

Neĉka uspavanĉka zapeĉena
ŝalicom toplieg mlijeka




Bebimil
JUNIOR
mlijeko sretnie i zdrave djece

Igre i uspavanke



Primjeri igara i načina provođenja vremena s djetetom u prvoj godini života, osvještavaju i osnažuju roditelje tijekom procesa poticanja razvoja djeteta. Osnova za zadovoljenje psiholoških potreba djeteta je roditeljska uključenost, koja podrazumijeva davanje sebe djetetu, provođenje vremena u zajedničkim aktivnostima, pružanje pažnje, topline, i prisutnost u djetetovoj svakodnevi.

Istraživanja su pokazala kako se djeca kojoj se čita i priča od najranije dobi brže razvijaju, zainteresiranija su za okolinu, brže uče i bolje se snalaze u komunikaciji s drugima. Čitanje, pričanje priča i zajednička igra primjerena dobi djeteta, pomaže u stvaranju emocionalne veze između djeteta i roditelja, potiče razvoj opažanja, promatranja, pozornosti, pamćenja, mišljenja i logičkog zaključivanja, obogaćuje djetetove govorne sposobnosti, njegov rječnik, maštu i kreativnost.

Zajedničke aktivnosti i načini poticanja djeteta, opisani su redosljedom koji prati slijed promjena u motoričkom, spoznajnom i emocionalnom razvoju djeteta.

Navedena dobna razdoblja su samo okvirni pokazatelj, s obzirom na to da se djeca međusobno razlikuju po vremenu kada ovladaju određenom vještinom, pri čemu razvoj nije uvijek ravnomjeran, već je povremeno i skokovit. Odabir aktivnosti, njihov ritam i način provođenja treba prilagoditi osobinama i temperamentu pojedinog djeteta, što će roditeljima pomoći da pronađu optimalnu količinu stimulacije.

Navedeni primjeri igara, aktivnosti i uspavanki, dobra su osnova i poticaj roditeljima da sami pronalaze nove načine obogaćivanja razvoja svojeg djeteta i učvrste međusobnu povezanost.

dr. sc. Marina Grubić,
prof. psihologije



Igre s bebom od 0 do 6 mjeseci

OD ROĐENJA DO 1. MJESECA

Trudnoća i porod su iza Vas i dugo očekivano djeteta konačno je u Vašem naručju.

Prvi mjesec je razdoblje upoznavanja i prilagodbe. Po rođenju, beba ne vidi dobro, ali čuje Vaš glas i druge zvukove. Nakon otprilike tjedan dana, beba vidi na udaljenosti od 30-tak cm, a do kraja mjeseca gledat će u Vaše oči i mirno će proučavati Vaše lice. Prepoznavat će glas i miris svoje majke.

Potreba beba za toplinom i bliskošću, gotovo je jednaka potrebi za hranom. Čim više mazite svoju bebu. Pričajte joj tihim, umirujućim glasom, pjevajte joj i nježno je ljuljuškajte. Ostvarujte kontakt "koža na kožu", naročito pri hranjenju, a nakon što beba podigne, ostanite još neko vrijeme u tom nezamjenjivom položaju i opuštajte se zajedno uz nježnu glazbu.

Pratite bebine pokrete, lagano i nježno je masirajte. Beba u prvim tjednima drži jako stisnute šačice. Nježno joj mazite prstiće, to će je ohrabriti da otvori dlan.

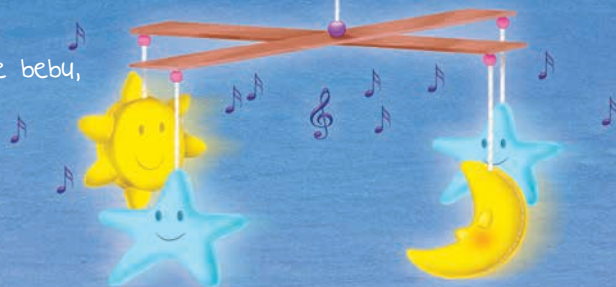
OD 1. DO 2. MJESECA

Pričajte s bebom, pjevajte joj i slušajte opuštajuću glazbu. Beba sada ispušta jednostavne zvukove, prepoznaje Vas i prati što se događa. Uživat ćete u njezinim prvim osmijesima, uvidjeti kako možete zadržati njezinu pažnju i kako Vam uzvraća javljanjem.

Iznad krevetića sigurno ovjesite pokretnu igračku čije kretanje prate ugodni tonovi. Beba će je proučavati sa sve više zanimanja.

Beba polako otvara dlanove, a pokreti ruku i nogu su sve manje nezgrapni. Svojim rukama i prstima privucite bebinu pozornost i uočavajte prati li Vaše pokrete, i na kojoj razdaljini.

Nježno masirajte i dodirujte bebu, govoreći joj što činite; "Moja beba ima nosić, mama mazi trbušćić..."



OD 2. DO 3. MJESECA

Vaša je beba ojačala i daje Vam na znanje da želi sudjelovati u aktivnostima koje se zbivaju oko nje. Nastoji sve vidjeti, pokretna je i otkriva svoj glas. Uživa u njemu i spoznaji da je neodoljiv dragim licima koja je okružuju. Uvijek budite svjesni prisutnosti svoje bebe, pozdravljajte je i pričajte joj što radite.

