**ПЯТЫЙ МЕСЯЦ: ДОТЯНУТЬСЯ И ВЗЯТЬ В РУКУ**

Умение доставать предметы одной рукой - наиболее заметное достижение

на этом этапе. Давайте вспомним, как последовательно развивалась на про-

тяжении предыдущих месяцев способность ребенка доставать различные пред-

меты.

Уже в первые 2 месяца жизни младенец мог время от времени перебирать

пальчиками в направлении предмета, вызывающего его интерес. Эти неулови-

мые, практически незаметные жесты и были началом формирующейся способ-

ности доставать предметы. Около 3 месяцев он обнаружил, что собственные

руки легко досягаемый объект, а главное, что это часть его самого. Ребе-

нок начинает ударять и шлепать руками по всем предметам, до которых дос-

тает. Попаданий в цель значительно меньше, чем промахов; в движениях еще

очень мало правильной направленности. С 3-4-го месяца начинается игра с

подвешенными к кроватке игрушками (ребенок держит руки перед собой). Од-

на рука старается захватить другую. Развитие бинокулярного зрения позво-

ляет малышу в 4 месяца выполнять сгребающие движения; совершенствуются и

хватательные навыки.

Как расшифровать сигналы общения

Предлагаем вашему вниманию таблицу, которая поможет вам научиться

правильно интерпретировать сигналы малыша. В одну колонку запишите зна-

ки, с помощью которых ребенок привлекает ваше внимание, в другую - вашу

интерпретацию этих сигналов и, наконец, в третью - как отреагировал ма-

лыш на ваши действия. Через несколько месяцев вы чрезвычайно преуспеете

в роли дешифровщика.

Сигналы Что пытается сказать Его реакция на мои

малыш действия

- Наклоняется ко мне,

глаза широко раскры- - "Давай поиграем!" - Мы "болтаем без умол-

ты, размахивает ручка- ку" около 3 минут

ми, как бы стараясь об-

нять

- Издает короткие, на вы- - "Я заплачу, если ты не - Он успокаивается, как

дохе, всхлипы возьмешь меня" только я беру его на ру-

ки

- Чмокает губами и хва- - "Я хочу кушать" - С удовольствием ест

тается за мою кофточ-

ку

- Капризничает и выги- - "Положи меня на под- - Успокаивается на полу

бает спину, когда я дер- стилку, чтобы брыкать- на подстилке и весело

жу его на руках ся и играть" брыкается

- Капризничает, когда я - "Я хочу быть рядом с - Успокаивается, когда я

кладу его в кроватку тобой" кладу его в лоскутный

держатель

Потянуться и коснуться

В возрасте около 5 месяцев прежние загребающие движения, если малыш

хочет дотянуться до игрушки, сменяются умением взять ее одной рукой. Для

захвата предмета ребенок сначала использует всю кисть руки, как бы уст-

раивая ловушку из всех пальцев и ладони. В этом возрасте он уже может

дотянуться до предметов, находящихся на расстоянии вытянутой руки, и

точно, не промахнувшись, взять игрушку. Он изучает ее, перекладывает из

одной руки в другую и чаще всего отправляет в рот.

Из дневника Марты: "Для Мэтью стало проще обращаться с окружающими

предметами. Он берет игрушку из моих рук, рассматривает ее, играет с

ней. Бывает, что он больше не хочет заниматься с ней, но это происходит

не потому, что он устал от игры, а потому что я даю ему одну и ту же иг-

рушку. Если я тут же предлагаю ему другие, интерес к игре возобновится.

Когда Мэтью с чем-нибудь играет, обычно он выполняет три основных

действия: берет предмет в руки, подносит ко рту, чтобы попробовать на

зуб, и, наконец, начинает внимательно рассматривать. Поднося игрушку все

ближе к лицу, чтобы отправить ее в рот, он не отрывает от нее взгляда -

глаза по-прежнему фокусируются на ней. Но когда он подносит игрушку

очень близко к лицу, фокус нарушается. Именно поэтому Мэтью вновь отод-

вигает игрушку на расстояние вытянутой руки, чтобы удобнее было ее расс-

матривать".

Общение с помощью голоса

В 5 месяцев малыш учится узнавать человека по голосу. Это добавляет

новые возможности для лучшего контакта с ним. Так, если малыш в соседней

комнате заплакал, скажите ему: "Мама идет". И этого бывает довольно,

чтобы он успокоился и занялся чем-нибудь до вашего прихода.

