

«Все́му — свое время»

Мы привели этот «помесячный график» овладения ходьбой только для того, чтобы еще раз показать четкую последовательность в смене специфических форм двигательного поведения, хотя конкретные сроки появления каждой из них у детей могут различаться. Например, некоторые дети начинают самостоятельно сидеть в четыре-пять месяцев, вставать уже в пять, в шесть-семь они стоят, держась за ближайшие предметы, и уже до девяти месяцев полностью осваивают навык ходьбы. С чем же связано подобное опережение сроков? Как ни странно для родителей, часто это не имеет никакой связи с «гениальностью» их ребенка.

Специалисты, обсуждая вопрос раннего созревания двигательных функций детей, отстаивают различные, подчас противоречивые точки зрения. Одни склоняются к мнению, что раннее развитие моторики зависит от специфики воспитания ребенка, от особенностей национального уклада. В своих доказательствах они опираются на наблюдения, свидетельствующие о том, что многие африканские дети физически развиваются гораздо быстрее, чем «европейские». Возможно, этот факт объясняется более «тесными» взаимоотношениями их с матерью — ведь, как правило, африканская мать вынуждена постоянно носить ребенка с собой, привязывая его к собственному телу с помощью специальных креплений.

Ряд исследователей, наоборот, считают, что достаточно неблагоприятная социальная обстановка, выражающаяся в дефиците общения ребенка со взрослыми, приводит к ускорению моторного развития малыша. Здесь в качестве аргументов выступают результаты наблюдений за детьми, воспитывающимися в детских приютах. В то же время проведенный другими авторами анализ развития «домашних» детей показал, что нет какой-либо связи между этапами формирования двигательных функций ребенка и социально-классовыми и половыми различиями. Хотя довольно определенно можно сказать, что сроки освоения навыка ходьбы в целом зависят от особенностей семейного воспитания.

До сих пор остается дискуссионным вопрос: **пеленать или не пеленать младенца?** Выбрать для него «спартанский» вид воспитания или придерживаться «демократического» стиля?



Применительно к развитию навыка ходьбы ученые показали, что ни какие-либо ограничения свободы передвижения младенцев, ни опыты ранней стимуляции этого двигательного навыка (понятно, что каждой матери страстно хочется, чтобы ее малыш поскорее начал ходить!) практически не влияют на сроки его окончательного формирования. Более того, попытки раннего вмешательства в программу развития двигательных способностей ребенка в лучшем случае дадут лишь временные преимущества, а в худшем — могут и вовсе замедлить темпы становления этой важной для человека функции. С чем это связано? *Организм* на каждом этапе своей жизни *представляет собой некую целостность*, неразрывное единство структуры и функции, т. е. уровень физического развития ребенка обеспечивает и его соответствующий функциональный «статус».

Из этого следует, что, даже если к какому-то времени отдельные фрагменты движения оказываются уже сформированными, необходима зрелость всей системы, обеспечивающая возможность объединения всех разрозненных функциональных «кирпичиков», «блоков» в единое целое — определенный двигательный акт. Если мышцы шеи и туловища готовы к работе уже в начале второго полугодия, то отработка тонких механизмов их взаимодействия, равно как и способность нервной системы чутко реагировать на сигналы, поступающие от самых разных органов чувств (зрительной, слуховой, вестибулярной систем и т. д.), потребует еще долгих месяцев. Таким образом, малыш сможет освоить навык ходьбы только тогда, *когда его организм будет «биологически готов» к этому*.

Это значит, что костная и мышечная системы ребенка (обеспечивающие работу опорно-двигательного аппарата) должны достичь определенного уровня зрелости; в нервной системе должны сформироваться центры регуляции движений. Кроме того, предстоит установить зрительно-моторной координации, необходимой для правильной ориентации ребенка в новом для него — вертикальном — «измерении». В свою очередь, овладение ребенком навыка ходьбы даст ему основу для дальнейшего освоения более сложных форм двигательного поведения — бега, прыжков, лазания. Одним словом, как гласит народная мудрость: «Всему — свое время».

Несколько слов о физическом развитии младенцев

Знания о закономерностях физического развития детей на первых этапах жизни самым удивительным образом отразились в народной педагогике: накоплен целый ряд практически найденных методов.

Известно, что в первые месяцы жизни малыш лишь незначительное время находится в состоянии активного бодрствования. За короткий промежуток времени надо успеть многое: и покормить ребенка, и совершить необходимые гигиенические процедуры. Согласитесь, что мы имеем довольно ограниченную возможность для активных занятий с младенцем — а ведь это крайне необходимо для его нормального роста и развития. Следовательно, родители должны максимально точно разработать *программу взаимодействий* со своим малышом, основанную на знании особенностей физического и психического развития ребенка на ранних этапах его жизни.

