



Подстицајне активности уз УРД¹ упитнике за родитеље

Активности за бебе од 1 до 4 месеца



<p>Тихо причајте беби док је храните, мењајте јој пелене и држите је. Иако не разуме све речи, беба препознаје ваш глас и то ће јој пријати.</p>	<p>Када видите да беба реагује на ваш глас, похвалите је и помазите. Поново јој се обратите да бисте видели хоће ли ће опет да реагује.</p>	<p>Одговорите на неки начин кад год ваша беба гуче или гроће. Нека то буде прави мали „разговор“ – причајте са бебом нежним гласом, осмехујте јој се док причате; док говорите, повремено правите кратке паузе да бисте беби дали прилику да се и она укључи; беба ће у неком тренутку почети наизменично да испушта једноставне звуке.</p>	<p>Певајте беби (чак и ако не умете добро да певате). Понављање песмица и успаванки помаже беби да учи и слуша.</p>	<p>Пажљиво држите бебу и лагано се њишите и љуљајте уз музiku (сами певајте или пустите музiku на радију). Можете поплако да се крећете по просторији и да мало шетате са бебом.</p>
<p>Ставите несаломиво огледало близу бебе тако да она може да га види. Почните да причате и куцните о огледало да бисте је навели да га погледа. После неког времена беба ће схватити да је то њен одраз.</p>	<p>Држите бебу и лагано је љуљајте певајући успаванку. Певајте успаванку и љуљајте бебу лаганим ритмом.</p>	<p>Ставите крпену лутку или малу чарапу на прст. Изговорите име бебе док померате лутку или чарапу горе-доле. Проверите да ли беба прати то кретање. Затим померајте прст укруг. Сваки пут кад видите да беба прати кретање лутке покушајте и неки нови покрет.</p>	<p>Док беба лежи на леђима, изнад бебине главе држите плишану играчку јарких боја тако да јој буде у видном пољу. Полако померајте играчку напред-назад и проверите да ли је беба гледа.</p>	<p>Наместите бебу тако да можете да јој додирујете стопала. Нежно се играјте њеним стопалима и ножним прстима и лагано је голицајте. Додирујте један по један прстић и истовремено за сваки прстић говорите „Овај прстић је ... мали палчић/ мамин прстић/татин прстић“ или рецитујте песмицу „Овај прстић...“ ако је знате и уз сваки стих додирујте други прст.</p>
<p>Држите бебу на рукама положену на stomaciћ. Нежно је љуљајте напред-назад. Како беба буде расла, почните и да шетате с њом у том положају да би беба могла да гледа различите ствари.</p>	<p>Поставите бебу у стабилан положај на крилу, лицем ка вама и лагано тресите звучку поред једног уха, а затим и поред другог. Звучку најпре протресите полако, а затим мало брже. Беба ће временом почети погледом да тражи извор звука.</p>	<p>Поставите ћебе или пешкир на тепих и положите бебу на stomaciћ тако да јој глава буде окренута на једну страну. Лезите поред бебе да је охрабрите. Беба може да остане у овом положају све док јој то прија, а ви водите рачуна да јој главица буде подједнако дуго окренута и налево и надесно. Потрудите се да време које беба проводи на stomaciћу сваког дана буде мало дуже. Пажљиво мотрите на бебу да бисте могли да реагујете ако окрене лице директно ка поду, јер то може да отежа дисање. Како с временом буде јачала, беба ће моћи да подигне главу и да се мало придигне одупирајући се рукама, што ће касније прерasti у вальање и пузање.</p>	<p>Положите бебу на леђа и благо гладите њене руке и ноге на различитим mestismima. Сваки пут кад је додирнете реците: „Juxy!“ Беба ће се можда осмехнути и очекивати следећи додир тако што ће гледати ваше руке. Сваки пут кад кажете „Juxy!“ можете и да кажете који део тела додирујете.</p>	<p>Када је лепо време, изведите бебу у шетњу по природи – кроз парк или у близини куће. Причајте јој о свему што видите. Чак и ако вас не разуме, беби ће пријати да буде напољу и да слуша ваш глас.</p>

1. Оригинални назив инструмента је ASQ (A&SQ, Ages and Stages Questionnaire), а овде користимо скраћеницу УРД (узврст и развој детета), односно назив УРД упитник.

Читајте беби једноставне књиге. Чак и ако не разуме причу, беба ће уживати у вашој близини и вашем гласу.

Користећи бели папир и црни фломастер, нацртајте неколико једноставних јасних слика, на једном листу папира једну слику. Почните са једноставним сликама (дијагоналне линије, мета, шаховска табла, троугао). Поставите слике на места које беба може да види (20–30 цм удаљено од њеног лица). Залепите ове слике поред бебиног седишта у колима или поред кревеца. Ако приметите да више не привлаче пажњу детета, замените слике.

Положите бебу на леђа на меку, равну површину, нпр. на кревет или ћебе. Нежно тапкајте или масирајте бебине шаке и прстиће и при том јој тепајте.

Нежно протресите звучку или неку другу играчку за бебе која прави звуке. Ставите је беби у ручицу. Проверите да ли је беба задржава у шаци, макар и накратко. Звучка или друга играчка коју стављате беби у шаку требало би да буде релативно лака и не дужа од десетак центиметара.

Држите бебу близу себе или је положите на меку, равну површину тако да беба може да вас види (на удаљености од 20 до 30 цм). Док сте окренути једно другом лице у лице, почните да правите мале покрете (испразните се, отворите уста и направите широки осмех). Ако будете стрпљиви, беба ће можда покушати да вас опонаша. Како беба буде расла, можете да покушате са већим покретима (главом, шакама и рукама). Поред овога, можете да се играте са бебом опонашајући изразе лица и покрете које она прави.