Если малышу еще нет года, он не способен хранить в памяти ваш образ,

когда вас нет рядом. Однако если он слышит ваш голос, его беспокойство

уменьшается. Но еще долгие месяцы ребенок будет продолжать капризничать,

когда вы уходите.

Любимые занятия в 5 месяцев

"Самолет". Если малыша в этом возрасте положить на живот, он будет

махать руками, перебирать ногами, перекатываться с боку на бок и выги-

бать шею, стараясь приподняться - это и есть "самолет" (или "хлопанье

крыльями").

Передвижение толчками. Когда малыш занят своим обычным сейчас "бегом

на месте", подставьте руки ему под ступни. Оттолкнувшись от них, он

толчком продвинется вперед. Упираться и отталкиваться - способ, каким

малыш в этом возрасте успешно передвигается по своей кроватке.

Отжимание. В прошлом месяце ребенок слегка приподнимал голову и

грудь, опираясь при этом на локотки. Сейчас он может полностью отжаться,

оторвавшись грудью от поверхности и используя при этом руки для опоры.

Игра со ступнями. Сидя у вас на коленях, малыш может откинуться на-

зад, схватить руками свою ступню и поиграть с ней.

Подтянуться, чтобы сесть (встать). Потяните лежащего малыша за руки,

помогая ему сесть. Обратите внимание, как он старается помочь вам и са-

мому себе: поднимает голову, наклоняется вперед, сгибая локти. Тем же

способом помогите ему встать.

Первый раз сидит! Лучшим, как мне кажется, подтверждением взросления

малыша становится такая картинка: ребенок сидит без поддержки, опираясь

на вытянутые вперед руки. Раньше он бы сразу упал, а теперь сохраняет

такую позу несколько минут. Он очень доволен и иногда даже может одной

рукой потянуться за игрушкой, сохраняя равновесие с помощью другой руки.

С этого времени вы спокойно можете сажать его в высокое детское кресло,

обложив подушками, придвигать кресло к столу и обедать всей семьей.

Перевороты. Научившись отталкиваться, ребенок легко осваивает перево-

роты с живота на спину. Проследите за последовательностью его движений.

Когда малыш отталкивается, одна рука у него оказывается выше другой, в

эту же сторону он наклоняет голову и плечи, создавая тем самым момент

вращения (как это делают гимнасты при выполнении махов). Перевернуться с

живота на спину можно и более простым способом. Положите сбоку от лежа-

щего на животе малыша игрушку. Он заметит ее и постарается к ней повер-

нуться. Для этого он выпрямит одну из согнутых в локтях руку и оттолкнет

ею себя, в то время как локоть другой, согнутой, руки выполняет роль ры-

чага. Чаще дети начинают переворачиваться с живота на спину, а уже потом

- со спинки на живот. Происходит так потому, что они раньше сознают, как

использовать в качестве рычагов руки, к тому же на округлом животике

легче раскачиваться.

Стоит лучше. Прежде ребенок мог стоять, если вы поддерживали его под

мышки. Сейчас он может нести свой вес самостоятельно: для сохранения

равновесия он держится за вас вытянутыми руками.

Какие игрушки выбрать для 5-месячного малыша

- игрушки, издающие разные звуки (пищащие)

- игрушки различной формы и фактуры, с помощью которых ребенок может

тренировать руки, например, несколько коротких кусочков пряжи, связанных

вместе по центру

- кубики - любимая игрушка в любом возрасте

- игрушки, которые можно брать и перекладывать из руки в руку, напри-

мер кольца

Как играть с 5-месячным малышом

Эти игры будут интересны вашему малышу и помогут в его дальнейшем

развитии.

"Хватай и тяни". Любая часть вашего тела превращается в желанную иг-

рушку. Когда мои дети учились разрабатывать пальцы, избрав для этого во-

лосы у меня на груди, я вскрикивал: "Ой!", и их личики освещались вос-

торгом от осознания собственного достижения. В этом возрасте малыши мо-

гут дотягиваться до бутылочки или груди матери и держаться за них во

время кормления.

Из дневника Марты: "Мэтью теперь хватает меня за нос, подбородок, гу-

бы. Он старается, ухватившись за подбородок, подтянуть его вниз, к себе,

и присасывается к нему ртом. Ему ужасно нравится все это проделывать".

