Нервно-психическое развитие детей первого года жизни

Автор статьи: Бородулина Татьяна Викторовна, доцент кафедры пропедевтики детских болезней УГМА, к.м.н., врач-педиатр высшей категории

С первых месяцев жизни малыша очень важно установить эффективные эмоциональные и социальные связи между ребенком и его мамой, а также с другими окружающими его людьми. Родители должны четко представлять себе особенности развития малыша в различные возрастные периоды – знать, какие умения и навыки могут быть выработаны и какие требования можно предъявлять ребенку в соответствии с возрастом, чтобы не вызывать переутомления.

Важнейшим параметром гармоничного развития малыша первого года жизни является оценка нервно-психического развития. Она проводится врачами- педиатрами по следующим показателям:

- Зрительно-ориентировочные и слуховые ориентировочные реакции;
- Эмоции;
- Общие движения;
- Движения руки и действие с предметами;
- Подготовительные этапы развития речи и понимание речи;
- Навыки и умения.

Развитие этих показателей в зависимости от возраста наглядно представлены в таблицах.

Таблица 1. От 0 до 6 месяцев

Показатель	1 месяц	2 месяц	3 месяц	4 месяц	5 месяц	6 месяц
Зрительно-ориентировочные реакции	Кратковре-менно фиксирует взгляд на блестящем	Следит взглядом за движущейся перед глазами	Фиксирует взгляд на неподвижных предметах, в любом	Узнает мать	Отличает чужих от близких	

	предмете и следит за ним	игрушкой	положении			
Слуховые ориентировочные реакции	Вздрагивает при резком звуке и мигает	Прислушива-ется	Отчетливое слуховое сосредото-чение	Поворачивает голову на звук	Различает тон, с которым к нему обращаются	
Эмоции	Первая улыбка	Улыбается в ответ на речь взрослого	В ответ на разговор отвечает радостью улыбкой и движением ножек	Громко смеется		
Движения общие	Пытается держать голову лежа на животе	Хорошо держит голову в (1-2 мин.) вертикальном положении	Хорошо удерживает голову лежа на животе. Есть упор ног.	Поворачивает-ся со спины на живот	Стоит, не подгибая ног при поддержке. Поворачивает-ся со спины на живот	Поворачива-ется с живота на спину. Подползает к игрушке.
Движения руки и действия с предметами				Захватывает подвешенную игрушку	Четко берет игрушку, которую держит взрослый над	Свободно берет игрушки из разных

					грудью ребенка	положений
Подготовительные этапы развития речи. Понимание речи			Начинает гулить	Продолжи-тельно гулит	Продолжает долго гулить	Произносит слоги "ма", "ба". Начало лепета
Навыки и умения в процессах						Берет пищу губами с ложки для кормления

Таблица 2. От 6 до 12 месяцев

Показатели	7 месяцев	8 месяцев	9 месяцев	10 месяцев	11 месяцев	12 месяцев
Движения общие	Хорошо ползает	Самостоя-тельно садится. Сидит. Самостоя-тельно встает у опоры и ходит, держась за нее	Ходит при поддержке за обе руки	Влезает на невысокую поверхность и слезает с нее.	Самостоя-тельно стоит без опоры	Самостоя-тельно ходит
Движения руки	Постукивает	Долго	Действует с	Открывает,	Ставит	

с предметами действия	игрушкой об игрушку; перекладывает игрушки из одной руки в другую	занимается игрушками	предметами по разному, в зависимости от свойств: катает, вынимает, перекладывает	закрывает коробочку или матрешку, вкладывает один предмет в другой	кубики один на другой, снимает и надевает кольца пирамидки	
Подготовитель-ные этапы развития речи	Произносит слоги многократно (лепечет)	Громко, повторно произносит различные слоги	Подражает слышимым слогам, которые имелись в его лепете	Подражает разным слогам взрослого	Произносит первые слова обозначения: "мама", "ав-ав", "кис-кис"	Произносит 8-10 слов
Понимание речи	На вопрос "где" находит предмет, лежащий в определенном месте	По просьбе взрослого делает "Ладушки", "До свидания"	Знает свое имя. На вопрос "Где?" находит предмет и достает его из множества игрушек	Знает название частей тела, дает знакомый предмет по просьбе взрослого	Выполняет элементар-ные требования взрослых	Выполняет элементарные требования взрослых. Увеличива-ется запас понимаемых слов
Навыки и умения в процессах	Пьет из чашки, которую	Сам держит сухарик	Умеет пить из чашки, слегка придерживая его	Пьет из чашки	Пьет из чашки	Сам берет чашку и пьет из нее

	держит взрослый	или корочку хлеба	руками.			

