



5. Poglavlje

Aktivnosti za malo dijete (od rođenja do 6 mjeseci starosti)

Mala beba obično ne izgleda kao da puno toga radi. Većinu vremena provodi jedući, spavajući i odmarajući se. No, iako se čini da nije svjesna svoje okoline, beba već počinje učiti o svijetu koji je okružuje. Ona to radi koristeći se svojim osjetilima: sluha, dodira, njuha, okusa i vida.

Slijepo ili slabovidno dijete također počinje učiti čim se rodi. No, ono treba vašu pomoć da ga uvedete u svijet koji ne može vidjeti.

Možete mu pomoći tako da mu osigurate mnogo prilika za slušanje, dodirivanje i mirisanje. Ohrabrujte ga na istraživanje i igru.

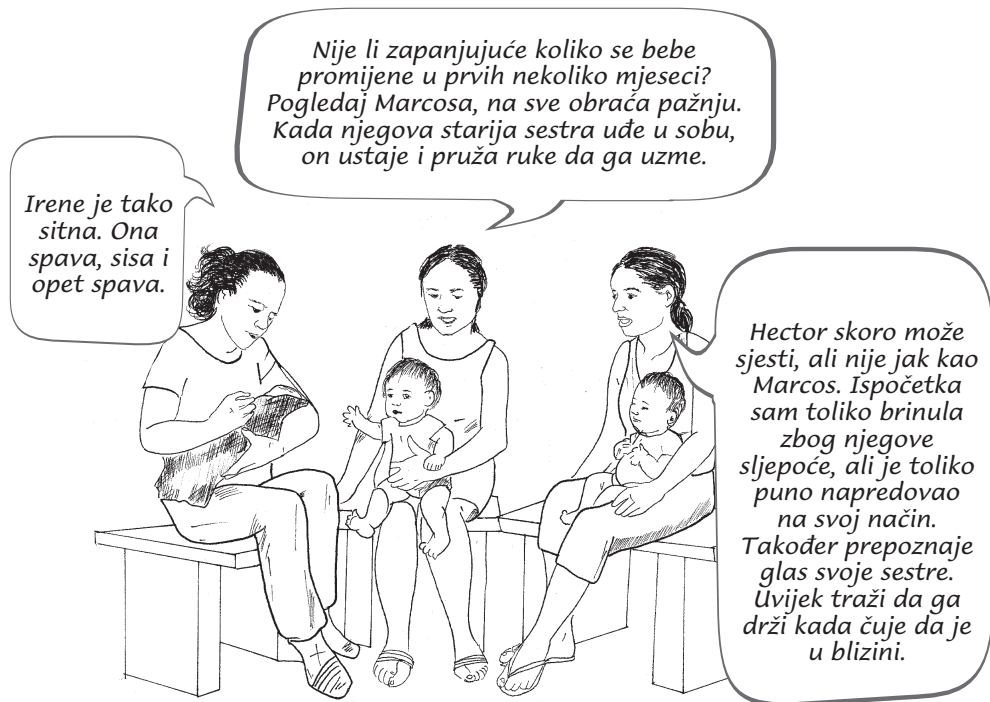


Ako dijete ne može vidjeti igračke ili ljudska lica, ono ne zna da uopće postoji zanimljiv svijet za istraživanje.



Ona treba vašu pomoć da to otkrije.

Kada radite aktivnosti sa svojim djetetom, razgovarajte s njim. Čak i ako mislite da je premalo da bi razumjelo ono što mu govorite, zapamtite da je slušanje glasa jedan od glavnih načina na koji će učiti o svijetu. Za informacije o komuniciranju sa svojim djetetom dok radite ove aktivnosti, pogledajte poglavlje o "Komunikaciji" na str. 45..



AKTIVNOSTI

Aktivnosti u ovom poglavlju su podijeljene u dva dijela: za bebe od rođenja do 3 mjeseca starosti i za bebe stare 4 do 6 mjeseci. To su razdoblja kada bebe mogu početi razvijati ovdje opisane vještine. Međutim, zapamtite da djetetu može trebati i nekoliko mjeseci da nauči novu vještinu. Zato biste mogli željeti raditi na nekoliko vještina odjednom. I ne zaboravite da svako dijete uči svojim tempom.