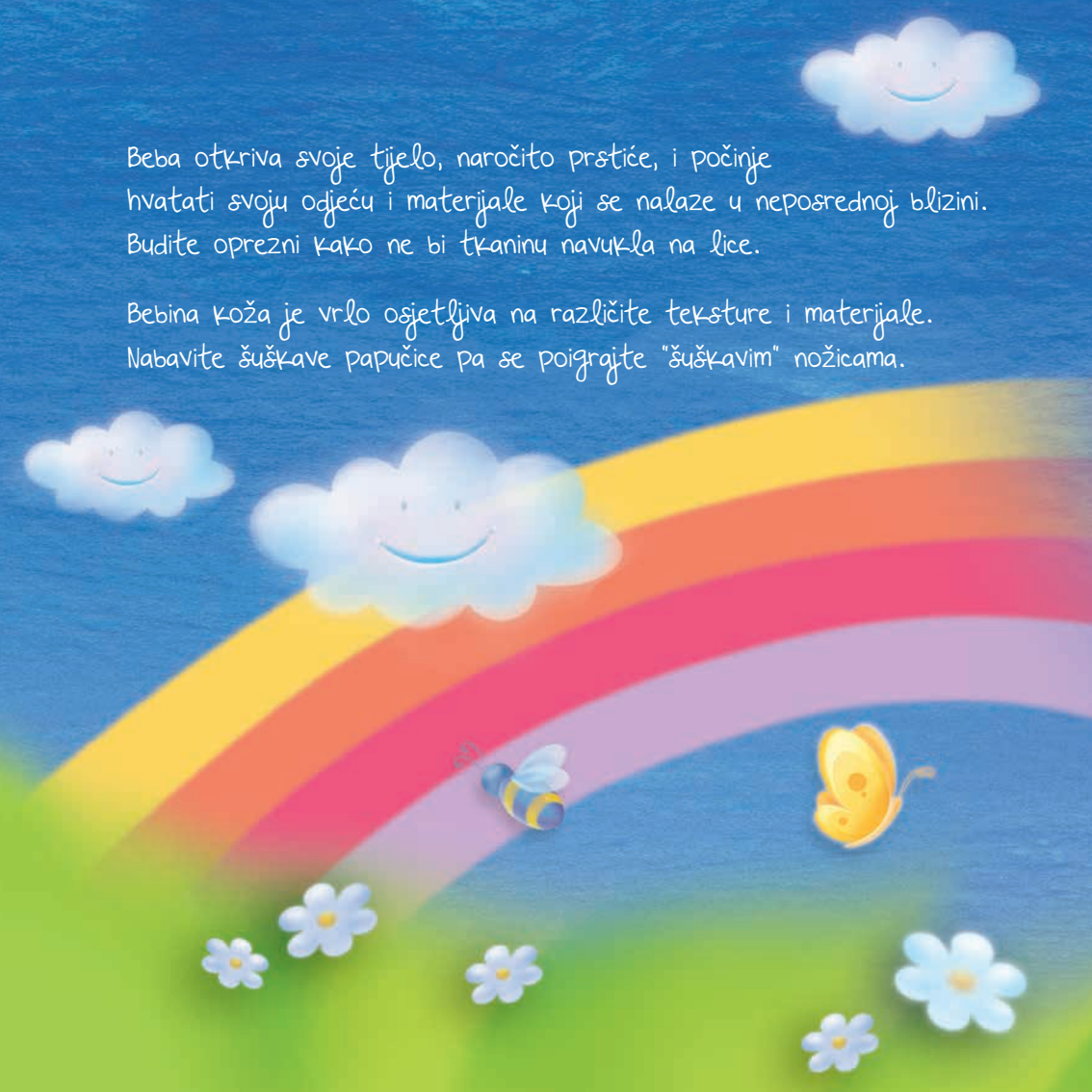
I igre su sada veselije. Beba je radoznala pa joj čim više omogućite upoznavanje s čudesnim svijetom. Za lijepoga vremena šćite prirodom i pritom razgovarajte s bebom. Zastajkujte da biste joj nešto pokazali, podignite je iz kolica da bi mogla promotriti stablo, cvijet, djecu kako se igraju...

U kući nježno bebu polegnite na trbuh i lezite nasuprot nje. Pozovite je, šušćajte šušćalicom veselih boja ili mekanim papirom. Smiješite se svojoj bebi, toplo je gledajući u oči.

Ovakve igre traju kratko, čim primijetite bebin zamor, stavite je u položaj koji će joj više odgovarati. Beba sada jasno negoduje, nezadovoljstvo će najčešće artikulirati glasovima: m, p i b, a zadovoljstvo glasovima: a, j i k. Ponavljajte glasove koji je čine sretnom.

Beba otkriva svoje tijelo, naročito prstiće, i počinje hvatati svoju odjeću i materijale koji se nalaze u neposrednoj blizini. Budite oprezni kako ne bi tkaninu navukla na lice.

Bebina koža je vrlo osjetljiva na različite teksture i materijale. Nabavite šuške papučice pa se poigrajte "šuškvim" nožicama.



OD 3. DO 4. MJESECA



Periodi budnosti Vaše bebe su sve dužji, a Vaš međusobni odnos sve bogatiji. Vaša beba uživa u poznatim licima, stvarima i mjestima, prepoznaje ih i reagira. Voli se smijati pa je nasmijavajte vedrim izrazima lica i zvukovima.

Jedna od najdražih igara će svakako biti "Igra skrivača"! Stavite ruku ili meku gazicu preko svojeg lica pa upitajte bebu; "Gdje je mama?", potom se brzo pojavite uz usklik; "Tu jeee..."

