

КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ДЕРЖАТЬ ЛОЖКУ И КУШАТЬ ЛОЖКОЙ



КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ДЕРЖАТЬ ЛОЖКУ И КУШАТЬ ЛОЖКОЙ?

Хорошо развитая речь ребенка и развитие его мышления, умственное развитие малыша очень тесно связаны с развитием действий ребенка с предметами.

ЗАЧЕМ УЧИТЬ МАЛЫША В 1-2 ГОДА КУШАТЬ ЛОЖКОЙ?

Зачем учить пользоваться ложкой маленького ребенка? Это первый вопрос, на который нам с вами, нужно ответить. Ведь, действительно, нам — взрослым, гораздо проще, да и быстрее – накормить ребенка самим, чем учить его пользоваться ложкой. Да и чище намного будет, намного меньше проблем с уборкой! Может быть не нужно спешить?

Давайте разберемся.

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! Как это сделать — ниже в статье.

А сначала давайте разберемся с тем, а что такое орудийное действие и почему такие действия очень важны для развития детей 1-2 лет.

Пользование ложкой – это орудийное действие ребенка (т.е. действие с инструментом — помощником ребенка), в котором есть определенный «рисунок». Постепенно рисунок этого действия отрабатывается до автоматизма, и мы уже о нем на задумываемся. Но на начальных этапах умение есть ложкой даётся не просто, и нам очень важно знать, как помогать малышу и в освоении орудийного действия с ложкой, и во всех других случаях его овладения подобными действиями.

Что такое «орудие»? Это предмет, с помощью которого выполняются те действия, которые без него выполнять не удобно, невозможно или не принято. Таким предметом можно:

- придвинуть к себе игрушку, протолкнуть сюрприз из трубы наружу (в этом случае орудием является палочка),
- выловить рыбку из тазика (орудие- сачок),
- забить втулочку в обучающей игрушке (орудие – детский деревянный молоточек),
- размазать масло по кусочку хлеба (орудие – детский пластмассовый безопасный нож или палочка),
- пересыпать песок в ведро (орудие – совочек).

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. Например, такой целью для ребенка может быть достать из таза с водой цветные шарики с помощью орудия – большой ложки – черпачка. Для этого надо научиться пользоваться этой ложкой, правильно держать ее в руке, нести ложку с правильным наклоном.



Орудийными действиями малыш интенсивно овладевает именно в раннем возрасте (с 1 года до 3 лет), и умение есть ложкой — в числе таких очень важных для развития малыша орудийных умений. Если игры — занятия с другими «орудиями» нам нужно специально организовывать и планировать, то еда ложкой — это естественный ежедневно повторяющийся процесс, в котором мы решаем те же развивающие задачи в быту по ходу обычной жизни малыша.

В КАКОМ ВОЗРАСТЕ ЛУЧШЕ НАЧИНАТЬ УЧИТЬ РЕБЕНКА ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЛОЖКОЙ

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 (как это сделать — я описала ниже), то это будет самый лучший период, когда обучение пройдет максимально легко для Вас и для ребенка.

Именно возраст 1-2 лет является самым лучшим периодом для развития навыков самообслуживания малыша и приучения его к умению пользоваться чашкой, ложкой, к опрятности и порядку. Малыш в это время сам с удовольствием помогает взрослым и рвется попробовать всё сам! Этот порыв, это стремление важно нам

использовать во благо развития ребенка. В возрасте 3 лет и позже это сделать гораздо сложнее, у малыша будут уже другие интересы. А в 3 года в ответ на нашу просьбу начать «кушать самому, так как ты уже стал большой» ребенок может начать капризничать и откажется от ложки. И процесс пойдет намного труднее чем на втором году жизни.

КАК ЗАХВАТЫВАЕТ ЛОЖКУ МАЛЫШ 1-2 ЛЕТ: ПРАВИЛЬНЫЙ И НЕПРАВИЛЬНЫЙ ЗАХВАТ. ПОЧЕМУ РЕБЕНКА НЕЛЬЗЯ ЗАСТАВЛЯТЬ ДЕРЖАТЬ ЛОЖКУ КАК ВЗРОСЛЫЙ?

Еда ложкой в первые годы жизни ребенка отличается от того, как держит ложку взрослый.

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.



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



Расскажу сначала об основных правилах, которые помогут избежать типичных ошибок и сильно облегчат процесс обучения самостоятельной еде с помощью ложки. А после правил я дам несколько игр, которые развивают ручку ребенка и рекомендации по выбору посуды для малыша, который только учится есть ложкой. Итак, правила для облегчения обучения малыша 1-2 лет действиям с ложкой!

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.