OD ROĐENJA DO 3 MJESECA STAROSTI

U prvih 3 mjeseca života, beba može naučiti:

- prepoznavati poznate glasove i zvukove
- proizvoditi i druge zvukove osim plača
- otkriti svoje šake i stopala
- podići glavu
- razlikovati mirise
- dodirivati i držati predmete
- uživati u različitim vrstama dodira
- pomoći da se smiri

► **Kako pomoći bebi da nauči vjerovati ljudima i svojoj okolini**

Beba koja vidi ubrzo nauči da određeni zvukovi, dodiri i mirisi dolaze od različitih ljudi i predmeta. To joj pomaže da shvati svijet, osjeća se sigurnom u njemu i poželi ga istražiti. No, zvukovi, dodiri i mirisi mogu uplašiti slijepo dijete jer se čini da dolaze niotkuda. Njoj je potrebna dodatna pomoć da bi shvatila svoje okruženje i u njemu se sigurno osjećala.

Vi joj možete pomoći da shvati odakle dolaze zvukovi i stvari koje su drugačije. Pomozite joj kako bi saznala da učenje o njima može biti zabavno.

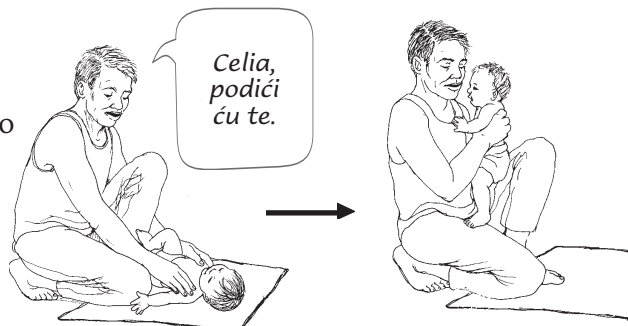


Pošto vaše dijete ne može vidjeti što će se sljedeće dogoditi, ono treba vas da mu to date do znanja. Na primjer:

Nježno mu dodirnite nogu prije mijenjanja pelena. Recite mu što ćete učiniti. Ubrzo će znati što da očekuje kada osjeti dodir na nozi.



Nježno joj dodirnite rame prije nego je podignete. Recite joj što ćete učiniti. Uskoro će znati što znači vaš dodir..



► **Kako ohrabriti dijete da reagira na ljude i zvukove**

Držite dijete u svojoj blizini kada je budno. Često razgovarajte s njim da zna da ste blizu. Ono će naučiti prepoznati vaš glas i reagirati na njega.

Radha, čuješ li taj zvuk? Žanjem žito.



Ponukajte članove obitelji da s njim razgovaraju o onome što rade. Ako ista osoba uvijek radi izvodi istu aktivnost, kao što je kupanje djeteta, ono će početi prepoznavati članove obitelji po tome što rade.

Sada ću ti oprati ruku, Alba.



Tko je moja slatka djevojčica?



Ohrabrite dijete da se smije razgovarajući s njim. Ono će se možda opet nasmijati ako mu lagano puhnete na trbuh ili se igrate s njegovim nožnim prstima.

Pjevajte i svirajte svom djetetu. Ako se oglasi, imitirajte ga kako biste ga ohrabрили da koristi svoj glas.





Kada vaša beba počne proizvoditi zvukove, igrajte se s njom stavljajući njene ruke na svoja usta i grlo dok ponavljate zvukove. To joj također pomaže da nauči odakle dolaze zvukovi.

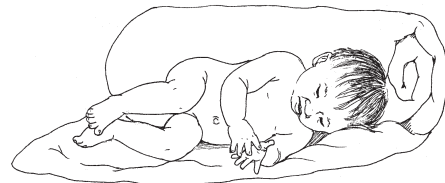
► **Kako možete pomoći svojoj bebi da postane svjesna svojih ruku i nogu i da upotrebljava ruke za držanje predmeta**

Kada hranite svoju bebu, nježno podignite njezinu ruku tako da je stavi na vaše grudi. To joj pomaže u pripremi za držanje predmeta. Hranjenje je također prikladno vrijeme da pjevate svom djetetu ili razgovarate s njim.



Pokušajte mu za ručni zglobov ili gležanj zavezati igračku koja proizvodi buku, na primjer zvonce, mahunu punu sjemenki ili narukvicu. Ono će pokušati pronaći zvuk svojom drugom rukom i igrati se s tim.