Sada je već vrijeme i za prvo upoznavanje sa slikovnicama. Neka to budu one izradene od mekane plastike ili tkanine, s jasnim slikama poznatih predmeta u jarkim bojama. Pokazujte bebi slike i pritom joj pričajte, dozvolite joj da uzme slikovnicu u ručice i "okus" je. Naravno, vodite računa o higijeni svih stvari koje se nalaze u bebinoj blizini.

Beba će uživati u rimama i jednostavnim brojalicama, pogotovo ako je uz to nježno stimulirate dodirrom.



Bebin dlan nježno držite otvorenim, pa "šetajte" njime prstima:

"Ide, ide bubamara,
ne zna mala, gdje bi stala,
sletjela je na tvoj dlan:
Hajde bubamaro van!"

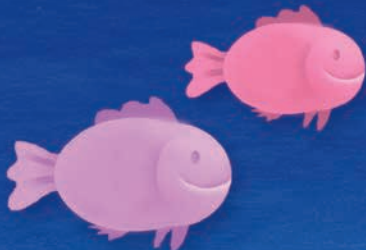


Poigrajte se i s nožicama. Mazite bebina stopala i nožne prstiče:

"Tko to viri iza brijege?
To se mali pačić gegu.
A uz njega mama patka,
večera ih čeka slatka!"



U ovoj dobi, većina dojenčadi uživa u kupanju.
Zabavljajte se s veselim, plutajućim igračkama.



OD 4. DO 5. MJESECA

Beba sada već razlikuje noć i dan i voli rutinu hranjenja, spavanja, kupanja, igre... S držanjem glavice više nema problema, pa je jednostavnije igrati se.

Kad leži na trbuhu, beba odiže tijelo uz potporu istegnutih ruku i već se može preokrenuti na leđa. Svojem malom istraživaču omogućite sigurnu okolinu i zabava može početi!

Lezite potrbuške nasuprot bebi i potičite je da oponaša Vaše pokrete. Pritom joj cijelo vrijeme veselo pričajte, obrađajte joj se njezinim imenom. Beba će uživati u kotrljanju, na jednu pa na drugu stranu, pažljivo i na mekanoj podlozi.

Tako se poigrajte i s mekom lopticom, neka je beba sama zakotrlja. Upoznavajte bebu s raznim predmetima, raznih oblika, boja i tekstura. Svi predmeti mogu proizvesti zvuk. One koji su meki i lagani pružite bebi kako bi ih upoznala i sama proizvela šuštavi, zvonki ili prigušeni zvuk.



Izradite od šarene čarape neku životinju, možete je i nacrtati na bijeloj čarapi, a potom bebi pričajte o toj životinji, neka se kreće i glasa.

Tako se možete igrati i s plišanim igračkama: "Maca kaže - mijau, zeko skače - hop".

Ne zaboravite na šetnje u kojima će beba svakodnevno otkrivati nešto novo.

I dalje nježno masirajte bebu, kod prematanja, nakon kupanja, u igri. Imenujte dijelove njezinog tijela kojima prelazite rukama: "Kako su ovo lijepe ruke, kako su ovo lijepe nožice...".

Koristite brojalice:

"Jedna pusa - dirni usta,
žuta, plava - tu je glava,
crni kos - tu je nos,
lete ptice - dirni lice."

Zabavljajte se prilikom kupanja!



OD 5. DO 6. MJESECA

Beba je savladala okretanje s trbuščića na leđa. Kad leži na leđima, odiže glavicu u želji da se podigne u sjedeći položaj. Do kraja šestog mjeseca, beba pri sjedenju još treba oslonac. Najbolji oslonac će biti Vaše naručje.

Sada već možete uključiti pjevu igru "Diha, diha", tako što ćete bebu nasloniti na svoje tijelo, držeći je na koljenima koja ćete lagano odizati: "Diha, diha, moj konjiću, na sve četiri krute, diha-diha, mi idemo na daleke pute..."

Beba će obožavati Vaše lice i kosu, dopustite joj da istražuje! Pritom joj govorite; "To sam ja, tvoja mama, mama ima oko, mama ima kosu..."

Beba će uživati i u svojem odrazu u ogledalu. Postoje prostirke (baby gym), opremljene s raznim šarenim i zveckavim igračkama, malim plastičnim ogledalcima, po kojima će se beba kretati i istraživati.

Što više čitajte bebi i pokazujte joj slike. To su još uvijek meke slikovnice koje će beba sada pokušati grickati prvim zubićima pa budite oprezni. Isto je i s mekim kockicama koje će posvuda valjati i sa zanimanjem prebacivati po ručicama.

Ručice su bebin alat i uvijek radosno sredstvo igre. Brojite prstiće, pljeskajte dlanom o dlan, a sve uz brojalice i dječje pjesmice.

Broji se od palca:

"Ovaj ide u lov,
ovaj za njim,
ovaj kuću čuva,
ovaj ručak kuha,
a ovaj: cigu-ligu, maci figu!"
(tu se mali prstić vrta i šakalja)



Igre s bebom od 6 do 12 mjeseci

OD 6. DO 7. MJESECA

Vaša beba je sve spretnija i već je pravi nestaško! Dok leži na leđima podiže glavicu, a nožice hvata i igra se s njima. Sve se dulje može zadržati u sjedećem položaju, što je preduvjet za puzanje.

Aktivno poseže za igračkama i za drugim predmetima. Pritom koristi obje ruke, a ponekad kažiprst i palac (tzv. "pinceta hvat"). Bebin vid je sada jasan i oštar.

