

BEBELUȘUL INTELIGENT

100 DE JOCURI PENTRU DEZVOLTAREA RAPIDĂ A BEBELUȘULUI



SIMONE CAVE ȘI DR. CAROLINE FERTLEMAN

Traducere din limba engleză: ANCA FLOREA

CORINT

*Am dori să dedicăm această carte lui Mike și Judy Cave,
lui Rosemary și Leonard Fertleman.*

Redactare: Cristina Barbu

Tehnoredactare computerizată: Olimpia Bolozan

Text copyright © Simone Cave and Caroline Fertleman 2011

Specially commissioned photography copyright © Emma Peois 2011

Illustrations copyright © Sonia Canals 2011

This edition copyright © Eddison Sadd Editions 2011

All rights reserved.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

CAVE, SIMONE

Bebelușul inteligent: 100 de jocuri pentru dezvoltarea rapidă a bebelușului/

Simone Cave și Caroline Fertleman; trad.: Anca Florea. - București: Corint Books, 2014

Bibliogr.

Index

ISBN 978-606-8623-06-1

I. Fertleman, Caroline

II. Florea, Anca (trad.)

087.5

371.382

ISBN 978-606-8623-06-1

Toate drepturile asupra ediției în limba română sunt rezervate

GRUPULUI EDITORIAL CORINT.

Pentru comenzi și informații, contactați:

GRUPUL EDITORIAL CORINT – Departamentul de Vânzări

Calea Plevnei nr. 145, sector 6, București, cod poștal 060012

Tel.: 021.319.88.22, 021.319.88.33; Mobil: 0748.808.083, 0758.225.443

Fax: 021.310.15.30, 021.319.88.66

E-mail: vanzari@edituracorint.ro

Magazin virtual: www.grupulcorint.ro

Format 8/54x84; Coli tipo: 26

Tiparul executat la:

Monitorul Oficial

ISBN: 978-606-8623-06-1



Cuprins

Introducere 6

Partea întâi

Apariția bebelușului
De la naștere la șase luni 9

Partea a doua

Etapă premergătoare
De la șase la douăsprezece luni 59

Partea a treia

Etapă mersului în picioare
De la douăsprezece la douăzeci și patru de luni 109

Axa temporală a evoluției copilului 200 • Resurse 204 • Index 205
Despre autoare 207 • Mulțumiri 208

Introducere

Joaca este esențială pentru ca bebelușul dumneavoastră să poată deveni o persoană fericită, creatoare și inteligentă. Studiile au demonstrat că, practicând împreună câteva activități simple, puteți contribui la evoluția lui, pornind de la dezvoltarea abilităților motorii fine și a capacității de a sta în picioare sau de a merge, până la dezvoltarea creierului și a vorbirii sau a modului în care interacționează și socializează cu cei din jur. Fără îndoială, de cele mai multe ori este dificil să vă găsiți timp de joacă împreună cu cel mic și este mai ușor să vă simțiți vinovați, dar acest lucru nu vi se întâmplă doar dumneavoastră – niciun părinte nu este *vreodată* convins că-și petrece suficient timp jucându-se cu propriul copil.

Sperăm totuși că, odată ce veți înțelege importanța jocului, veți fi motivați să vă jucați mai des cu micuțul dumneavoastră. Atunci când veți conștientiza faptul că anumite activități contribuie la dezvoltarea creierului copilului sau la tonifierea unor clase de mușchi care îi folosesc la mers, veți fi

de acord că efortul de a atârna un carusel cu jucării mișcătoare deasupra pătuțului sau de a modela plastilina este merituos.

Această carte include multe activități care necesită doar câteva minute, dar aduc beneficii majore pentru dezvoltarea bebelușului. Știm din propria experiență (amândouă suntem mame a câte trei copii) că vor exista zile în care vă veți simți epuizați și nu veți putea improviza o sesiune întreagă de jocuri, însă nu trebuie să vă faceți griji. În fond, câteva minute de joacă pe zi, atunci când puteți, sunt mai bune decât un maraton de jocuri o dată pe săptămână. Chiar și atunci când bebelușul se apropie de vârsta de doi ani, nu va fi interesat să facă mai mult de cincisprezece minute aceeași activitate.

Nu este nevoie să stați în permanență în preajma copilului sau să-l supravegheați în fiecare secundă când este treaz. Veți constata probabil că, după ce ați parcurs împreună o anumită activitate, bebelușul o va relua din proprie inițiativă, continuând să învețe. Urmăriți-l mai ales atunci când se descurcă

excepțional de bine doar singur, fiindcă acesta ar putea fi un semn că are probleme de auz.

Cartea este alcătuită din trei secțiuni, care se adresează fiecărei etape de dezvoltare a copilului: de la naștere la șase luni, de la șase la douăsprezece luni și de la douăsprezece la douăzeci și patru de luni. În cadrul fiecărei secțiuni, activitățile sunt grupate estimativ în funcție de vârstă. Cum fiecare copil are propriul ritm de dezvoltare, puteți trece la activitățile din stadiul următor, iar, dacă bebelușului dumneavoastră îi place o anumită activitate, lăsați-l să se joace cât vrea, chiar dacă a trecut într-o altă etapă de vârstă. Nu există reguli – atât timp cât se simte bine, va acumula cunoștințe.