С чего же начать? Ваш малыш еще спит, но уже по едва уловимым движениям его тела вы понимаете, что он вот-вот проснется. Малыш приоткрыл глазки, сладко зевнул, он еще вял и пребывает в полусонном состоянии. Ему нужно помочь «встряхнуться», отойти от сна, преодолеть дремоту и выйти на уровень активного бодрствования. Здесь народная традиция воспитания детей раннего возраста закрепила ряд процедур, направленных на обеспечение необходимой активации нервных процессов, восстановление кровообращения и возбуждение жизнедеятельности организма. Это прежде всего старое, но незаменимое средство — *массаж*. Еще в древние времена были найдены основные приемы массажа младенцев, своеобразно закреплённые и в пестушках — одном из видов устного народного творчества.

Главное в вашем общении с ребенком — это поддержать у него радостное настроение в часы бодрствования, на фоне которого происходит активное усвоение необходимых поведенческих навыков.

Мамина помощница — пестушка

Пестушка — это определенное руководство матери к действию. По форме она представляет короткий стихотворный напев, имеющий ритмическую организацию и характерную «воркующую» мелодику. Но подобная звуковая стимуляция младенца должна обязательно сопровождаться тактильным раздражением в виде мягких прикосновений матери к телу ребенка, ее определенных движений. В этом и состоит глубинное значение пестушки как средства физического и психического воспитания детей на разных этапах жизни.

Ритм пестушки, ее смысловое содержание подсказывали матери, в какой последовательности и с какой скоростью совершать необходимые движения. Так, распеленав малыша после сна, мать плавными

движениями рук начинала поглаживать тельце младенца — сначала от шейки до ступней ног, затем от середины груди до кистей рук и т. д. — ласково приговаривая:

Потягунюшки, порастунюшки,
 Поперек толстунюшки,
 А в ножки ходюнюшки,
 А в ручки фатюнюшки,
 А в роток говорок,
 А в головку разумок.



Если малыш в ответ издает звуки (вокализирует), вы можете включить в эту песенку и разговор с ним: «А в роток говорок, агу, агу, маленький, а в роток говорок, агу». Произнося: «А в головку разумок», — нежно погладьте малыша по головке.

Существовал и некоторый комплекс физической зарядки, направленный на упражнение отдельных групп мышц и развитие двигательных навыков. Чтобы научить ребенка уверенно стоять, а затем и ходить, управляя движениями ног и сохраняя равновесие, нужно было прежде всего укрепить мышцы его нижних конечностей. Упражнять их начинали с самого раннего возраста.

Четырехмесячному малышу подложите под ноги свою руку и слегка подтолкните ножки — малыш с удовольствием станет их выпрямлять, брыкаться. Можно закрепить в кроватке какую-либо опору для ног (хотя бы твердую подушку), и тогда брыкание станет одним из любимых занятий малыша. Когда ребенок становился на ножки, его держали под бока, подкидывали и озорно подпевали:

Дыбки, дыбки, дыбки,
 Стой дыбки, стой дыбки!

Или:

Дыбок,дыбок,
 Завтра годок!
 Дыбок, дыбок,
 Целый годок!

Радость взрослого, четкая ритмика пестушки передавались младенцу, создавая у него веселое настроение, — и вот он уже сам, подбадриваемый матерью, стремится вновь и вновь повторять свои первые попытки движения. Позже, когда подходило время освоения более

сложных форм — ходьбы, прыжков, бега, наступал черед другим пестушкам, которые имели свою ритмику, соответствующую характеру вырабатываемого двигательного навыка. Например, обучение малыша ходьбе и бегу могло сопровождаться такой приговоркой:

Большие ноги
Шли по дороге:
Топ, топ, топ,
Топ, топ, топ.
Маленькие ножки
Бежали по дорожке:
Топ, топ, топ, топ, топ,
Топ, топ, топ, топ, топ!

Определенные упражнения существовали и для развития мышц шеи, рук и других частей тела. Мать, например, сажала ребенка на колени лицом к себе и, взяв его за ручки, разводила их в стороны под «аккомпанемент» подходящей пестушки:

Тятеньке — сажень,
Маменьке — сажень,
Дедушке сажень,
Бабушке — сажень,
Брату — сажень,
Сестрице — сажень,
А Колюшеньке —
Большую, наольшую!