Если Вашему малышу уже больше 2 лет, и он никогда не ел ложкой сам, то с чего начинать процесс обучения? Конечно же, с простого. Вернемся к пропущенному этапу и дадим сначала ему есть густую пищу ложкой (а супом будем кормить сами). А когда эта задача начнет у него хорошо получаться – то будем учить есть жидкую пищу ложкой.

Итак, начинаем учить пользоваться ложкой не с супа, а с густой пищи – то есть с густой каши, пюре, овощей, тушеных блюд.

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 «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 «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». Давайте пошагово рассмотрим, как это делается.

ПОЛЕЗНЫЙ СОВЕТ

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.

МАЛЫШ С 2 ЛЕТ ДО ТРЕХ ЛЕТ МОЖЕТ НАУЧИТЬСЯ И УМЕТЬ:

- Есть ложкой без потерь пищи (неважно, как держит ложку),
- Нанизывать на вилку еду.
- Сам взять стакан, налить в него воду из кувшина/графина и выпить.
- К 3 годам малыш пьет из чашки, держа ее одной рукой
- Есть не размолотую пищу, аккуратно есть ложкой и вилок самостоятельно без помощи взрослого.
- Пить жидкость через соломинку.
- Самостоятельно пользоваться салфеткой, говорить «спасибо».

В этом возрасте малыш уже может научиться есть опрятно, держать ложку в ведущей руке (для правой – в правой, для левой – в левой), знает правило о том, что перед едой мы моем руки. Также он уже знаком с вилок и знает, что она предназначена для второго блюда (детская вилка должна быть не острой, а с закругленными зубцами).

Малыш 2-3 лет уже может не только есть ложкой, но и активно помогать Вам на кухне. А в детских садах, работающих по методике Марии Монтессори, детки этого возраста готовят сами (!) кулинарные блюда. Ранний возраст – это сензитивный период приучения малыша к порядку, время, когда он с удовольствием помогает взрослым и при этом чувствует себя большим и самостоятельным.

Что еще может Ваш малыш на третьем году жизни: развивающие задания для развития мелкой моторики и сенсомоторной координации в ходе обычных дел на кухне:

- По Вашей просьбе поставить на стол чашки, тарелки, блюдца, салфетницу, хлебницу, разложить ложки, вилки.
- Положить хлеб в хлебницу и разложить его красиво в хлебнице.
- Положить вымытые Вами фрукты в вазу.
- Принести Вам для приготовления еды одну морковь, много ягод и выполнить другие простейшие математические поручения (дай длинную морковку – эта короткая, а где у нас длинная? Вот она! Посмотри, какая длинная – проводим пальчиком вдоль морковки: дли-и-инная!)
- Разрезать варёные овощи на кусочки (как получится) безопасным пластиковым ножом. Это может быть вареная картошка или морковь. При этом взрослый беседует с малышом, называя овощ, цвет, вкус, форму, мягкость – твердость, вспоминая, что еще делают из этого овоща и где он растет (на дереве в саду или в земле в огороде). Взрослый может показать малышу, что вареные овощи можно нарезать колечками или кубиками.
- Переложить из одной большой миски (или кастрюли) в другую ложкой крупу, зеленый горошек.
- Раскатывать из теста колбаски, делать лепешки, фигурки.
- Прилеплять печеню в форме зверушек (зайки, рыбки) глазки из изюма,
- Пальчиком вдавливать в тесто, приготовленное для кекса изюминки.

- С помощью палочки или вилки украшать печенье перед его выпечкой (разрежьте песочное тесто на квадратики и дайте возможность ребенку «тычком» с помощью палочки или вилки его украсить узором. Вилка или палочка держатся вертикально, ребенок «тыкает» ими в печенье, «рисуя» на нем узор).
- Положить вымытые и высушенные ложки в ящичек для ложек, не перепутав с ящичком для вилок. Разложить большие ложки в один ящичек, а маленькие чайные – в другой.
- Придумывать фигурки из нарезанных вами овощей на тарелке.
- Помочь положить в кастрюлю нарезанные Вами овощи или фрукты и угадать, что это за продукты и какое блюдо из них получится.
- На детской безопасной терке (такие терки для малышей продаются в специализированных отделах детской кулинарии) потереть вареные (важно – не сырые, а именно вареные) овощи для салата.

Помогая Вам, малыш занят полезным делом, он развивается в этом деле, он активен, он чувствует себя умелым – что очень важно для формирования личности ребенка! При этом идет полноценное развитие ребенка- развитие сенсомоторной координации и мелкой моторики, умения классифицировать предметы, уточнение и обогащение словарного запаса, развитие понимания речи, внимания, памяти и т.д.

Буду рада, если советы из этой статьи помогут Вам научить Вашего малыша пользоваться ложкой!