

КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ДЕРЖАТЬ ЛОЖКУ И КУШАТЬ ЛОЖКОЙ

ЗАЧЕМ УЧИТЬ МАЛЫША В 1-2 ГОДА КУШАТЬ ЛОЖКОЙ?



Развитие движений пальцев руки оказывает огромное влияние на развитие мозга ребенка. Это настоящая «умная гимнастика» для любого малыша. Овладение ложкой – это овладение так называемыми «орудийными действиями», которые способствуют не только развитию самостоятельности ребенка, но и его умственному развитию. Ребенку нужно скоординировать свои действия, правильно взять ложку рукой, под нужным углом наклона донести пищу в ложке до рта. Но и это не всё! Нужно дальше в правильном направлении наклонить ложку чтобы пища попала ему в рот, а не мимо рта. Это очень большой не только физический, но и умственный труд для малыша! Такая задача сродни задаче взрослого научиться с нуля фигурному катанию – придется учиться координировать свои движения, находить равновесие, осваивать рисунок движений. И в этом труде малышу очень нужна наша помощь. Просто дать ложку и надеяться, что ребенок с удовольствием начнет ей кушать – это ложная надежда. У малыша будет не получаться, он будет расстраиваться и расстраивать вас. И поэтому нам очень важно понять, как помочь ребенку овладеть этим орудийным действием, как пошагово помочь ему овладеть этим непростым для него умением. Ведь даже если самую сложную задачу разделить на маленькие простые шаги — то она станет легкой!

Действия с орудиями – предметами (и с ложкой в том числе, т.к. ложка – это «орудие» действий человека) направлены на развитие мышления ребенка, его мозга!

И подготавливают развитие речевого мышления. А также подготавливают появление у ребенка изобразительной деятельности, совершенствуют действия кисти ребенка, его ручную умелость. Действия с орудиями расширяют возможности мышления малыша при выполнении им практических задач в жизни, приучают добиваться цели.



Итак, мы видим, что обычная еда ложкой – это очень полезное для развития ребенка занятие. Когда же стоит начать малыша обучать использованию ложки? Здесь очень важно внимательно наблюдать за малышом, чтобы попасть в его личный пик интереса к данному процессу!

Обычно в возрасте после года (примерно в возрасте 1 года 2 месяцев – 1 года 3 месяцев) во время кормления малыш начинает брать у Вас ложку и пытаться сам есть. Или пытаться как-то ей манипулировать. Или жестом просит дать ему ложку. Очень важно «поймать» этот момент и использовать его. Это означает, что малышу уже пора учиться есть ложкой. У ребенка есть такое желание, и нам важно его подхватить! Если же Вы в это время заберете ложку у ребенка и не дадите ему самостоятельно есть, то малыш уже вскоре перестанет просить у Вас ложку. Момент будет пропущен. Если же сразу же после просьб ребенка дать ему действовать ложкой Вы начнете учить малыша пользоваться ложкой, то это будет самый лучший период, когда обучение пройдет максимально легко для Вас и для ребенка.

ПРАВИЛЬНО ДЛЯ РЕБЕНКА 1-2 ЛЕТ: Правильный для ребенка захват ложки – это захват в кулачок. Но правильный – захват. При этом ребенок держит ее за середину черенка (т.е за середину ручки ложки), обхватывая сверху пальчиками. Важно: четыре пальчика находятся сверху черенка, а один пальчик – большой пальчик – держит ложку с другой стороны, снизу. Это правильный «детский» захват ложки для самых маленьких детей, при нем большой пальчик обособлен от других пальчиков руки.

НЕПРАВИЛЬНО ДЛЯ РЕБЕНКА 1-2 ЛЕТ: Если ребенок держит ложку неправильно – т.е. все его пять пальчиков находятся сверху черенка ложки – то ему трудно ей пользоваться, он не снимает пищу губами с ложки (как это должно быть), а всасывает ее.



