

20 МОМЕНТОВ, ПОМОГАЮЩИХ РАЗВИВАТЬ УМСТВЕННЫЕ СПОСОБНОСТИ РЕБЁНКА С РОЖДЕНИЯ



При рождении мозг ребенка содержит 100 миллиардов нейронов (столько звезд в Млечном пути!). В первый год его жизни они обростут триллионами межклеточных соединений, так называемыми нейронными синапсами. Главное правило для мозга – использовать его или совсем потерять. Синапсы, которые за счет стимуляции «не связываются» вместе, в течение нескольких лет утрачиваются. Хотя мозг ребенка и имеет некоторые усиленные неврологические способности, например, возможность, изучать языки, но он при этом гораздо более подвижен и уязвим, чем мозг взрослого человека. И, что удивительно, в детском мозге в два раза больше нейронных связей, чем во взрослом. Так что же нужно делать, чтобы эти связи не потерялись, и даже наоборот приумножались?

1. Еще до того, как ребенок родился, предоставить ему здоровое начало.

Нужно следить за своим здоровьем во время беременности, и помнить о том, что некоторые лекарственные препараты оказывают разрушительное действие на мозг ребенка, находящегося в утробе матери. Многие дети, которые стали наркозависимыми еще в этот период, в дальнейшем испытывали большие трудности в обучении и могли неожиданно начинать вести себя агрессивно. Исследования также показали, что курение сигарет во время беременности приводит к тому, что дети начинают читать намного позже своих сверстников.

2. Вести с ребенком осмысленные диалоги. Отвечать на детский лепет нормально проговоренными словами, но с восторженной окраской и по возможности высоким голосом. Это приведет к тому, что в участках мозга, ответственных за понимание речи, будет накапливаться необходимый словарный

запас.

3. Играть в игры, в которых участвуют руки. Малыши хорошо реагируют на изучение простых последовательных игр.

4. Быть внимательным. Когда ребенок сфокусировался на чем-то взглядом, нужно проследить за ним и заметить, что же так его заинтересовало. Такое «совместное внимание» подтвердит ребенку, что его интересы и наблюдения очень важны.

5. Способствовать ранней любви к книгам у ребенка. Нужно выбирать книжки с большими и яркими картинками и разделять восторг ребенка, указывая на рисунки и издавая соответствующие им звуки – например, звуки животных. Можно модулировать тембр голоса, упрощать или, наоборот, усложнять сюжетные линии, побуждать детей говорить о книгах. В развитии ребенка восприятие устной речи является гораздо более важным, чем сама речь.

6. Создавать ребенку с пеленок эмоциональные переживания, которые в дальнейшем позволять им ощущать свое тело привлекательным. Нужно гладить малыша по волосам и животу – исследования показали, что дети, до которых нечасто дотрагивались, имеют размеры мозга меньше нормы для своего возраста. К тому же, во время пеленания нужно устанавливать визуальный контакт с ребенком (в идеале 30-40 см от ваших глаз, до его глаз).

7. Выбирать развивающие игрушки, которые позволяют ребёнку непосредственно с ними взаимодействовать. Заводные игрушки и пирамиды позволяют ребенку научиться причинно-следственным связям и рассуждениям о том, что может произойти, если сделать, так или как-то иначе.

8. Реагировать на плач ребенка. Успокоить, приласкать – все это приводит к формированию позитивных участков в лимбической области мозга, связанной с эмоциями. Ваше спокойствие и объятия изо дня в день сигнализируют в мозг об эмоциональной безопасности.

9. Быть внимательным к ребенку, строить доверительные отношения с ним. Младенцы, которые чувствуют надежную связь с родителями, могут больше вкладываться в процессы изучения окружающего мира.

10. Применять массаж тела ребенка, чтобы уменьшить уровень стресса у малыша и повысить ощущения им безопасности и благополучия. Любящие касания особенно стимулируют рост ребенка в самом раннем, грудном возрасте. Исследования показали, что те недоношенные дети, которым делался массаж три раза в сутки, покидали больницу гораздо раньше, чем младенцы, которые массаж не получали.

11. Заручиться помощью детей в уборке их комнаты. Они должны знать, что плюшевых игрушек есть свое место, а у машинок, например, другое. Таким образом, они узнают о том, что такое сортировка по категориям или сериям, а это важная часть их познавательной деятельности.

12. Устроить безопасную среду для ползания малыша. Пространственное обучение является важным, поэтому мобильный ребенок будет создавать ментальные карты из своей среды, и создавать крепкую связь с миром, в котором он живет.

13. Петь младенцу песни, сопровождая их движениями тела или пальцев, что поможет ребенку познавать особенности больших и малых двигательных действий. Помимо этого, песни обучают ребенка ритму, рифмам и языковым

структурам.

14. Принимать во внимание особенности темперамента ребенка. Некоторые дети легко адаптируются к новым ситуациям, некоторые более застенчивы, и т.д. Но плыть по течению тоже нельзя позволять, наоборот, нужно помогать ребенку, приспосабливаться к новым условиям.

15. Сделать процессы питания положительными. Нужно громко и четко произносить название продукта, который вы даете ребенку при кормлении. Обязательно выражать радость при любых попытках малыша накормить себя самому, к какой бы грязи они не приводили. Такое поведение приведет к созданию хороших ассоциаций с едой и приемом пищи. Если же кормления проходят с боем, то это повлечет за собой создание негативных структур.

16. Обеспечить четкие реакции на детские поступки. Ребёнок учится познавать смысл мира, поэтому при реакциях на что-то нужно быть последовательными, иначе он просто запутается.

17. Использовать позитивную дисциплину. Нужно четко обговаривать с ребенком последствия каких-то действий, при этом, не пугая его и не пытаясь застыдить. Если малыш поступил неправильно, например, ударил другого ребенка, нужно опуститься до уровня его глаз и повторить правила серьезным, низким голосом.

18. Учить ребенка сопереживанию. Использовать понятные образы и слова, когда кто-то рядом кажется расстроенным или грустным, что позволит ребенку понять чувства другого человека. Чем больше будет сопереживания ребенком, тем больше связей в его мозге образуется.

19. Позволять играть с разным, материалом, таким как вода, песок, камни и т.д. Это научит малыша начальным знаниям физики, свойствам структур. Для развития мозга очень важны сенсорные игры с зерном и мелкими предметами.

20. Выказывать радость и интерес ко всему, что делает ребенок. Искренние переживания, восторг и внимательность к детскому лепету и другим детским проявлениям вместе с нежными взглядами и улыбками обязательно приведут к поразительным результатам.

РАЗВИВАЙТЕСЬ ВМЕСТЕ С НАМИ!

ФЕВРАЛЬ 2023