Igre postaju sve raznolikije. Beba će Vas nagraditi glasnim smijehom i veselom vriškom. Puštajte joj dječje pjesmice, pjevajte ih uz vesele pokrete poput pljeskanja dlanovima. Beba će Vas oponašati. Uzmite svoju bebu u krilo i cupkajte uz ritmične brojalice, uzmite je u naručje i zaplešite s njom.

Igrajte se na mekom tepihu s kotrljajućim igračkama, autićima i igračkama koje proizvode zvukove.

Vježbajte koordinaciju pokreta bebinih nožica, odguravajući lopticu u njezinom smjeru i čekajući da Vam je vrati.

Beba će se veseliti nježnom šakljanju i smijati "brujanju" Vaših usana po trbuščiću.

Listajte slikovnice, pričajte svojoj bebi priče s izražajnom mimikom lica, oponašajte zvukove i glasanje životinja.

Igrajte se skrivača, sakrijte igračku pa je onda brzo i radosno pronadite.

Promatrajte svoje dijete i otkrivajte jedno drugo.



OD 7. DO 8. MJESECA

Beba sve više pokazuje svoje osjećaje i uživa u maženju. Odaziva se na svoje ime i ne može dočekati vrijeme igre!

Osim omiljene igre skrivača, još uvijek je silno zabavljaju igre s njezinim i Vašim rukama i prstima. Naertajte na svojim kažiprstima lica i kosu, svežite preko njih komadić tkanine i dobili ste vesele čovječuljke:

"Dobar dan Miško!

Dobar dan Šiško!

Što ćemo raditi, Miško?

Igrat ćemo se, Šiško!

Hajd' mo malo trčati,

idemo se loviti! (mogu se loviti po bebinim nožicama)

Miško se umorio,

Šiško se umorio.

Zaspala nestaška dva,

mašu (ime djeteta) pa-pa!"

Beba Vas sve više razumije. Postavljajte joj pitanja i na njih odgovarajte, a odgovore popratite pokretima glave za potvrđan ili negativan odgovor.

Igrajte se na mekanoj, sigurnoj podlozi. Neka beba dohvća predmete, a pritom joj pričajte i pohvaljujte njezin napredak.

Kontroljajte se skupa i dočekujte svoju bebu toplim, radosnim pogledom i poljupcem.

Uz igru je beba zavoľjela kupanje. Najavite joj vrijeme kupanja koje donosi obilje zabave!



OD 8. DO 9. MJESECA

Vaša beba se već dobro snalazi u prostoru. Možda još uvijek puže unatrag, možda je već savladala puzanje, a možda uopće ne puže. To je individualno. U svakom slučaju, naći će načina za svoje istraživačke pohode. Ovo je vrijeme kada trebate zaštititi oštre bridove namještaja, osigurati ladice i električne utičnice.

U ovoj se dobi bebe vole provlačiti. Improvizirajte mali šator ili kratki tunel i pozovite bebu da dođe do Vas. Pritom je najvažnije da beba uživa, ukoliko primijetite da je uplašena, pričekajte još neko vrijeme s takvim igrama.

Dajte bebi neki predmet s kojim se ne može ozlijediti, a koji pri udaranju (u npr. lonac), može proizvoditi zvukove. Beba će raspoznavati niske i visoke tonove i uživati u ritmičnoj buci.

Stavite pred bebu kutiju s njezinim igračkama i dopustite joj da ih jednu po jednu vadi. Na nekima će se dulje zadržati i proučavati ih, neke će brže odbaciti. Naučite je koje od njezinih igračaka proizvode zvuk i na koji način.

Pričanje i čitanje slikovnica već je dio djetetove rutine, ali ono ih sve više shvaća i pozornije prati.

Beba će Vas rado oponašati, Vaše izraze lica, pokrete i glasove. Uživat će u zajedničkim nježnostima koje se potom pretvaraju u pjevnu igru:

"Mali, mali pauk se penjao na svod, (penjite se prstima)
padala je kiša i sprala ga na pod, (silazite prstima)
izašlo je sunce, osušilo je sve, (spojite ruke u krug iznad glave)
naš mali pauk opet penje se na svod. (penjite se prstima)"



OD 9. DO 10. MJESECA

Beba sve više želi biti samostalna. Ne zadovoljava je više sjedeći položaj, ona želi "baš tamo".

Osigurajte prostor, kako biste opušteno mogli pratiti njezine nove avanture. Dijete ima veliko povjerenje u Vas i ono mu pomaže graditi samopouzdanje. Susreće se s izazovima, traži Vašu pomoć, ali ih želi i samo savladati. Ohrabrite razvoj djetetovih vještina.

Puno pričajte, objašnjavajte, gledajte skupa kroz prozor vanjska zbivanja. Potičite razvoj djetetovog govora i pratite koliko Vas razumije. Uz ponavljanje, ono će naučiti smislene slogove poput glasanja životinja i pozdrava.

Nastojte što više vremena provoditi na svježem zraku, šćite parkom gdje će dijete promatrati drugu djecu. Mališani počinju "primjećivati" jedni druge s oko 9 mjeseci, ali još ne uspostavljaju kontakt.

U kući se igrajte već naučenih omiljenih igara, a možete ih i nadopuniti! Kod igre skrivača, neka dijete samo pronade skriveni predmet, uz Vašu diskretnu pomoć.

Od tekstova dječjih pjesmica i brojalica stvorite male predstave s igračkama. Vaš radoznaliko možda neće imati puno strpljenja, ali će zasigurno naučiti nešto novo i pritom se zabaviti.

Uz igru vježbajte koordinaciju pokreta, neka Vam dijete pokuša staviti neki smiješni šešir ili kapu na glavu. Potom Vi kapicu stavite djetetu pa se podite pogledati u ogledalo.

