**Консультация для молодых родителей № 1.**

**О принципах развития и воспитания ребенка**

Сегодня мы обозначим наиболее важные подходы к воспитанию маленького ребенка, чтобы было понятно, почему мы что-то делаем так, а не иначе.

Итак, это "Концепция о ценности первых 1000 дней в жизни младенца", когда он впитывает множество знаний о внешнем мире.

Мы знаем, что первые 1000 дней жизни оказывают колоссальное влияние на будущее ребёнка, и у нас есть всего один шанс, чтобы сделать все правильно. А правильно - это значит обеспечить ребёнку заботливый уход.

Научные исследования представляют 5 принципов заботливого ухода:

1. Хорошее здоровье - забота об условиях жизни ребёнка, способствующих развитию и сохранению физического и психического здоровья малыша, защита от опасностей.
2. Адекватное питание, которое соответствует возрасту ребёнка.
3. Отзывчивый уход, который включает внимательное наблюдение и быстрое адекватное реагирование на все сигналы ребёнка, это построение доверия между родителями и ребёнком.
4. Обеспечение безопасности ребёнка, оберегающее его как от физической боли, так и от эмоционального стресса, и так называемого чрезвычайного страха, например, когда одиноко или сильно больно, или много неизвестности.
5. Предоставление ребёнку возможностей для раннего развития, когда взрослые обеспечивают достаточное количество раннего опыта взаимодействия с физическим миром и родными людьми.

⠀Данный компонент построен на теории о том, что ребёнок лучше всего учится через общение с близкими людьми, наблюдение за ними и игры во время повседневных домашних дел, во время кормления, купания, переодевания и других.

Следование принципам заботливого ухода позволяет нам:

🧸брать и носить ребёнка на ручках, утешать его, когда он плачет (уменьшение эмоционального стресса);

🧸адаптировать питание в соответствии с потребностями ребёнка, например, изменять его объем и состав, по мере роста ребёнка или в случае его болезни;

🧸совершать все гигиенические процедуры, заботясь о физическом здоровье ребёнка, например, регулярно купать;

🧸создать в доме безопасную среду, защищать ребёнка от случайных бытовых травм;

🧸спеть ребёнку песенку, когда меняем подгузник;

🧸играть с ним в козу-рогатую, дать ему тесто, когда мама лепит пельмени, разрешить поливать цветочки;

🧸объяснять ребёнку, почему нужно подождать пока мама готовит еду;

🧸ждать пока ребёнок проявит инициативу и многое-многое другое.

Обязательно реагируйте, вступайте в диалог и помогайте своему малышу развиваться! Не забудьте про основные правила такой коммуникации:

☑ Учитесь быть чуткими к тому, как и когда Ваш малыш призывает Вас общаться;

☑ Сами инициируйте общение как можно чаще;

☑ Используйте ласковый тон;

☑Говорите «взрослым языком», не обязательно сюсюкать (конечно, если Вас не захлестнул прилив нежности😅);

☑ Давайте малышу время ответить, помните о принципе «send and receive» (отправлять и получать);

☑Задавайте вопросы (даже если отвечать пока придётся самим😂), комментируйте, говорите, говорите, говорите!

☑Говорите с малышом, пока переодеваетесь, пока умываетесь, пока играете и многое другое!

☑ Не торопитесь скорее его переодеть, накормить, «упаковать», смакуйте моменты!

☑ Всё вышеперечисленное касается не только Вашего малыша. Если Вы работаете с детьми, встретились с другими мамочками с детьми - не поленитесь, уделите пару минут тёплому разговору с другим малышом, если он будет расположен! Внедрим некий «сетевой маркетинг» в области развития наших детей!😄

Поверьте, такие простые вещи могут внести значительный вклад в развитие по-настоящему сильных познавательных, когнитивных, социальных навыков у Вашего ребёнка в будущем!

По материалам Всемирной Организации Здравоохранения: "Nurturing care for early childhood development: a framework for helping children survive and thrive to transform health and human potential» World Health Organization 2018