Stavite svoje dijete da leži na stranu sa smotanom komadom tkanine iza leđa radi potpore. Ona će prirodno skupiti ruke kako bi se igralo.



Zapamtite, budući da se sitnim predmetima beba može ugušiti, trebajte je spriječiti ako pokuša stavljati u usta male igračke ili predmete.povući.

Dajte mu da drži stvari koje su međusobno različite na dodir, kao što su komad glatke svilenkaste tkanine i grubog platna. Također ga možete poticati da povlači predmete kao što su kuglice nanizane na čvrstom konopcu ili uža sa čvorovima. Ako i vi lagano povučete, ono će jače povući.



Pazite da se ne uguši kuglicama ili ih proguta.

Prvo ću ti istrljati prsa, Bina.



Pokušajte ga cijelog nježno izmasirati, koristeći biljno ulje, losion ili samo svoje ruke. Počnite na grudima i krećite se van prema njegovim šakama. Zatim se vratite na stražnji dio i dolje niz noge.

Nakon što se navikne na vašu masažu, pokušajte mu nježno masirati tijelo tkaninama različitih tekstura. Nakon toga potičite ga da dodiruje različite dijelove svoga tijela – na primjer, da rukom dodiruje noge.



Dodirujte mu ruke i stopala kada se zajedno igrate. Potapšajte ih ili lagano puhnite na njih i recite kako se zovu.

► Kako pomoći djetetu razviti kontrolu nad svojom glavom

Djetetovi vratni mišići jačaju kada ono leži na trbuhu i podiže glavu. Dijete koje vidi podizat će glavu da gleda razne stvari, ali slijepo dijete će trebati druge razloge da podigne glavu. Mnoga djeca možda ne vole ležati na trbuhu. Vaše će dijete to radije napraviti ako:

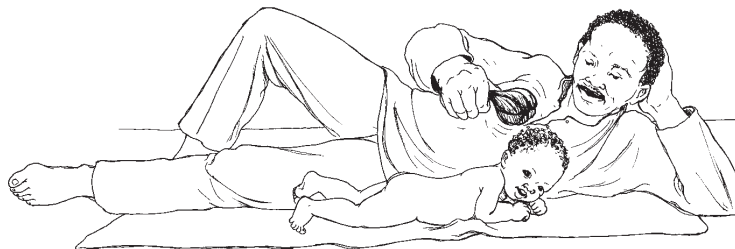
Stavite si dijete na prsa. Ako je njegovo lice blizu vašem, ono će poželjeti podići glavu kada vam čuje glas ili će vam htjeti dotaknuti lice. Možete ga i obuhvatiti rukama i ljuljati se naprijed-nazad.



Stavite bebu na svoja koljena, pridržavajući je rukom. Ljuljajte je koljenima. To je jednostavan način držanja djeteta koji ga ohrabruje da podiže glavu i jača vratne mišiće. Također priprema dijete za puzanje.



Dajte svom djetetu da opipa bučnu igračku, a zatim je tresite 15-ak centimetara iznad njegove glave. Ono će često podići glavu u potrazi za zvukom.



► **Kako pomoći svom djetetu u istraživanju predmeta koristeći se okusom i mirisom**

Bebe prvo uče o svijetu kušajući i istražujući predmete ustima. To je osobito bitno za djecu oštećena vida jer ona moraju puno toga naučiti koristeći se ostalim osjetilima. Sve čime se dijete igra treba biti čisto i dovoljno veliko da se beba ne uguši.

Lagano dotaknite prstom djetetova usta. Pustite da vam siše prst i istražuje ga.



Alita, sviđa li ti se žličica Tia Ane



To je mamin prst, malena.

Kada vaše dijete samo može držati predmete, potičite ga da istražuje njihov miris i okus.

► **Kako pomoći djetetu da osjeti različite vrste dodira**

Igrajte igru u kojoj umaćete dijelove njegova tijela u vodu i govorite kako se koji zove.

Ovo je cvijet Aminah. Lijepo miriše zar ne?



U vodi je tvoja šaka, Mei Mei.

Potičite ga da dodiruje stvari koje su zanimljive na dodir i jakog ali ugodnog mirisa – kao što su voće, povrće ili cvijeće.

