

Hərəkət: On göstəriş

Uşağınızın Hərəkətinin İnkişafını Dəstəkləmək üçün Evdə edə biləcəyiniz on şey

10

- 1** Əvvəldən etibarən təhlükəsizlik ilə hazırlanmış bir yataq otağında sərbəst hərəkət etməyə imkan verən bir döşəmə yatağı təmin edin.
- 2** Hərəkət üçün bir döşək körpənizə yuxarı bədənini gücləndirmək üçün bir az vaxt verir. Yatağın və ya hərəkət döşəməsinin yanında uşaq hündürlüyündə bir güzgü divara bağlayın. Özünün hərəkət etdiyini görəndə boyun əzələlərini uzatmaq və gücləndirmək üçün daha çox şey göstərəcəkdir.
- 3** Körpənizin başının üstünə əlçatmaz, gözəllik, diqqətini cəlb etməsi və obyektləri izləməsi üçün əşyalar asın. Bir neçə ay sonra, çatmadığı yerlərdən bir şaqqılda və ya körpə oynunağı asaraq, çatmağa və tutmağa təşviq edin. Ona baxın, tutun və obyektə araşdırın.
- 4** Elastik belli isti corabları və yüngül parçaları olan qısa şalvar kimi maksimum hərəkət etməyə imkan verən geyimləri seçin. Əllərinə və bədənində tapşırıq verən edən daxili idarə etmə, hərəkəti məhdudlaşdıran geyimdən əsəbləşir.
- 5** Hərəkət üçün səbəb göstərin. Əldə olunmayan obyektləri ələ keçirmək, uzanmaq, sürüşmək və iməkləmək üçün bir hiylədir. Hörmə və parça topları yavaş-yavaş yuvarlanır, əllərini sıxır və diqqətini çəkir. Koordinasiya qazandıqca daha sürətli hərəkət edən toplar təklif edir.
- 6** Körpənizin hərəkətini məhdudlaşdıran avadanlıqlardan çəkinin. Oyuncaqlar, gezintilər, stasionar gezintilər və hətta yelləncəklər hərəkəti məhdudlaşdırır və darlaşdırır. Bu qurğular körpələrə öz səyləri ilə bu addımları atmaq sevincinə sahib olmadan əvvəl oturmaq, durmaq, gəzmək və ya atlanmaq imkanı verir.
- 7** Sürünməyə, iməkləməyə, dəstəyi ilə gəzməyə və tək qalmağa başladığı zaman onu araşdırması üçün açıq, təmiz yer və nizamlı bir dünya yaradın. Körpənizin yuxarı dartınarkən möhkəmliyini və dayanıqlığını artırması üçün divara (diametri iki düym) bir taxta çubuq bağlayın.
- 8** Pilləkənləriniz yoxdursa, dırmaşma təcrübəsi edə biləcəyi bir yer tapın. Ona pillələrdən necə aşağı iməkləməyi öyrədin.
- 9** Hərəkət üçün böyük məkan təklif edən yerləri tapın: oyun meydançaları, ictimai idman zalı, park və ya sağlamlıq klubları. Gediş və hərəkət etmək üçün gəzən uşağınız üçün böyük və ağır əşyalar verin.
- 10** Uşaq arabasını az istifadə edin. Yetkin uşağınızın gəzməsinə icazə vermək üçün vaxt ayırın, çünki tələsmədiyiniz zaman böyük məsafələrə getməyə qadirdir.