С первых месяцев жизни малыша очень важно установить эффективные эмоциональные и социальные связи между ребенком и его мамой, а также с другими окружающими его людьми. Это самый необходимый фактор для развития зрительных и слуховых восприятий, для формирования положительных эмоций, основных движений, и является подготовительным этапом для развития речи.

Развитие зрения и слуха

У новорожденного ребенка зрительный и слуховой анализаторы развиты лучше, чем анализаторы, обеспечивающие движение. Уже в первые дни после рождения ребенок начинает фиксировать взгляд на объектах, которые расположены на линии его зрения. Малыш может проследить глазами за движущимся предметом, но это действие еще очень кратковременно и неустойчиво. На десятый-пятнадцатый день жизни дети способны более долго удерживать движущийся предмет в поле зрения. И только со второго месяца жизни они уже сосредоточивают взгляд на неподвижном предмете.

Постепенно малыш начинает следить за многими движущимися объектами и окружающими его людьми. В четыре месяца он уже узнает свою маму, а в пять способен отличить близких родственников от незнакомых ему людей.
Деятельность слухового анализатора развивается так же быстро, и, уже с трехнедельного возраста ребенок начинает прислушиваться к звукам. К пяти месяцам он определяет направление звука и поворачивает головку в сторону его источника. Так же малыш по-разному реагирует на неодинаковый тон обращения к нему.

Развитие эмоциональных реакций

Эмоции новорожденного ребенка всегда исключительно отрицательные и однообразные. Свое недовольство к внешнему или внутреннему дискомфорту он выражает криком и плачем. Но эти эмоции всегда рациональны, поскольку служат сигналом для мамы. Мама, прекрасно ориентируясь в ситуации, способна вернуть малышу комфорт ? поменять пеленки, накормить, успокоить и пр.

Установлено, что уже в первые дни жизни приближение взрослого человека вызывает у малыша повышение двигательной активности и сосательных движений - это реакция предвосхищения кормления.

На второй-третьей неделе жизни малыш внимательно осматривает лицо матери и ее руки, пытается ощупывать грудь. Потом такой интерес к маме возникает уже во время бодрствования.

На втором месяце жизни малыш улыбается на приближение и разговор взрослого, а с третьего месяца начинает смеяться. У него появляется интересная реакция на приближение взрослого человека - он вскидывает ручки, перебирает ножками и радостно гулит. Врачи называют эти эмоции "комплексом оживления".

К четырем-пяти месяцам развивается ориентировочная реакция - малыш начинает реагировать на знакомых и незнакомых ему людей. Он уже хорошо отличает мать среди других взрослых, по-разному реагирует на ее появление и исчезновение. По отношению к людям, с которыми у ребенка сложился хороший контакт, может возникнуть и дополнительный эмоциональный компонент - бурная негативная реакция на прекращение общения или на уход любимого человека. Малыш огорчается, если кто-то неожиданно перестал уделять ему внимание.

Постепенно ребенок начинает интересоваться и другими, незнакомыми ему людьми. При этом кроме оживления и радости, может последовать и противоположная реакция, например, страха и негативизма. Не стоит пугаться, если малыш плачет при виде постороннего человека - это совершенно нормальное поведение. При этом, чем старше становится ребенок, тем сильнее он выражает свои эмоции.

После шести-семи месяцев формирование активной познавательной деятельности ребенка требует непрерывного манипулирования с предметами и игрушками. Поэтому и первая негативная реакция на незнакомого человека легко подавляется естественным любопытством по отношению ко всему новому и неисследованному.

К девяти месяцам эмоциональная жизнь малыша существенно обогащается. Усиливаются и проявления эмоций. Контакт с незнакомым человеком устанавливается значительно труднее, реакции на людей бывают очень различными. Возникает робость и стеснительность. Однако налаживание отношений все же удается благодаря любопытству малыша.

Общие движения

Координация движений у детей развивается после рождения. Первые дифференцированные движения ручками возникают на втором-третьем месяцах жизни. Малыш приближает руки к к глазам и носу, потирает их, а потом поднимает над лицом и разглядывает. С трех-трех с половиной месяцев он ощупывает свои руки, перебирает пальцами одеяла и край пеленки. В этом возрасте ему понадобятся мелкие игрушки -случайно наталкиваясь на них, ребенок сжимает кисть в кулак и толкает игрушку, не захватывая ее.

При вкладывании игрушки в руку ребенок долго ее удерживает за счет хорошо развитого хватательного рефлекса, а так же пробует ее на вкус – тянет в рот.

