



Drodzy Rodzice!

Wasze dziecko przeżywa swój pierwszy rok na tym świecie.

W tym okresie maluch rozwija się niezwykle intensywnie:

- W pierwszym roku życia zyskuje 25 – 30 cm długości, a jego waga wzrasta trzykrotnie;
- Na początku adaptuje się do życia „po drugiej stronie brzucha mamy”. Stopniowo staje się coraz bardziej sprawnym i świadomym sprawcą rozmaitych działań: chwyta i ciągnie, potrząsa, uczy się samodzielnie obracać i siedzieć, a także przemieszczać. Wiele dzieci kończąc roczek sprawnie raczkuje lub robi swoje pierwsze kroki;
- Orientuje się już w świecie społecznym, z fascynacją obserwując twarze swoich najbliższych i ucząc się ich rozpoznawać (przy czym już po 4 godzinach od urodzenia dziecko odróżnia twarz swojej mamy spośród obcych). Interesuje się także innymi dziećmi, z którymi się styka. Pierwszy rok życia dziecka jest szczególnie ważny dla nawiązania i zbudowania bliskiej i indywidualnej relacji dziecka z jego rodzicami. Ta specyficzna relacja nazywana jest przez psychologa J. Bowlby’ego przywiązaniem, a prawidłowo ukształtowane przywiązanie daje dziecku poczucie bezpieczeństwa i własnej wartości oraz stanowi bazę dla relacji z innymi ludźmi na całe dalsze życie;
- Według innego badacza, J. Piaget’a, ten okres życia w rozwoju to stadium sensomotoryczne. Oznacza to między innymi, że szczególnie istotne dla rozwoju intelektualnego malucha jest poznawanie otoczenia przy pomocy wszystkich zmysłów: poprzez obserwację, słuchanie, dotykanie, smakowanie, wprawianie przedmiotów w ruch i eksperymentowanie przy przemieszczaniu się. Dzięki temu kształtuje się wrażliwość dziecka i podstawy wiedzy o świecie;





A oto kilka podpowiedzi, jak **wspierać rozwój Waszego dziecka** na tym etapie życia:

- Maluchy potrzebują przytulania i wszelkich form dotyku: delikatnego głaskania, masażu, łaskotania oraz bujania i podnoszenia na rękach. Dotyk i ruch stymulują i uwrażliwiają układ nerwowy dziecka. Bliskość fizyczna jest także najlepszą formą uspokajania malucha, który nie ma jeszcze sposobów radzenia sobie z silnymi emocjami i frustracjami. Dlatego Wasz maluch potrzebuje na razie skutecznej, kojącej reakcji dorosłego, by stopniowo uczyć się złożonych sposobów radzenia sobie z doświadczanymi uczuciami;
- Opowiadając dziecku o otaczającym Was świecie, nazywając wydarzenia, w których dziecko bierze udział i emocje, których doświadcza, zwiększacie jego poczucie bezpieczeństwa i pozwalacie mu lepiej zrozumieć to, co je spotyka.
- Podczas czynności pielęgnacyjnych i zabawy, dotykając dziecka, pomagacie mu „uczyć się swojego ciała”: identyfikować poszczególne jego części, uczyć się rozróżniać doznania płynące z ciała np. różne temperatury czy właściwości i faktury np. gładkie i szorstkie. Czuła i akceptująca postawa dorosłego podczas pielęgnacji dziecka buduje niepowtarzalną więź i kształtuje pozytywny obraz ciała w świadomości dziecka.
- Zapewniając dziecku dostęp do różnych zabawek i przedmiotów np.: tkanin, buteleczek, pudełek, papieru, materiałów naturalnych takich jak drewnianka, kamyki, muszle itp. oraz pozwalając na zabawę przedmiotami codziennego użytku, na zagłębienie we wszelkie zakamarki, „szperanie”, przrzucanie i przekładanie przedmiotów, „robienie bałaganu” i wielokrotne powtarzanie tych czynności, zapewnisz swojemu maluchowi to, co dla niego najbardziej naturalne, najbliższe i uczące w tej fazie rozwoju.
- Ważne jest dla Waszego dziecka by zaaranżować przestrzeń w sposób bezpieczny i inspirujący. Oznacza to, że interesujące przedmioty powinny być w zasięgu jego wzroku, dostępne na jego wysokości, zachęcające do sięgania i chwytania, a następnie do przemieszczenia się i dalszego poznawania.



- Dla dziecka w tym okresie rozwoju tak wiele rzeczy jest nowych i niezwykłych, że dla zachowania równowagi potrzebuje zapewnianej przez Was stałości i przewidywalności – warto zadbać o w miarę uregulowany i powtarzalny rytm dnia (np. by spacer i kąpiel były o stałych porach), a nowych opiekunów (babcię, nianię) wprowadzać stopniowo i przy towarzystwie mamy lub taty;