În privința genului, veți observa că fotografiile prezentate înfățișează atât fete, cât și băieți, în text vom folosi însă formule de adresare neutre, precum „copilul”, „bebelușul” sau „micuțul”, tocmai pentru a demonstra că aplicabilitatea este generală, activitățile adresându-se în egală măsură copiilor de ambele sexe.

Nu trebuie să vă simțiți obligați să parcurgeți fiecare activitate din această carte. Dacă veți încerca să faceți acest lucru, joaca se poate transforma într-o corvoadă. Suntem cu toții diferiți. Dacă nu știți să gătiți, nu trebuie să vă apucați de copt pâine. Dacă nu aveți simț artistic sau îndemânare pentru lucrul manual, nu dați buzna într-un magazin cu produse de specialitate. Nu sunteți singura persoană din viața bebelușului. Cu siguranță, vor exista bunici entuziaști sau prieteni de familie care posedă anumite îndemânări și aptitudini. Lăsați-l pe acela dintre dumneavoastră care are abilități de bucătar să-i arate copilului cum se gătește și pe artist să-și facă meseria.

Vă sfătuim să alegeți activitățile care vă atrag. Dacă vă veți simți în largul dumneavoastră, veți fi mai relaxați, mai entuziaști și mai răbdători atunci când vă veți juca împreună cu micuțul, iar acesta este lucrul cel mai important. Astfel, atât dumneavoastră, cât și bebelușul vă veți bucura cu adevărat de timpul pe care îl veți petrece împreună.

Simone Cave și Caroline Fertleman



Partea întâi

Apariția bebelușului

De la naștere la șase luni

Dacă vă aflați încă în etapa în care vă priviți cu mirare nou-născutul, fascinați de fiecare mișcare și gângurit, să știți că în săptămânile care urmează veți fi în permanență uimiți de capacitatea lui incredibilă de învățare. Jocurile amuzante și antrenante vor contribui într-o manieră esențială la dezvoltarea bebelușului. Continuați lectura ca să descoperiți cum îl puteți amuza în următoarele luni.

Multe proaspete mămici găsesc cu greu timpul necesar să meargă la toaletă, să facă un duș sau să se spele pe dinți. Dacă vă recunoașteți în această situație, atunci gândul că ar trebui să vă faceți timp și pentru joacă vă poate da mari bătaii de cap. În primele zile, principalul obstacol în calea jocului îl constituie faptul că bebelușul doarme foarte mult, iar atunci când este treaz trebuie să-l hrăniți, să-l legănați ori să-i schimbați scutecele, așa că o să vă rămână puțin timp pentru joacă. În săptămânile și lunile care urmează însă copilășul va fi treaz și activ pentru mai mult timp și veți avea așadar mai multe ocazii să vă jucați. Între timp, încercați să nu vă suprasolicitați. Chiar și un minut petrecut împreună cu cel mic îl poate bine-dispune, contribuind în felul acesta la stimularea dezvoltării sale.

Din ziua întâi

Cu bebelușul vă puteți juca imediat ce se naște – născocind tot felul de strâmbături sau punându-i în palmă un material moale

ori degetul dumneavoastră ca să-i stimulați simțul tactil. Copilul îl va strânge în mod automat, ca urmare a răspunsului reflex înăscut. În primele săptămâni veți observa că perioada cea mai potrivită pentru joacă este după masă și somn, atunci când nu îi este foame și nu este obosit. Un alt moment bun pentru joacă este acela în care îi schimbați scutecele, dacă micuțul este vesel. Dacă este agitat, încercați să îl schimbați și să-l luați în brațe cât mai repede posibil. De asemenea, baia reprezintă un bun prilej pentru joacă, mai ales după primele șase săptămâni, când bebelușul începe să se bucure cu adevărat de această activitate. Dacă aveți un cărucior poziționat cu spatele către direcția de mers, puteți face grimase și scoate sunete sau puteți „discuta” cu micuțul când sunteți afară. Atunci când copilul este foarte mic, încercați să profitați de fiecare moment în care este treaz pentru reprize scurte de joacă. Nu e nevoie de ceva prea formal; o simplă grimasă amuzantă în timp ce stați la coadă într-un magazin poate fi stimulatoare și

benefică pentru bebeluș. Am inclus în această carte o gamă largă de activități simple. Încercați-le pe acelea care vi se potrivesc și includeți joaca în programul zilnic al dumneavoastră și al bebelușului.

Ce îi place bebelușului?