Внимательно следите, чтобы мелкие детали не попали в рот малыша!

С пятого месяца жизни движения рук малыша уже напоминают движения взрослого человека. Однако он совершает массу сопутствующих нерациональных движений, и параллельно двигает второй ручки. При захвате игрушки ребенок, он двигает еще ножками и туловищем. А сама хватающая рука совершает много лишних ненужных движений.

Более прицельные движения руки формируются только к восьми- девяти месяцам жизни.

Развитие речи

Важным на первом году жизни является развитие речи. На втором месяце ребенок начинает произносить отдельные звуки - "а-а-а", " а-бы-ы", " е-ее" и др. Однако сначала гуление бывает кратковременным, потому что всегда происходит на фоне оживления и радости. Это свидетельствует о хорошем самочувствии и о положительном эмоциональном настроении малыша.

К четырем-пяти месяцам формируется длительное певучее гуление с большим разнообразием звуков, иногда труднодоступных для воспроизведения взрослым человеком. А в возрасте семи месяцев появляется лепет. Детский лепет – это произношение во время гуления слогов – "ба-ба-ба", "да-да-да", "ма-ма-ма". Малыш может подолгу "разговаривать" подобным способом, вызывая радость родителей.

В семь-восемь месяцев ребенок уже понимает отдельные элементы речи взрослых и способен установить связь между услышанным словом и конкретным образом. Так, на вопрос "Где мама?", он поворачивает голову и смотрит в сторону мамы (поисковая зрительная реакция). На просьбу поиграть в "ладушки", помахать ручкой, малыш отвечает соответствующими действиями - хлопает в ладоши и машет ручкой. Также в этом возрасте интенсивно развивается лепет, элементы подражания звукам. Ребенок часто повторяет слоги с разнообразными интонациями.

Обычно первые слова малыш произносит в десять-одиннацать месяцев. Эти слова состоят из простых для произношения однообразных слогов (ма-ма, па-па, дя-дя, ба-ба) или упрощенных звуковых подражаний (кс-кс), а также слов традиционного детского языка (ав-ав).

К году ребенок умеет произносить десять-двенадцать слов, знает названия многих детских игрушек, имена близких людей и несколько просьб - дай, покажи, закрой. Понимает слова -"надо" и "нельзя".

Советы родителям

Гармоничность нервно-психического развития во многом зависит от внимания взрослых. Дети, которых любят, с которыми много разговаривают и играют, развиваются быстрее тех, которые лишены такого интенсивного внимания.

Почаще разговаривайте с ребенком, вызывая у него улыбку и поддерживая его в оживленном состоянии. Перед каждым кормлением и во время бодрствования выкладывайте ребенка на животик - это развивает умение поднимать и удерживать голову, укрепляет тонус брюшных мышц. Так же рекомендуется брать малыша на руки, сначала в горизонтальном положении, а с полутора месяцев - в вертикальном, для поднятия эмоционального тонуса и умения держать головку.

Для игр с малышом используйте яркие погремушки простой формы. Медленно двигайте ими и стороны в сторону, заставляйте их звучать - так вы будете стимулировать развитие зрительного и слухового восприятия.
В возрасте с трех до шести месяцев родители, разговаривая с малышом, должны стремиться вызывать ответные звуки и смех. Нужно как можно чаще выкладывать ребенка на живот, помещать перед ним на близком расстоянии игрушки, чтобы малыш учился ползать.

Показывайте малышу яркие игрушки с разных сторон – пусть он как можно чаще переворачивался со спины на живот и обратно. А также предложите ребенку игрушки, удобные для захватывания ручками. Общая активность малыша способствуют развитию его эмоций и речи.

В возрасте от шести месяцев до года нужно "поощрять" у ребенка лепет, почаще вступать в "переговоры", вызывать подражание слогам и простым словам. В семь- восемь месяцев можно выучить игру " Ладушки", "Сорока" и другие пальчиковые игры. Ребенок должен уметь по просьбе взрослых давать руку или нужную игрушку.

Игрушки лучше класть в кроватку или манеж. Показывайте малышу элементарные действия с предметами, побуждая его повторять за вами. Для развития действия с предметами давайте ему открывающиеся коробочки, детские ведерки, корзиночки и пирамидки и мячи.

Помните, что игры-занятия с детьми первого года жизни должны носить эмоциональный характер и обязательно сопровождаться разговором.

С рождения относитесь к ребенку как к мыслящему существу - ведь он наблюдает за происходящим в окружающем его мире более внимательно и сознательно, чем мы себе представляем.