Почему не стоит ждать, когда малыш начнет держать ложку по-взрослому (т.е. до 3 лет), а полезнее ее дать на втором году жизни, когда малыш может держать ее только в кулачке? Примерно к 1 году 3 месяцам большой палец начинает играть особую роль в захвате предметов – захват предметов ребенком кардинально меняется! Малыш захватывает ручку предмета так, что четыре пальчика находятся с одной стороны, а большой палец обособлен от них и удерживает ручку (крышку, колечко) с другой стороны. У каждого ребенка это происходит в свой срок, и зависит это и от индивидуальных его особенностей, и от его игрового опыта — была ли у малыша возможность развивать пальчики на первом году его жизни, держал ли он в ручках предметы разной фактуры, разной формы, учился

ли он захватывать погремушки с разной формой ручки, помогли ли ему близкие взрослые в его развитии.

Интересное совпадение, которое задумала сама Матушка Природа для естественного развития ребенка! Именно в этом возрасте, когда большой пальчик обособляется от других пальчиков руки ребенка, малыш и начинает просить у мамы ложку!

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ И ПРАВИЛА ОБУЧЕНИЯ МАЛЫША ДЕЙСТВИЯМ С ЛОЖКОЙ: ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ

ПРАВИЛО 1. ПРАВИЛО «ТВЕРДОЕ – ЖИДКОЕ»

Это незыблемое правило гласит: сначала учим малыша есть ложкой густую (твердую) пищу, и только потом – жидкую (суп). Почему? Потому что жидкую пищу трудно удержать в ложке и не пролить.

Твердую/густую пищу пытаться есть ложкой ребенок может уже после года и до полутора лет. И к полутора годам прекрасно справляется с этой задачей. А жидкую пищу малыш учится есть ложкой после 1 года 6 месяцев, т.к. это труднее.

ПРАВИЛО 2. ПРАВИЛО «ДВУХ ЛОЖЕК»

Малышу во время обучения пользования ложкой (обычно это второй год жизни ребенка) очень трудно есть ложкой! Поэтому мы даем в ручки малышу ложечку, сами берем другую ложку и садимся справа от ребенка. И начинаем действовать по очереди: ложку ребенок, ложку – мы.

Едим в две ложки! Но очень важно при этом не забирать у малыша его ложку (даже если он еще больше проливает, чем ест), дать ему возможность ей «орудовать». Иначе малыш откажется от ложки и будет требовать чтобы Вы его кормили – ведь так легче. Если малыш устал — то оставляем у него в ручке ложечку и докармливаем его сами. Но ложку не отбираем — пусть ее держит как хочет. Это правило действует и для более старших деток, если ранее Вы не давали им в руку ложку и кормили их сами. Начинаем обучение с «двух ложек».

ПРАВИЛО 3. ПРАВИЛО «СЕМЕЙНОЙ ТРАПЕЗЫ», ИЛИ ПОКАЗ — ОБРАЗЕЦ

Малыши любят подражать. Поэтому очень важно чтобы малыш ел вместе со всей семьей и видел, как едят его братья, сестры, взрослые. Малыш ест с семьей, но на своем стульчике, на своем месте. Если малыш что-то нечаянно пролил – то просто уберите за ним, не ругая, а показывая и рассказывая, почему нужно учиться кушать аккуратно, что сейчас придется помыть пол или вытереть стол.

В процессе семейной трапезы можно не только научить есть ложкой, но и объяснять ребенку простейшие причинно – следственные связи: «Видишь, из тарелки бабушки пар идет. Суп горячий. Нужно подождать». Можно знакомить с разными предметами посуды, называя их.