Igrajte se prilikom kupanja:

"Ide, ide patak na daleki put
Repić mu je kratak, kljun je njegov žut
Kao vojnik stupa tra ta ra ta ta
Ide, pa se kupa
Kva kva kva kva kva!"

Kod kupanja niti na trenutak
ne ostavljajte dijete bez nadzora!



OD 10. DO 11. MJESECA

Dijete je postalo prilično spretno u igri, prstićem pokazuje što želi i svladava stajanje uz potporu.

Potičite djetetovu želju za kretanjem, uz igre u kojima će ono morati učiniti neki napor da bi dohvatilo ili pronašlo željeni predmet. U ovoj dobi, djetetova želja lako preraste u frustraciju pa mu donekle olakšajte, pojednostavljujući igru s obzirom na djetetove mogućnosti.

U govoru, dijete upotrebljava sve više različitih slogova i puno toga razumije. Razumije značenje riječi "ne", ali nekim stvarima jednostavno ne može odoljeti. Stoga nemojte misliti da je Vaše dijete neposlušno, radi se o velikoj radoznalosti. To ne znači da Vaše "ne" treba biti manje odlučno, ali neka se doista radi samo o stvarima koje mogu ugroziti dijete.

Uživat će u slagajući kockica, da bi ih odmah zatim moglo srušiti. Oduševljavaju ga zvukovi i "nered" koji pritom nastaje.

Nabavite postolje s kolutovima raznih veličina. Neka dijete stavlja kolutove na postolje, manje predmete u veće. Bit će sve spretnije u tome, a svaki uspjeh nagradite pohvalom.

Prikupite predmete u nekoliko boja, pa ih sortirajte imenujući boje; "Lopta je crvena, kocka je plava, limun je žut, majica je crvena, zeko je plav..."

Neka dijete sudjeluje u oblačenju. Potaknite ga igrama; "Nema ručice... Gdje je?" (dijete će istegnuti ručicu kako bi navuklo rukav), "Gdje je nožica? Papučice, pričekaj da nademo nožicu!" (dijete će pružiti nožicu da je obujete).

Zabavljajte se brojalicama u kojima će dijete sada aktivno sudjelovati:

"Prste ima ruka svaka (treperite prstima usput)
kad ih stisneš to je šaka (stisnite šake)
bum-bum-bum (lupkajte šakom o šaku)
to je pjesma laka!"

Igrale se ruke dvije (izvodite pokrete rukama)
tko će brže, tko će prije
bum-bum-bum (lupkajte šakom o šaku)
to je pjesma laka!"

Jednostavne priče prije spavanja i uspavanke su beskrajno važne. One Vas povezuju s djetetom koje upija Vaš glas i Vašu blizinu.



OD 11. DO 12. MJESECA

Vaša je beba "preko noći" postala zaigrani jednogodišnjak. Svojem djetetu ste uzor, najsretnije je kad provodite vrijeme skupa. Još uvijek nije spremno za igre s vršnjacima. Pri takvim susretima očekujte da će se mališani igrati zasebno, a moguća je i "svada" oko igračaka.

Vrijeme je za kreativne igre! Pripremite papir i boje! Neka dijete crta i šara, nespretno držeći olovku u rukama. Izmiješajte prehrambene boje s malo vode pa dopustite djetetu da ostavlja otiske svojih ručica na papiru. Imat ćete divnu uspomenu!

Napravite tijesto nalik plastelinu, od brašna, soli, ulja i vode (dopustite i djetetu da izradije tijesto, uživat će u gnjecavoj teksturi, a potom vas vjerojatno tražiti da mu obrišete ručice).

U tijesto možete umiješati jestive boje i zašareniti smjesu. Dijete će je mijesiti, trgati i tako pomalo učiti oblikovati, a vi izradujte s njime pa se igrajte s dobivenim oblicima:

"Ruke mijem, brašno sijem,
kapica na glavi.

Mijesim tijesto tako vješto,
ja sam pekar pravi.

Peć se žari, u nju stavim
kruščiće po redu.

Kora glatka bit će slatka
kad je djeca jedu."



Najjednostavnije igračke najviše potiču djetetovu maštu. Npr., dajte djetetu kvačice, neka ih slaže u posudicu ili pokuša negdje zakvačiti. Očekujte, primjerice, da će ga više zanimati daljinski upravljač od neke nove igračke. Ponekad mu udovoljite, izvadite baterije, očistite predmet i dajte ga djetetu da se poigra.

Fotografirajte se pa skupa razgledavajte fotografije. Dijete će prepoznavati osobe i veseliti se tome.

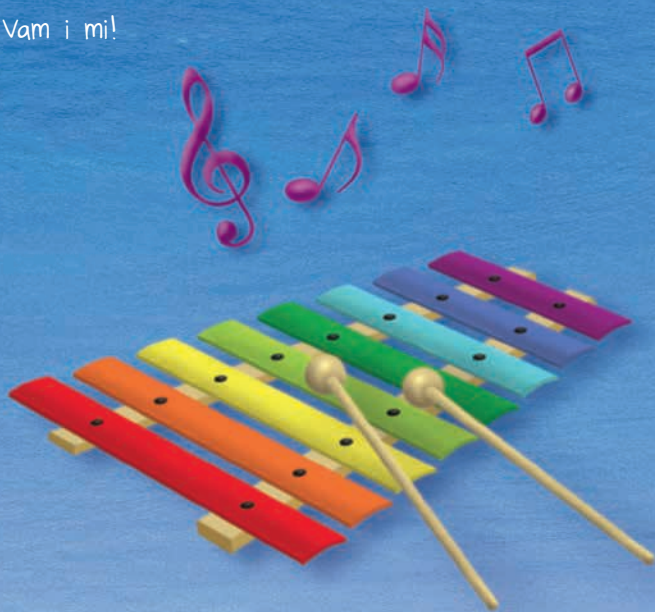
Instrumenti poput malog ksilofona ili bubnja, koje dijete možda već ima neko vrijeme, ponovno će postati pravo otkriće. Pjevajte uz djetetovu "glazbu" i uočit ćete da dijete svira sve ritmičnije.