► **Kako pripremiti dijete za preokretanje**

Dijete koje vidi uči se preokretati kada poseže za raznim stvarima. Ako vaše dijete ne vidi, možda ćete mu morati pomoći da se nauči preokrenuti. Kada mu glava, vrat i ramena ojačaju, primijetit ćete kako podiže glavu i okreće se kada začuje zvukove. Sada se može pripremiti za preokretanje.

Kada je dijete na trbuhu, zatresite mu iznad glave bučnu igračku da ga potaknete da podigne glavu. Kada uhvati igračku, pomaknite je iza njega tako da mu pomognete da se preokrene na leđa.



Stavite svoje dijete da leži na strani s tkaninom ili jastukom iza nje. Zatresite bučnu igračku ispred njega. Zatim spustite igračku prema podu. Ono će zakrenuti glavu i ramena da bi je slijedilo – i preokrenuti se na trbuh.



OD 4 DO 6 MJESECI STAROSTI

Kada malo poraste dijete može:

- nasmiješiti se poznatom glasu ili zvuku
- istraživati svoje tijelo da nauči kako izgleda
- proizvoditi zvukove koji su slični riječima, ali nisu razumljivi (brbljati)
- predmet u ruci prinijeti ustima
- premjestiti predmet iz jedne ruke u drugu
- posegnuti za igračkama koje čuje, osjeća ili vidi
- preokrenuti se s trbuha na leđa, i obrnuto
- pripremati se za sjedenje i puzanje (na primjer, pokušavajući održati ravnotežu dok sjedi nekome na koljenu)

Otprilike u ovo doba, slijepo dijete može početi neprestano ponavljati iste pokrete.

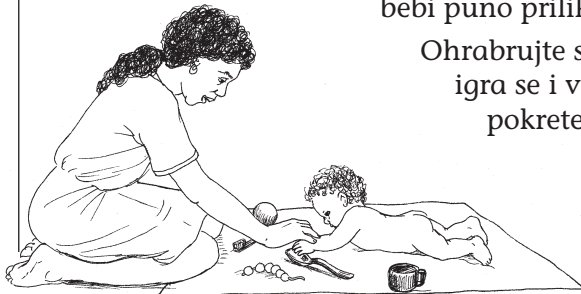
Slijepo dijete često neprestano ponavlja neobične pokrete, kao što su guranje prstiju u oči, pljeskanje i ljuljanje. Nitko ne zna sa sigurnošću zašto se to događa. Vjerojatno zato što svako dijete treba istraživati i igrati se. Ako beba ne zna da postoje druge zanimljive stvari oko njega, igrat će se s jedinim što poznaje – vlastitim tijelom.



Te se pokrete može primijetiti prije 6. mjeseca starosti djeteta i mogu naškoditi djetetovu razvoju ako ga sprečavaju da obrati pozornost na ljude i stvari oko sebe. Kad poraste, druga djeca se možda neće htjeti igrati s njim jer ih njegovi pokreti plaše.

Aktivnosti u ovom poglavlju dat će vašoj bebi puno prilika za učenje novih stvari.

Ohrabrujte svoje dijete da istražuje i igra se i vjerojatno će ponavljati te pokrete sve rjeđe.



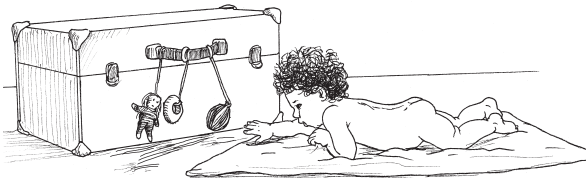
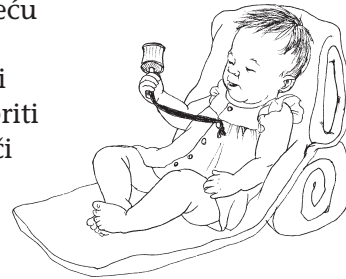
► **Kako ohrabriti svoje dijete da poseže za stvarima i drži ih**

Dajte mu da dodiruje predmete koji su različiti na dodir – na primjer, krznene, glatke ili kvrgave igračke. Nakon što se počne igrati s njima, pomaknite ih tik izvan njegova dosega. Lupkajte predmetima po podu, tako da zna gdje su.



