

Елена Тимощенко

РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ  
ДЛЯ ТРЕНИРОВКИ МОЗГА

ДОМАШНИЕ ЗАНЯТИЯ  
С НЕЙРОПСИХОЛОГОМ

1-3  
ГОДА



«МАЛЫШ»



## **НОРМЫ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА**

### **Ответы на вопросы родителей**

Большинство родителей довольно рано начинает беспокоить вопрос о развитии ребёнка, его успешности, возможности полной реализации талантов и способностей. Осознанно или неосознанно они оценивают своих детей по признаку соответствия некоторым стандартам и стараются вложить в них как можно больше отвлечённых знаний в ущерб игре и живому общению.

**— Существуют ли нормы развития или каждый ребёнок развивается по-своему?**

— Норма — это среднестатистический показатель. Она складывается из особенности сенсорной, эмоциональной, поведенческой реакции ребёнка на окружающую среду, из динамики развития восприятия, памяти, мышления. Принято выделять верхнюю и нижнюю возрастные границы норм развития. Понятие нормы помогает определить точку отсчёта, когда развитие ребёнка может задерживаться и консультация специалиста бывает необходима.

Конечно, периоды развития ребёнка довольно условны, нет чётких границ перехода с одного уровня развития на другой, процесс этот индивидуальный и зависит от многих факторов: генетических, средовых, медицинских. Но должна выдерживаться общая линия развития (онтогенез), последовательность появления новых видов двигательной активности, предметной деятельности, речи. Провести первичную диагностику уровня развития малыша и узнать о нормах развития вы сможете в соответствующих разделах этой книги.

**— Полезны ли развивающие занятия для маленьких детей? С какого возраста надо учить буквы?**

— Для детей 1–3 лет прежде всего необходимы движение, общение и игра. Именно на этом должно строиться раннее развитие. Важно понимать, что чтение — сложный навык, требующий определённой функциональной зрелости многих структур мозга. Исследования в области нейропсихологии и нейрофизиологии показали, что полноценное обучение чтению возможно лишь к 4–5 годам.

**— Можно ли пренебречь нормами развития и выполнить «пятилетний план» в два года?**

— Нет! Обучение, которое не соответствует сензитивному периоду (когда мозг особенно восприимчив к определённому навыку), можно сравнить с заданием пробежать стометровку младенцу. От детей иногда требуют невозможного, дают большие интеллектуальные нагрузки, называя это ранним развитием. В результате истощают нервную систему, провоцируют негативное поведение, истерики и в целом подрывают здоровье малыша.

**— Почему происходят задержки развития, отклонения от нормы?**

— Причины условно делятся на две группы. Это биологические (внутренние) факторы и социально-психологические (внешние). К первой группе факторов относятся причины медицинского характера, и ими занимаются врачи разных специальностей. В настоящее время всё чаще встречаются ранние поражения нервной системы. Около 60–70 % малышей рождаются с ранней патологией нервной системы.

Ситуация усугубляется тем, что зачастую у детей раннего возраста с перинатальной патологией не проводится своевременная диагностика, им не оказывается должная медицинская и психолого-педагогическая помощь. А ведь при комплексном раннем воздействии можно значительно уменьшить последствия поражения нервной системы или даже полностью снять диагнозы, способные сильно осложнить будущее малыша! Например, если развитие речи не происходит в срок (с первых дней жизни до 3 лет), то ребёнок, как правило, испытывает в дальнейшем значительные трудности обучения, в его развитии могут наступить необратимые изменения, которые в более позднем периоде компенсировать практически не удаётся. По-

этому так важно знать основные этапы развития малыша, чтобы не пропустить тревожные моменты.

