

КМП – родителям

Консультация «Двигательная активность детей до года»

Сначала все его действия происходят бессознательно, на уровне рефлексов. Например, он может реагировать на поднесение чего-либо ко рту, на поглаживание. После того как у малыша сфокусируется зрение, он начинает поворачивать голову, следить за игрушками или людьми. Тем самым разрабатываются мышцы шейного отдела.

После 2 месяцев ребенок умеет удерживать головку и подносить ручки к лицу, рассматривая их. В этот период особенно важно на некоторое время поднимать детей в вертикальное положение и переворачивать на животик, что позволит еще больше развить такие двигательные способности.

В возрасте 3 месяцев у детей появляются первые целенаправленные движения. Они стараются поймать собственные руки, игрушки, теребят пальчиками концы одеяла. Поэтому для малышей в этот период необходимы игрушки, которые они могли бы схватить.

К 4-5 месяцам происходит развитие спинных мышц. Малыш учится переворачиваться, сначала со спины на животик и позднее – с живота на спину. Пытается схватить предметы двумя руками. После того как ребенок сможет самостоятельно переворачиваться, ему захочется ползать, и он всеми силами будет развивать эти движения.

Примерно к 7 месяцам ребенок начинает самостоятельно сидеть, что говорит о развитии координации мышц ног. К 9 месяцам малыш старается самостоятельно стать в кроватке, часто перебирает ножками в положении стоя. Это уже является предпосылкой к одному из самых волнительных моментов в развитии детей – их первым шажкам.

Ходить ребенок начинает в возрасте от 10 до 16 месяцев, шагая сначала с широко расставленными и немного согнутыми в коленях ногами.

Таким образом, в первые двенадцать месяцев жизни у детей формируется правильная и осмысленная координация движений. Поэтому в этот период особенно важно создать ребенку все условия для нормального развития двигательной активности и помогать ему в этом. Можно показывать ему примеры движений на собственных

руках, игрушках. Очень хорошо заниматься с ним полезной гимнастикой, сопровождая занятия музыкой и песнями.

Не стоит особенно переживать, если малыш несколько отстает в движениях от своих сверстников или наоборот обгоняет их. Чаще всего это не является серьезным отклонением или предпосылкой к каким-либо нарушениям в развитии, так как двигательная активность каждого ребенка формируется естественным путем и зависит от многих индивидуальных факторов.