Igrajte se i vježbajte dodavanje balonima i mekom loptom!

Neki su mališani pravi brljivci, a kod nekih će trebati još malo pričekati do prvih riječi. Kad se obraćate djetetu, nastojte riječi izgovarati što pravilnije. Dijete sada ima svoje omiljene slikovnice i bira ih uvijek iznova. Udovoljite mu, ali i otkrivajte nove. Budite zadovoljni i ispunjeni optimizmom! Sjetite se one bespomoćne bebe, a sada je pred vama dijete koje toliko toga zna i može.

Čestitajte si!

Čestitamo Vam i mi!



Zimska uspavanka

Snježić sipi, tiho vije
kralji kuće, lica mije.

Osvijetlio zimsku stazu
i drveće na prilazu.

Sve je tiho, sve miruje,
nježna pjesma tek se čuje.

Uspavankom jedna mati
djetešće u snove prati.

Kad padne noć

Kad padne noć
i spava sve,
u krilu svom
ja čuvam te.

Moj mali, dragi (ime djeteta),
sad mirno sklopi očiće.

Kad padne noć
i spava sve,
u krilu svom
ja njišem te.

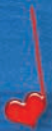
Već sutra sviće novi dan,
za tebe (ime djeteta) nasmijan.



Majčina Pjesma

Čije su te snene oči,
čije je to lice drago?
U okrilju tihe noći,
mirno spava moje blago.

Čije li su ruke male,
nožice od samog slada?
Svu sreću su meni dale,
mirno spava moja nada.






Prije sna

Nebom plove oblaci
u duši milina neka,
bebi sjaje obrašćici
od majčinog slatkog
mlijeka.

već se prve zvijezde pale
uz anđela tihi poji,
na grudi je mati svila
svoje djetete, život svoj.

The background is a dark blue night sky filled with white stars of various sizes. Several blue musical notes, including a treble clef, a bass clef, and various note heads, are scattered across the scene. At the bottom, there are illustrations of a purple fish, a light blue fish, and a green frog sitting on a lily pad.

Ribica, žabica

Ribica, žabica, medvjedić, ptičica,
točkica, bubica, zečić i loptica,
trešnjica, crvić, klockanić, mrvica
sve je to ova rumena bebica.

Zvezdica, srećica, zlato, sunašće
mrkvice, maza, mačić, srdašće
bombončić, janješće, mišić skruti
što li će divnoga noćas sniti?

Medo

Jedan je medo ispratio dan,
zvjezdanim lasom ulovio san.

pa brunda smiješnu priču neku,
o plavoj šumi i slatkom mljeku.



spavkaj

Spavkaj, spavkaj, djetušce,
na nebu su zvjezdice.

Poslije finog, toplog mlijeka,
sladak sanak tebe čeka.



Beba mila

Milo moje, jedino,
Papaj fino, medeno.

Beba mila sada zijeva
majčica joj nježno pjeva.

Nina nana

Nina-nana, već nestaje dan
u krilu te majka njiše,
Pjesmom te svojom prati u san
tihu, sve tiše i tiše...

Aju-paju

Aju-paju, svi već znaju;
4 gnjezdašću vrapčić spi,
na lišću su ježići,
mala beba oči sklapa
4 snove će kad popapa.



Igre s djetetom od 1 do 3 godine

JEDNOGODIŠNJACI

Vaše dijete hoda uz oslonac, a pojavljuju se i prvi samostalni koraci. Jednogodišnjaci kombiniraju pokrete ruku i počinju se organizirano igrati.

Pripremite posudice raznih veličina i zabavljajte se stavljanjem manjih u veće. Mališani obožavaju vaditi stvari pa im osigurajte neku "škrinju s blagom". Veseli ih i nošenje stvari, koje onda smisleno ispuštaju tamo gdje žele.

Nabavite velike, raznobojne kocke. Dijete će uspjeti složiti toranj od nekoliko kocaka, a Vi pohvalite njegov napredak.

"Pomagat" će Vam pri kupanju i oblačenju, dopustite mu da samo pripremi igračke za kupanje i samo odabere odjeću. Na neko će ga vrijeme zainteresirati slaganje odjeće.

Zabavljajte se igrama skrivanja, crtanjem bojama za djecu, igrama loptom ili balonima, sviranjem i lupanjem, šetnjama, igrama u parku.

Jednogodišnjaci "brbljaju" uz kombiniranje suglasnika i samoglasnika, reagiraju na svakodnevne riječi i pitanja, mašu na pozdrav i pokazuju prstom. Puno pričajte, čitajte, pjevajte, plešite i smijte se!

To su male mudrice koje poput spužvica upijaju sve oko sebe, pa eto ideje za igru! Uzmite spužvu ili meku krpicu, jednu posudicu s toplom vodom i jednu praznu posudicu. Dijete će uživati moćeci spužvu i cijedeći je u praznu posudicu!