Tresite bučan predmet dok ne posegne za njim. (Isprva ćete mu možda morati nježno pogurnuti lakat prema predmetu.) Potom ga potaknite da ga tresе i premješta iz jedne u drugu ruku. To će mu pomoći da nauči odakle dolaze zvukovi i ojačat će njegove ruke.

Pričvrstite predmete za djetetovu odjeću ili ruke kratkom uzicom. Ako ispusti igračku, vodite njegovu ruku po uzici dok ne dohvati vrh. Ovo će ga ohrabriti da samo posegne za nečim i da nauči da stvari koje ispusti nisu nestale.



Držite nekoliko predmeta na istom mjestu tako da nauči gdje će ih naći.

► **Kako pomoći djetetu da se preokrene**

Iako ste radili aktivnost na str. 39, pomogli ste djetetu da se preokrene povlačeći igračku ili stavljajući mu nešto iza leđa. Sada to može naučiti s manje pomoći.



Kada je dijete na trbuhu, upotrijebite bučan predmet da mu privučete pozornost, baš kao i prije. No, kada ono posegne na stranu za predmetom, pomaknite ga prema gore tako da mora posegnuti dalje. Ako je dovoljno jako, okrenut će se postrance i zatim na leđa.

Kada je vaše dijete na leđima, potaknite ga da posegne za bučnim predmetom koji držite s jedne strane. Pomognite mu da se preokrene prema bučnoj igrački i na stranu ili na trbuh.



► **Kako pripremiti dijete za sjedenje**

Ako vaše dijete još ne može samostalno sjediti, ove mu aktivnosti mogu pomoći da se pripremi za to.

Držite dijete na koljenima, okrenuto licem prema vama, pridržavajući mu leđa.



Sjedite iza svog djeteta, donekle ga pridržavajući tijelom.



Držite dijete labavo na koljenima. Polako podignite jedno koljeno tako da se malo nagne na stranu. Zatim savinite drugo koljeno. Ono će se naučiti nagnjati na stranu kako bi održalo ravnotežu.

► **Kako pomoći djetetu u pripremi za puzanje**

Za puzanje djetetu trebaju snažne ruke i ramena. Također mora moći održavati ravnotežu dok se nagnje s jedne na drugu stranu. Sljedeće aktivnosti mogu pomoći.

Postavite dijete na ruke i koljena preko smotuljka tkanine. Klupko treba biti dovoljno veliko da mu pruži neku potporu, ali i dovoljno malo da ono samo mora nositi dio svoje težine. Polako ga ljuljajte naprijed-nazad i s jedne na drugu stranu.



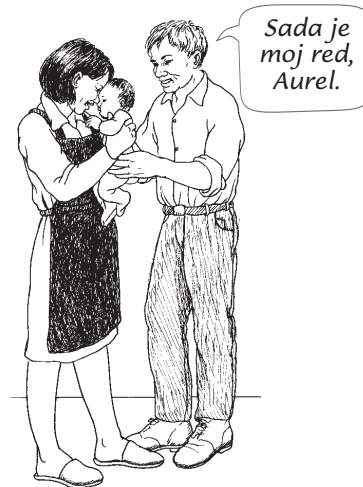
Stavite dijete na svoju nogu ili na smotuljak tkanine. Potaknite ga da posegne za igračkom na jednoj strani, dok mu ruke i koljena na drugoj strani predstavljaju protutežu. Ponavljajte to i s druge strane.

► **Kako pomoći bebi da uživa u kretanju i sigurnije se osjeća kada se samostalno kreće**

Možete pomoći svom djetetu da uživa u kretanju tako da mu dopustite kretanje na mnogo različitih načina. Stalno razgovarajte s njim kad radite ove aktivnosti. To će mu pomoći da se manje boji kada radi nešto novo. Na primjer:



Ljuljajte ga naprijed-nazad na velikom komadu tkanine ili u visećoj ležaljci



Igrajte igru u kojoj vi i još jedna osoba dajete dijete jedno drugome.

Smislite pokrete tijela koje ćete raditi zajedno. Savinite mu noge i pomičite ih naprijed-nazad. Pomozite mu da sastavi ruke na sredini tijela i ponovo ih rastavi. Spojite mu ruke i plješćite njima. Koristite iste riječi svaki puta kada nazivate ono što radite.



Zavežite dijete na leđa i trčite ili skačite.