Игра в кубики. Для этого возраста нет лучшей игрушки, чем кубики. Вот

какими должны быть кубики:

- небольшими - около 1,5 дюйма (4 см), чтобы легче было удерживать их

в руке

- яркими и контрастными: красными, желтыми, голубыми, зелеными и т.д.

- деревянными

Посадите малыша в детское кресло, обложив с боков подушками, пос-

кольку он еще довольно мал для того, чтобы сидеть прямо без поддержки.

Положите кубик на подставку или на стол перед ребенком и понаблюдайте за

его очаровательными движениями при игре. Вот он захватывает кубик всей

пятерней, ласково поглаживает его, изучает, перекладывает из руки в руку

и, наконец, подносит ко рту. Скоро он научится стучать по кубикам, бро-

сать их или складывать. Пока же он снова и снова перекладывает кубик из

руки в руку.

Начинать лучше с одного кубика, чтобы дать ребенку время привыкнуть.

Потом положите перед ним еще один и посмотрите, как малыш, держа один

кубик в руке, будет стараться схватить новый другой рукой. Он смотрит на

руки, в каждой из которых по кубику, и как бы раздумывает, что же делать

дальше. Возможно, он начнет стучать ими друг о друга. Через месяц он на-

учится откладывать один кубик, чтобы взять другой. Из игры с кубиками

малыш может научиться многому. Ему удается проделать с ним все, что он

хочет, и это поощряет его к освоению более сложного навыка - он учится

брать предметы с помощью только большого и указательного пальцев. Эта

способность будет оттачиваться в течение последующих нескольких месяцев.

Забавы за столом. Сядьте к обеденному столу и возьмите на колени ма-

лыша. Позвольте ему немного поиграть с салфетками и ложками.

- БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ: Не позволяйте ребенку дотягиваться до опасных

предметов на столе и брать ножи, вилки. Держите также подальше от малыша

горячую еду и напитки. Если ребенок все-таки случайно схватил какой-ни-

будь острый предмет, не старайтесь отобрать его, вытаскивая из крепко

сжатой руки. Это может привести лишь к тому, что ребенок сожмет кулачок

еще сильнее и в результате порежет руку. Вместо этого слегка похлопайте

его по тыльной стороне кисти руки и по запястью. Это помешает малышу

крепче зажать нож в руке или начать им размахивать. Постукивая одной ру-

кой по тыльной стороне кисти, другой осторожно разжимайте пальцы, чтобы

нож просто выпал.

- ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ. Кубики и шары должны быть диаметром не менее 1,5

дюйма (4 см), чтобы малыш не мог их проглотить.

Игры с подушкой. Начиная с 5 месяцев, мы обычно рекомендуем игры с

различными подушками - цилиндрическими или клинообразными (в форме треу-

гольной призмы).

Можно использовать остатки поролона, придав им соответствующую форму

и обшив материалом с контрастным узором, лучше в черно-белую полоску.

Цилиндрические подушки (валики) диаметром 7-10 дюймов (18-25 см) и

около 2 футов (60 см) в длину - хорошие приспособления, с помощью кото-

рых ребенок может выполнять массу интересных упражнений. Например, можно

положить малыша животом на валик и, поддерживая за ножки, покатать на

нем (игра в "тачку") или, усадив ребенка на валик верхом, понаблюдать,

что он придумает в новом положении. Он может толкать себя вместе с вали-

ком, чтобы дотянуться до игрушки на ковре, или покататься на нем взад -

вперед, помогая себе ногами.

Клинообразные подушки (в виде треугольной призмы) могут послужить

опорой для груди ребенка, позволяя ему свесить голову за край подушки и

поиграть с находящимися рядом игрушками. Для детей этого возраста ис-

пользуйте подушки высотой от 3 до 4 дюймов (8-10 см).

Из дневника Марты: "Мэтью по-прежнему очень расстраивается, когда ле-

жит на животике и понимает, что смог бы двигаться, если бы ему удалось

оторвать животик от поверхности. Он размахивает ручонками, дергает нож-

ками, но это ничего не дает. Вот почему, я думаю, он так любит поролоно-

вые подушки и валики - ведь они по крайней мере позволяют приподнять жи-

вотик над поверхностью, а это дает малышу ощущение движения вперед".