DVOGODIŠNJACI

Dvogodišnjaci su neodoljivi, ali znaju biti prilično tvrdoglavi i nepredvidljivi. Budite dosljedni, strpljivi, i nastojte zadržati smisao za humor!

Npr. kad ne znate što ćete, uzviknite: "vlakici!". Vi ćete biti "lokomotiva", a dijete će se uhvatiti za vašu odjeću i biti "vagon". Kružite stanom uz zvukove vlaka i zastajkivanje na "postajama".

Igre u kući:

- preoblačite se u raznu odjeću i obuću, radite male predstave s igračkama, pjevajte i plešite, igrajte se lovice i skrivača, bacajte lopticu u zrak uz pomoć nategnute tkanine, slažite kockice, crtajte i slikajte, izradujte i oblikujte tijesto, igrajte se sa sirovom tjesteninom, s kojom ćete zveckati, presipavati je i bojiti, vježbajte prstiće otkopčavajući i zakopčavajući gumbiće



Igre na otvorenom:



- u vrtu ili na terasi sadite cvijeće ili začinsko bilje, loptajte se, posjetite zoološki vrt, igrajte se u parku, šetajte prirodom i proučavajte je, pušite balone od sapunice, crtajte kredom, neka dijete vozi ili gura vozilo na kotačima, uspostavljajte kontakte s drugom djecom

Igrajte se igre "Dan i noć"; kad kažete "dan", dijete ostaje stajati, kad kažete "noć", dijete treba čučnuti!

Oko druge godine, djeca ubrzano svladavaju riječi i povezuju ih u kratke rečenice. Ohrabrujte ih s puno međusobne komunikacije, čitajte slikovnice, imenujte osobe, mjesta i stvari, i puno se volite!



TROGODIŠNJACI

Dijete je postalo svjesno sebe i svoje odvojenosti od roditelja. Sada jasno izražava svoju volju u okviru postavljenih granica. Ovladalo je mnogim složenim motoričkim vještinama i prilično je samostalno.

Najvažnije je omogućiti trogodišnjaku da se iskuša i sudjeluje u raznim aktivnostima, naročito onima za koje pokazuje talent. S obzirom na to da su dosta nesigurni, trogodišnjacima je vrlo važno emocionalno toplo i podržavajuće okruženje. Nikad dijete nemojte uspoređivati s drugom djecom.

Trogodišnjaci su iznimno radoznali, pa strpljivo odgovarajte na njihovo "Zašto?" Citajte različite slikovnice i knjige te one koje nude objašnjenja na najčešća dječja pitanja. Igrajte se igara u kojima ćete pogađati čega ima više, što je manje ili više, ispred ili iza, kojeg je oblika i čemu služi.

U ovoj se dobi djeca rado igraju igara pretvaranja kroz zamjene uloga, igre različitih zanimanja (liječnik, kuhar...) Ovakve simboličke igre im pomažu da se lakše nose sa svakodnevnim izazovima, a ujedno ih uče o odnosima i pravilima.

Druge zabavne igre:

- s kutijama, s dječjim kartama, igre pamćenja (memory) i druge društvene igre, šator od deka, igre pijeskom koji ćete izraditi od brašna i ulja u omjeru 8:1 (8 šalica brašna, 1 šalica ulja), igre plastelinom, crtanje, slikanje, izrezivanje, ljepljenje, slaganje puzzli, istraživačke igre na otvorenom

Posjećujte kazališne i slične predstave i potičite igre s vršnjacima.

A prije spavanja, stisnite se uz svoju pametnu glavicu, nježno si pričajte i pomazite se, a onda (barem ponekad, dragi mama i tata), ukradite se svijetu pa skupa utonite u najljepši san.



KAKO PRIČATI PRIČE

"Ispričaj mi priču!" - ispuniti ovaj zahtjev nije uvijek jednostavno...

Pričanjem priča možete svoje najdraže nježno otpratiti u san, a to je ujedno mudar i veseo način za skratiti vrijeme čekanja, putovanja i slično. Ali, što kad zapnemo s inspiracijom?

♡ Što dijete zanima

Bez obzira na to čega se i s čime Vaše dijete trenutno voli igrati, to je uvijek dobra osnova za još jednu priču. Djeca su opsesivna kad su u pitanju njihovi interesi pa ne brinite ako ćete upravo, po 57. put, ispričati priču o princezi ili kamiončiću.

♡ Pričajte zajedno

Nema potrebe za dugim i zamršenim pričama. Mala djeca ionako ne mogu dugo zadržati pozornost. Samo se držite strukture priče: uvod, zaplet, rasplet!

♡ Dobre, stare priče

Pokušajte se prisjetiti koju ste priču voljeli kad ste bili u dobi Vašeg djeteta. I ono će ih voljeti. Iako se te priče Vama čine već pomalo "istrošene", djetetu će biti nove i zanimljive, jer upravo u tome i jest čar bezvremenskih priča.

♥ Priče učilice

Svakodnevni izazov roditeljstva je odgajanje. Discipliniramo i objašnjavamo, a dobar način da naša djeca usvoje "gradivo" je da ga diskretno oblikujemo u priču. Na primjer, ako Vaše dijete ne želi dijeliti igračke, smislite priču na tu temu. Priča će imati lijep i pozitivan svršetak i dijete će je razumjeti.

♥ Pričajte zajedno

Tijek priče ne mora uvijek ovisiti o Vama. Započnite priču, a zatim potaknite dijete da je odvede u nekom svojem smjeru. Dijete to može učiniti jednom rečenicom; priču može vratiti koji korak unazad ili je požuriti... Tako ćete skupa dovesti priču do sretnog kraja.