După doar câteva săptămâni, copilul este capabil să vă transmită dacă îi place în mod deosebit o anumită activitate, făcând ochii mari sau lovind din piciorușe. După șase săptămâni începe să zâmbescă – dacă vă privește în ochi și râde, puteți fi siguri că îi face plăcere să se joace cu dumneavoastră, așa că puteți continua. În cazul în care întoarce capul sau vă evită privirea, e un semn că a obosit și trebuie să vă opriți. Alte indicii prin care bebelușul vă transmite că nu mai vrea să se joace sunt scâncetele, căscatul, trasul de urechi sau o atitudine generală care denotă lipsa de energie. Încetați joaca în momentul în care primiți asemenea semnale, întrucât bebelușul vă transmite un mesaj clar că a obosit. Dacă scoate limba sau

îi tremură buzele, probabil înseamnă că s-a speriat și va începe să plângă, așa că este indicat, de asemenea, să vă opriți. Puteți folosi fețele vesele 😊 sau pe cele triste ☹️ pentru a nota reacția copilului la fiecare activitate.

Bucurați-vă de fiecare clipă

Primele șase luni de viață ale bebelușului reprezintă o perioadă uimitoare în ceea ce privește salturile care se produc în dezvoltarea lui. Veți asista la transformarea nou-născutului într-un bebeluș zâmbitor și vioi, care poate să țină jucăriile în mâini, să lovească din piciorușe cu putere sau chiar să agite o zornăitoare. Copiii pot conștientiza ce se întâmplă în jurul lor cu mult timp înainte de a începe să vorbească, și asimilează foarte multe informații pe măsură ce înțeleg lucrurile pe care le văd sau aud. Aveți acum ocazia să măriți potențialul bebelușului și să-i stimulați dezvoltarea cerebrală, ca să poată deveni un copilăș cu adevărat inteligent.

1 Strâmbături



Bebelușul poate imita expresiile faciale imediat după naștere, așa că vă puteți amuza privindu-l și făcând grimase din prima clipă. Țineți-l la aproximativ 20-25 de centimetri de dumneavoastră, distanța optimă de la care micuțul își poate concentra atenția, apoi, timp de un minut sau două, scoateți limba sau deschideți și închideți gura. Bebelușul vede ca prin ceață, așa că trebuie să vă mișcați încet și să exagerați grimasele, ca să-i oferiți timp suficient de răspuns. Bebelușilor le plac fețele, așa că, dacă nu e adormit sau nu îi este foame, micuțul va încerca să vă imite. În câteva zile, el va pierde acest reflex biologic și, implicit, abilitatea de a imita expresiile faciale, dar o va redobândi după

De ce aveți nevoie

- Un chip expresiv



aproape două luni. La șase luni o va face atât de bine, încât puteți începe să vă diversificați gesturile – încercați să zâmbiți, să-i arătați dinții, să clipiți ori să emiteți sunete în timp ce scoateți limba. Puteți încerca sunete simple, cum ar fi „bâz” sau „ah”, ori sunete expresive, de tipul „bau”, „ma” sau „pâh”, care vă vor face gura să se miște într-un mod interesant pentru copil. La început, bebelușul nu va putea să reproducă aceste sunete, dar îi veți stârni curiozitatea și vă va privi cu atenție. Bebelușii

sunt atrași de lumină și de tonurile contrastante de alb și negru, așa că, în timpul acestei activități, evitați să purtați o bluză în aceste culori, ca să nu-i distrageți atenția.

În jurul vârstei de șase săptămâni, bebelușul va începe să vă zâmbească atunci când vă vede. Zâmbiți-i cât mai mult și urmăriți dacă vă răspunde în același fel. Zâmbetul de socializare este destul de rar la început, dar, după câteva săptămâni, bebelușul va începe să suradă în prezența oricui.

Beneficii

Dezvoltă relația părinte-copil

Jocurile bazate pe schimbarea expresiei feței reprezintă un mijloc extraordinar de a crea o legătură între dumneavoastră și copil, iar momentul în care micuțul vă răspunde este unul magic. Aceste tehnici sunt în special benefice pentru consolidarea relației dintre tată și copil, ținând cont de faptul că acesta nu poate interacționa cu bebelușul prin alăptare.

Îmbunătățește vederea

Nou-născutul are vederea foarte încețoșată, putând identifica numai formele mari sau umbrele. De aceea trebuie să vă schimbați expresia feței prin gesturi ample și încete – spre exemplu, deschideți gura larg și foarte încet, apoi închideți-o la fel de încet. Mușchii oculari ai bebelușului încep să se dezvolte imediat după naștere, așa că orice mișcare pe care o face încercând să vă urmărească îi va întări musculatura.

Sporește puterea de concentrare

După două luni, vederea bebelușului se îmbunătățește și acesta începe să vă fixeze chipul cu privirea. Concentrându-se asupra feței dumneavoastră, copilul exersează controlul asupra mușchilor oculari.

Comunicarea

În timp ce vă privește și vă copiază expresia feței, micuțul deprinde primele cunoștințe de interacțiune socială și își dezvoltă sensibilitatea față de indiciile non-verbale. Cu cât studiază mai mult chipul oamenilor, cu atât mai ușor observă schimbările de expresie. Aceasta este o etapă timpurie în dezvoltarea limbajului, și, pe măsură ce micuțul continuă să vă privească mișcarea buzelor în timp ce vorbiți, începe să învețe vorbirea articulată. În felul acesta, va continua să acorde atenție expresiilor feței și particularităților de limbaj ale celor cu care interacționează.