развития. Приведем простую аналогию. Мало кто, даже из весьма состоятельных взрослых, рискнет сказать, что умеет зарабатывать деньги и уверен, что до конца жизни в любой ситуации не будет испытывать денежных затруднений.

Скорее всего, ребенок, который готов психологически и владеет навыками, будет успешно развиваться в школе. Но этого нельзя гарантировать! Гарантия успеха на 100% – всегда обман, который должен насторожить родителей. В действительности надо попробовать и оценить предварительные результаты, чтобы сказать что и как будет получаться у ребенка.

Готовность к школе может принимать самые разные формы. Трудно сказать, что лучше – психологическая готовность при отсутствии навыков или наоборот. В обоих случаях у ребенка возникнут сложности. Но и при оптимальной готовности сложности тоже возникнут.

Сложности – нормальная черта развития! Развитие в научном понимании обозначает именно процесс преодоления сложностей и трудностей. «Беспроблемного» развития не бывает. Только, конечно, не надо намеренно создавать ребенку трудности, лучше пусть жизнь сама об этом позаботится. И развитие ребенка не означает, что родители будут переживать проблемы ребенка как свои. Родители могут совершенно спокойно не замечать проблем ребенка, если он их успешно решает. У родителей свои задачи развития, а у ребенка свои. Только когда, преодолевая неизбежные трудности, и родители, и ребенок успешно решают свои возрастные задачи, им кажется, что «жизнь легка и проста». А полное отсутствие трудностей, которое, к счастью, редко встречается, приводит к очень неприятным психологическим последствиям.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аскарина Н.М., Кистяковская М.Ю., Ладыгина Н.Ф., Эйгес Н.Р. Развитие и воспитание ребенка от рождения до трех лет/Щелованова Н.М. — М.: Просвещение, 1969. — 179 с.
2. Антропов Ю.Ф., Шевченко Ю.С. Психосоматические расстройства у детей.— М.: Издательство НГМА , 2000. —320 с.
3. Борисенко М.Г. Начинаем говорить. Развитие речи: От 0 до 3 лет / М. Г. Борисенко, Н. А. Лукина. – СПб.: Паритет, 2004. – 157 с.
4. Бобылова М.Ю., Браудо Т.Е., Казакова М.В., Винярская И.В. Задержка речевого развития у детей: введение в терминологию / Бобылова М.Ю., Браудо Т.Е., Казакова М.В., Винярская И.В. // Русский журнал детской неврологии. – 2017. – № 1(12). – С. 56-62.
5. Боулби Джон Создание и разрушение эмоциональных связей. – М.: Академический Проект, 2004. – 232 с.
6. Варга А.Я. Введение в системную семейную психотерапию. — М.: Когито-Центр, 2009. — 182 с.
7. Информация о численности детей - инвалидов в Российской Федерации, федеральных округах и субъектах РФ в разрезе пола, возраста и причин инвалидности, а также о доле детей-инвалидов в общей численности инвалидов. Процент инвалидизации детей – инвалидов: доля детей - инвалидов в общей численности населения.[Электронный ресурс] – URL: <https://sfri.ru/analitika/chislennost/chislennost-detei?territory=1//> (дата обращения: 14.10.2019)
8. Клиническая психология / Под ред. Майнрада Перре, Урса Баумана. — СПб.: Питер, 2002. — 1312 с.
9. Левченко И.Ю., Ткачёва В.В. Психологическая помощь семье, воспитывающей ребенка с отклонениями в развитии. — М.: Просвещение, 2008. — 239 с.
10. Ньюмен С. Игры и занятия с особым ребенком. Руководство для родителей — М.: ,Теревинф, 2004. — 240 с.
11. О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 год: Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204//Собрание законодательства Российской Федерации от 2018 г. , N 20 , ст. 2817.

- 
12. Общение и речь: Развитие речи у детей в общении со взрослыми /Под ред. М. И. Лисиной; Науч.-исслед. ин-т общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР. – М.: Педагогика, 1985. – 208 с.
13. Путин В.В. Послание Президента Федеральному Собранию [Электронный ресурс]: от 01.03.2018 – URL: <http://kremlin.ru/events/president/news/56957>
14. Петрова Е.А., Козьяков Р.В., Поташова И.И. Современные технологии работы с семьями, имеющими детей с ограниченными возможностями здоровья // Сб. материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». – М.: 2016. – 817-822 с.
15. Принцип развития в современной психологии / Отв. ред. А. Л. Журавлев, Е. А. Сергиенко. — М.: Институт психологии РАН, 2016. — 479 с.
16. Психологическая наука в России XX столетия: проблемы теории и истории / Под ред. А.В. Брушлинского. — М.: Издательство «Институт психологии РАН», 1997. — 576 с.
17. Русанова Л.С. Влияние социально-психологических особенностей семьи на речевое развитие ребенка: автореф. дис. ... канд. психол. наук. – М., 2017. – 25 с.
18. Скворцов И.А. Детство нервной системы – 3-е изд. – М.: МЕДпресс-информ, 2004. – 176 с.
19. Смирнова Е.О., Авдеева К.Н., Галигузова Л.Н. и др. Воспитание детей раннего возраста. — М.: Просвещение, 1996. — 160 с.
20. Смирнова Е.О., Галигузова Л.Н., Ермолова Т.В., Мещерякова С.Ю. Диагностика психического развития детей от рождения до Злет. Методическое пособие для практических психологов. – СПб.: Детство – Пресс, 2005. — 144 с.
21. Смирнова Е.О., Галигузова Л.Н., Ермолова Т.В., Мещерякова С.Ю. Диагностика психического развития детей от рождения до Злет. Методическое пособие для практических психологов. – СПб.: Детство – Пресс, 2005. — 144с.
22. Семья, брак и родительство в современной России. — М.: Когито-центр, 2014. — С. 223-228.
23. Филичева Т. Б. и др. Основы логопедии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. «Педагогика и психология (дошк.)» / Т. Б. Филичева, Н. А. Чевелева, Г. В. Чиркина. — М.: Просвещение, 1989. — 223 с.
24. Черников А.В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики. — М.: Класс, 2001. — 208 с.

---

25. Швайбович Е.А. Психолого-педагогическая поддержка родителей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья. — М.: 2011.

26. Янушко Е. А. Сенсорное развитие детей раннего возраста : 1–3 года: метод. пособие для педагогов дошкольных учреждений и родителей / Е.А. Янушко. — М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2016. — 351 с.