♥ Povratak u djetinjstvo

Djeca vole slušati o djetinjstvu svojih roditelja; kakvi su bili, što su radili, što im se dogodilo... Na taj se način djeca osjećaju još bliža svojim roditeljima. Sjetite se nekog događaja iz svojeg djetinjstva i lijepom pričom otpuhnite prašinu s njega. Vaše dijete će veseliti saznanje da dijelite slična iskustva.

♥ Budite originalni

Vaše je dijete zasigurno čulo za "Tri prašćića", ali vjerojatno nikad nije čulo za Narcisa. Doznajte više o grčkim mitovima, kaubojima i Indijancima, biblijskim pričama i sl. Povijest i razne kulture Vam mogu donijeti puno ideja za nove priče koje ćete prilagoditi dobi svojeg djeteta.

♥ Crteži

Slike Vašeg djeteta mogu biti odličan poticaj za maštovite priče. Zamolite dijete da Vam objasni svoj crtež i otuda počnite. Dijete će biti oduševljeno kad "oživate" njegovu maštu.

♥ Improvizacija

Ne možete se sjetiti o čemu biste pričali? Neka Vam dijete zada imena likova, čime se bave, mjesto radnje..., a Vi sve jednostavno povežite u novu, zabavnu priču.

♥ Glavni junak

Djeca vole sve vezano uz njih same, pa će beskrajno uživati ako im pripišete supermoći ili ih u svojoj priči pošaljete na istraživanje Mjeseca. Osim toga, oni jednog dana doista mogu postati astronauti i što god drugo žele, zar ne?

ZAŠTO PJEVAMO SVOJOJ DJECI?

Mnoge majke nježno pjevaju još u trudnoći i opuštaju se uz umirujuću glazbu, osjećajući da glazba dopire i do njihovih nerođenih beba. U pravu su. Fetus čuje i sluša, a istraživanja pokazuju da pamti tonove koji su dolazili iz vanjskog svijeta, pa beba po rođenju na njih reagira.

Isto tako, ugodna glazba može pomoći ranije rođenim bebama pri njihovom psihofizičkom razvoju, a djeca poticana glazbom od najranije dobi, pokazuju značajniji napredak.



Razlog tomu je u činjenici da glazba stimulira mozak, naročito desnu polutku mozga, zaduženu za kreativnost, snalažljivost i osjećajnost. Iako svaka ugodna, opuštajuća ili radosna glazba doprinosi zdravlju i raspoloženju, klasična glazba prednjači u tome. Kroz definiciju nazvanu "Mozartov efekt", znanstvenici upućuju na čudesnu učinkovitost klasične glazbe.

Ali, naše prabake nisu znale ništa o ovim činjenicama, pa su ipak intuitivno pjevale svojoj djeci. Glazba povezuje i oraspoložuje, potiče i umiruje.



Nježna uspavanka prije spavanja, odraz je roditeljske ljubavi i posvećenosti, koje dijete upija svim svojim bićem. Živahne, ritmične pjesmice kroz dan, Vašem djetetu donose radost i bude njegovu radoznalost. Ono će se sjećati trenutaka Vaših druženja uz glazbu, a Vaše će srce biti ispunjeno.



Mališani uživaju proizvodeći zvukove! U najranijoj dobi, oni stvaraju svoju glazbu šuštavim i zveckajućim igračkama, otkrivaju različite tonove lupajući po različitim materijalima, vježbaju glasnice i sluh. Vrlo brzo, dijete želi i očekuje više, ono pažljivo prati pjesmice koje upotpunjuju pokreti.

Svemu što zaokuplja dječju pažnju, osnova je - igra. Kroz igru će voljeti i glazbu, u njoj će aktivno sudjelovati. Kroz rimu i jednostavne brojalice, djeca razvijaju smisao za ritam. Ritam potom mogu uočiti u svemu što ih okružuje; zvucima iz prirode (kiša, životinje), kucanju sata, koracima, kućanstvu...



Djeca se najčešće glazbeno izražavaju kroz pjevanje pjesmica, a doživljaj je potpun ako razumiju značenje stihova. Prije učenja nove pjesmice, upoznajte dijete sa sadržajem pjesmice. Prepričajte pjesmicu, nacrtajte je! Dijete će je potom s lakoćom naučiti i s veseljem pjevati.

Povezivat će pjesmicu s raznim mjestima, događajima, godišnjim dobom...

Koristite različite glazbene stilove, kvalitetne i primjerene djetetovom uzrastu. Neka to uvijek bude glazba koja će poticati djetetovu maštu i buditi pozitivne emocije.

Upoznajte dijete s različitim glazbenim instrumentima! Ako ste u prilici, podite u trgovinu glazbalima, posjetite glazbenu radionicu. Ta će ih mjesta dodatno inspirirati.

Kad ste u svojem domu, pjevajte! Kroz pjesmu možete razgovarati i pritom se dobro nasmijati. Neka pjesma bude uvod u vrijeme igre; uzmite ručice svojeg mališana pa se zavrтите pjevajući "Ringe-ringe-rajja..." ili zaplešite uz "Kad se male ruke slože..."

Za laku noć, tiho svojem najdražem otpjevajte uspavanku. Ne brinite ako vam se čini da niste muzikalni. To djetetu nije važno. Važno mu je slušati vaš glas i osjećati toplinu vašeg zagrljaja. Oni mu donose sigurnost i zadovoljstvo, koje će jednoga dana i samo pružati svojem djetetu.