К внешним, социально-психологическим факторам, задерживающим развитие ребёнка, относятся неблагоприятные условия окружающей среды, сильный эмоциональный стресс у мамы во время беременности, бедность тактильных ощущений у ребёнка, недостаточность речевых и интеллектуальных контактов. Родители глубоко ошибаются, считая, что развивающие мультики могут заменить убаюкивающий голос мамы и папин проект постройки домика из кубиков. Но, к сожалению, во многих семьях общение заменяется «зависанием» в социальных сетях, репликами в «телеграфном стиле», отвлечением малыша от назойливых вопросов играми в планшете.

Учёные утверждают, что мозг ребёнка, имея те же блоки и зоны, что и мозг взрослого человека, включает их в работу постепенно. При этом необходимо помнить, что, не получив определённых стимулов внешней среды, они могут вообще остаться бездействующими, несмотря на отсутствие каких-либо органических повреждений. В этом и состоит главная опасность для развивающейся психики. Большая часть участков мозга способна включиться в работу только в детстве. В зрелом возрасте они лишь дозревают, опираясь на приобретённое в детские годы.

Если вы заметили у ребёнка сразу несколько нарушений из списка ниже, то обратитесь за консультацией к специалисту, чтобы в дальнейшем избежать задержки развития, вовремя провести необходимые исследования.


- ✦ Медленная реакция в играх.
- ✦ Невозможность сосредоточиться в шумной обстановке, закрытие ушей.
- ✦ Стремление слушать один и тот же звук, стереотипно повторять одно и то же действие, слово или фразу независимо от ситуации.
- ✦ Отсутствие реакции на звук, проблемы с определением направления звука.
- ✦ Ограниченный выбор еды, распознавание еды по запаху.

- ✦ Отсутствие таких навыков, как чистка зубов, самостоятельная еда.
- ✦ Страх падения.
- ✦ Ходьба на кончиках пальцев.
- ✦ Неуклюжесть.
- ✦ Постоянная потребность в движении, гиперактивность.

Упражнения в книге ориентированы на определённый возраст ребёнка. Если малыш не справляется с большей половиной заданий, то необходимо обратиться к специалистам (неврологу, нейропсихологу, сурдологу, логопеду).

Активное развитие мозга трёхлетнего ребёнка не повторится уже ни в каком возрасте. Не пропустите этот важный для формирования мозга ребёнка возраст. Не просидите его за гаджетами, отнекиваясь от назойливых вопросов, не впихивайте телефон, когда ребёнок просит: «Давай поиграем?» Будьте чуткими родителями, любящими, умными и терпеливыми!





## ДНЕВНИК МАМЫ

### Основные этапы развития ребёнка от 1 года до 3 лет

Мой малыш, я так люблю тебя и с большой радостью отмечаю твои первые успехи и достижения!

#### Недавно тебе исполнился годик...

Ты стал ещё любознательнее. Легко находишь накрытый предмет. Мы любим играть с тобой в прятки. Ты звонко смеёшься и повторяешь за мной: «Ку-ку, ау-ау!» Среди всей посуды знаешь свою бутылочку, любишь рассматривать свои руки. Внимательно наблюдаешь за другими людьми и интересуешься своим изображением в зеркале. Ты очень ловкий: хватаешь предмет большим и указательным пальцами (пинцетный захват), любишь взять что-то и отпустить. Мне приходится следить, чтобы тебе под руку не попадались хрупкие предметы!

#### Вот и пролетело время, тебе уже полтора года...

Ты освоил самостоятельную ходьбу, быстро ползаешь, забираешься на диван и можешь подняться по лесенке. Я знаю, что в это время очень активно развивается твой мозг. Он увеличился в размере в три раза!

В твоём развитии всё важно. Я стараюсь давать тебе разнообразную еду. Нам всем пришлось перейти на правильное питание, ведь ты ешь с нами за одним столом и во всём нам подражаешь. Сам ешь ложкой, пьёшь из чашки. Сейчас много говорят о вреде раннего использования гаджетов, поэтому мы твёрдо решили: за столом никаких телефонов и телевизора! Я убрала все опасные предметы, которые ты можешь достать, и