

5 распространенных заблуждений родителей о физическом развитии их детей

В этой статье речь пойдет о физическом развитии детей до года. Если вы читаете эти строки, то, скорее всего, вы внимательно относитесь к вопросам физического здоровья своего чада, и правильно делаете, - в первый год жизни ребёнок приобретает важнейшие навыки, которые послужат основой его физического развития на протяжении всего детства. Ниже приведены распространенные родительские заблуждения, которые, на первый взгляд, являются абсолютно безобидными, но, тем не менее, могут привести к серьезным последствиям.

1. Первое из таких заблуждений, - это представление о том, что для ребенка хорошо, если большую часть времени он пребывает в уютных мягких местечках. Как бы странно это не звучало, лучшее место дома для малыша старше трёх месяцев – это пол... Понятно, что родителям хочется положить свое чадо на что-то мягкое, но при этом они упускают из внимания, что на полу у ребенка гораздо больше свободы передвижения. В этой связи имеет смысл оборудовать для малыша безопасное (например, огражденное от собаки) место на полу, в котором он сможет свободно двигаться, изучая свои возможности. Не удивляйтесь, если со стороны кажется, что малыш ничего не делает, ведь даже просто лёжа на спине ребёнок чувствует полный вес своего тела и мало-помалу учится преодолевать силу притяжения.
2. Второе из наиболее распространенных заблуждений родителей касается такого замечательного изобретения человечества, как ходунки. Родители склонны думать, что ходунки не только способствуют развитию их детей, но и делают их счастливыми. При этом родители, как бы, не обращают внимания на то, что ощущение счастья вызвано не собственными успехами их малышей, а иллюзией свободы движений, которую создает данное приспособление, выполняя за ребенка основную часть физической работы. Если бы ребенок мог добраться до интересующих его предметов собственными силами, он был бы уж точно не менее счастлив. Вопреки распространенному мнению, ходунки могут даже задерживать физическое развитие ребенка: пока дети великолепно чувствуют себя в ходунках, они не научатся ходить! И хотя здоровому ребенку ходунки не смогут сильно навредить (если, конечно, ими не злоупотреблять), ребенку с проблемами в физическом развитии они категорически не рекомендуются, поскольку не дают развиваться ощущению равновесия, и в них ребенок не чувствует тяжести собственного веса.
3. Следующее заблуждение касается такого навыка, как ползание на четвереньках. Часто родителям кажется, что это умение для их детей абсолютно не принципиально, тем более, если малыш уже умеет ползать на животе или передвигается каким-то иным способом. Другими словами, все передвижение, которое осуществляется не ногами, родители склонны считать «ползанием». Однако необходимым навыком ползания для каждого ребенка является поочередное координированное передвижение рук и ног, что обеспечивает именно ползание на четвереньках, а не что-либо иное. Если ползание – единственный навык, который ребенок не приобрел, то проблем, скорее всего, это не вызовет, однако, как правило, отсутствие данного навыка – это лишь часть общего дисгармоничного физического развития ребенка. Поэтому всегда проще еще до года научить малыша ползать, чем многократно увеличить риск столкновения с целым рядом

проблем, вызванных отсутствием данного навыка в истории его развития: от безучастности рук при падении до искривления позвоночника.

4. Дальнейшие заблуждения связаны с распространенными убеждениями в том, что чем раньше ребенок будет сидеть и стоять, тем лучше. Тем временем, сидеть и стоять рано вовсе не обязательно: здесь важно не пытаться бежать впереди паровоза. Нет смысла сажать ребенка, если он еще не может самостоятельно принимать сидячее положение. Однако, если малыш уже научился ползать на четвереньках и тем более встаёт сам, то самое время научить его садиться и сидеть. Аналогичным образом бессмысленно ставить ребёнка на ножки, если он не умеет самостоятельно вставать. Попытки родителей научить ребенка стоять не помогут выработке у него необходимого навыка принимать нужное положение. Таким образом лучшее время для здорового ребёнка научиться стоять – это когда малыш сам готов встать!
5. Среди заблуждений родителей также часто встречается убеждение в том, что к определенному сроку каждый малыш должен овладеть определенными умениями. Зачастую эти представления базируются на данных таблиц развития, широко распространенных в интернете. В этих таблицах утверждается, что, например, в 6 месяцев каждый малыш должен уметь сидеть, а в год – ходить. В действительности же такие категоричные заявления могут быть распространены только на 2 умения: держать голову и переворачиваться. Если малыш не держит голову в 3 месяца или не переворачивается со спины на живот в 6 – это можно рассматривать как серьёзный повод для беспокойства. В отношении же дальнейших умений сами сроки отодвигаются на второй план, а в силу вступает такой фактор как последовательность навыков: становится не так важно, когда ребенок приобретает то или иное умение, как ЧТО и В КАКОМ ПОРЯДКЕ он начинает делать. Каждый малыш индивидуален! И временные рамки норм после полугода могут растягиваться до нескольких месяцев, в то время как ни в одной таблице развития не дается диапазон нормы, скажем, в 3 месяца. А это значит, что сравнивать с другими детьми, равно как и следить за временным графиком развития по интернет-таблицам нецелесообразно, - в них, к сожалению, не учитываются индивидуальные особенности каждого ребенка. Но всё же, в некоторых таблицах можно найти полезную информацию о развитии детей – это очерёдность приобретения навыков, в то время как их временные рамки всегда остаются индивидуальными.

Итак, в процессе физического развития в первый год жизни дети проходят ряд этапов, сроки которых, как правило, индивидуальны, но последовательность достаточно стабильна. Важнейшей задачей взрослых, окружающих малыша в этот период, является создание условий, в которых ребенок сможет научиться всем необходимым навыкам. Здесь, как и во многом другом, необходимо найти золотую середину: не бежать впереди паровоза, но и не оставлять все на самотек, не упускать возможности что-либо подтянуть.

Родители, будьте внимательны к своим детям! Ведь больше никто не наблюдает вашего малыша такое же количество времени и не знает его лучше вас. Если же вас что-то беспокоит в своем ребенке, - обязательно ищите квалифицированные ответы на тревожащие вас вопросы.