ПРАВИЛО 4. ПРАВИЛО «ВМЕСТЕ»

Пользование ложкой имеет определенный «рисунок» движения руки. Этот рисунок очень сложный. Чтобы малыш его понял и научился ему, ребенку нужна Ваша помощь. И самый простой способ помочь ребенку — это способ действия «рука в руке». Возьмите руку малыша в Вашу руку (это и есть способ «рука в руке», когда ручка малыша находится под вашей ладонью) и действуйте совместно, направляя ласково ручку малыша. Способом «рука в руке» опустите пустую ложку вместе с ручкой малыша в миску (зачерпывающее движение справа налево для правши и слева направо для левши), наполните ее едой, донесите до рта. Ведите руку ребенка ласково, бережно, аккуратно, чтобы ему было приятно.

Именно Ваша рука не позволит малышу сделать ошибку – она поведет ложку до рта в горизонтальном положении и не даст ей перевернуться. Так мы можем показать «рисунок» движения малышу. И обеспечить ему ощущение успеха и радости от того, что у него всё уже получается!



СТОЯЛ КОРАБЛИК-ЛОЖКА
В КАРТОФЕЛЬНОМ ПОРТУ.
УШЁЛ КОРАБЛИК-ЛОЖКА
С КАРТОШКОЙ НА БОРТУ.
ПОПЛЫЛ КОРАБЛИК-ЛОЖКА
С КАРТОШКОЙ ПО ВОЛНАМ...
ПЛЫВЁТ КОРАБЛИК-ЛОЖКА,
А ЛЕШКА ЕГО: "АМ"!

ИСПОЛЬЗУЙТЕ
В СТИХОТВОРЕНИИ
ИМЯ РЕБЕНКА

ИНТЕРЕСНЫЙ ИГРОВОЙ ПРИЕМ: покажите малышу, что ложка должна лететь по воздуху как самолет, не переворачиваясь – вот как! И попросите его сделать самолетик! Скажите рифмовку:

Ложка – ложка – самолет!

Залетает Лене (имя Вашего ребенка) в рот!

Ууууууууу!

Этот игровой прием позволяет малышу уловить рисунок действия – как правильно нести ложку от тарелки ко рту. Когда Вы заметите, что малыш может сам горизонтально нести ложку до рта и снимать с нее пищу губами, то это значит, что обучение «технике» завершено успешно! Дальше дело за практикой. Но поскольку малыш очень сильно устает, есть ложкой, то даже на этом шаге Вы докармливаете ребенка, не отбирая у него его ложку! При этом на этапе докармливания ребенок «орудует» своей ложкой как получается.

Если Вы видите, что Вашему малышу слишком трудно пользоваться ложкой, то нужно дополнительно подготовить его пальчики с помощью специальных игр для развития мелкой моторики.

КАКАЯ ПОСУДА НУЖНА РЕБЕНКУ ЧТОБЫ ЕМУ БЫЛО ПРОЩЕ НАУЧИТЬСЯ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЛОЖКОЙ

Какую ложку выбрать? Столовый прибор для прикармливания должен быть мягким и максимально безопасным. родитель может приобрести силиконовую ложку с ручкой из пластика.

Такая ложечка уберезёт ребёнка от обжигания горячей едой, а ещё этот прибор не сможет поранить дёсны при неловком движении. У силиконовых ложек гнутся рукоятки, чтоб малышу было удобно держать её в руке.

Посуда должна быть с широким дном – максимально широким, чтобы она была устойчивой. Это относится и к тарелке, и к чашке. Сейчас есть посуда с «прилипающим к столу», «присасывающимся» дном. Она очень хороша для начала обучения ребенка самостоятельной еде.



Тарелка должна быть глубокой, а наполнять ее пищей нужно не полностью. Достаточно наполнить до половины или до ободка, не больше. Это нужно чтобы малыш случайно не пролил или не просыпал еду на стол. Для второго блюда тарелка также должна быть не мелкая, а глубокая с высокими краями

Обязательно хвалите ребенка, даже если он всего 1 раз воспользовался ложкой. Пройдет время, и малыш обязательно освоит новую для него науку питания по правилам!

Потребуется проявить терпение и выдержку - только в этом случае обучение малыша не превратится в мучение.