Использовался также прием быстрых, «взмахивающих» движений руками ребенка («Сова летит, сова летит») или медленного разведения рук, имитирующего плавательные движения. Соответственно изменялся и ритм пестушки, он становился более растянутым, плавным: «Лунь плывет, лунь плывет». Интересно, что уже с самых первых месяцев жизни ребенка обучали именно действию, т. е. определенной последовательности движений, скрепленных каким-то значением. Это способствовало не только развитию сложных координированных движений скелетной мускулатуры, но и закреплению единства объекта и движения в целостном образе. В свою очередь, у малыша формировались первые представления о том, «что могут делать» окружающие его предметы и он сам.

Так, освоение произвольных движений руками сопровождалось незамысловатой припевкой:

Гуси летели,
Лебеди летели,
Гуси летели,
Лебеди летели...

Или:

Уты, уты полетели,
На головку сели,
Сели, сели, посидели
Да опять полетели.
Уты, уты, уты...



В соответствии с анатомической направленностью созревания отдельных частей тела — от «центра» к «периферии» (закономерность развития, о которой мы уже упоминали в начале главы) — происходит и становление двигательных функций. Способность управлять большими группами мышц (например, всей рукой) появляется у ребенка раньше, чем возможность осуществлять точные движения кистью и пальцами, играющими важную роль в развитии тонкой моторики. В этой связи попробуем рассмотреть подробнее развитие функций руки.

Сначала ребенок двигает всей рукой (грубая моторика), позже кистью, еще позднее — пальцами. Такая последовательность двигательной функции руки отражается и в развитии манипуляторной деятельности ребенка, т. е. его действий с предметами. Увидев, например, какую-нибудь игрушку, привлекающую его внимание, малыш начинает тянуться к ней. На первых порах это приводит к неточным прикосновениям и случайным захватам; лишь спустя месяцы ребенок научится совершать более точные и координированные движения рукой по направлению к понравившемуся ему предмету.

В дальнейшем, по мере развития тонкой моторики пальцев, малыш сможет освоить сложные «исследовательские» движения, направленные на изучение и различение предметов по их форме, конфигурации и структуре. Остановившись на этом этапе развития двигательных способностей младенца, хочется вновь обратиться к народному опыту воспитания детей.

Потешки – школа игры

Среди неистощимого богатства методов и средств физического развития выделяются так называемые потешки, применяемые в системе

народного воспитания, как правило, в конце первого — начале второго года жизни ребенка.

Потешки — это своеобразная школа игры, призванная обеспечить малышу адекватный способ познания окружающего мира. Слова, ритмика, игровые действия, сопровождающие исполнение потешки, направлены на одно: развеселить, позабавить, потешить ребенка; создать яркий, положительно окрашенный, эмоциональный фон, необходимый для его активного включения в процесс двустороннего взаимодействия. Но познание мира начинается прежде всего с познания человеком самого себя. И поэтому недаром «объектом» игровых действий взрослого с малышом становились части его тела: ручки, ножки, пальчики. Двигая ручки ребенка к себе и от себя, мать припевала:

Ай тата, тата, тата,
 Пожалуйте решета —
 Мучки посеять,
 Пирожки затеять.
 А для нашей лапушки
 Затеем оладушки,
 Испечем блинка —
 Покормить сына!

Хорошо известные и сегодня потешки «Ладушки-ладушки» и «Со-рока-ворона» также предназначались для развития навыков движения руки, в частности кистей и пальцев. Важно отметить, что в игре ребенок не просто обучали достаточно сложным и тонко координированным движениям, но одновременно закладывали первичный словарный и понятийный запас малыша. Обыгрывая в процессе произнесения потешки различные части тела, мать рано приучала ребенка к их названиям и местоположению, формируя у него соответствующую «схему тела». Дотрагиваясь до тех или иных частей тела, мать называла их, весело приговаривая:

Нос лепешкой!
 Нос лепешкой!
 Щечки — булочки у нас.
 Ай, люшеньки, люли,
 Щечки — булочки у нас!
 Зубки, словно миндалинки,
 А глазки — коринки... и т. д.



Таким образом, колыбельные, пестушки, потешки комплексно, разнонаправленно воздействовали на ребенка, отвечали особенностям возрастного этапа, характеру его восприятия и памяти на тот или иной момент времени. Это не только приводило к целостному физическому развитию, но и создавало предпосылки для совершенствования процессов когнитивного развития и развертывания предметной деятельности, лежащих в основе познания мира.

