

VAIKO RAIDOS ETAPAI

KŪDIKIS IKI 1-ERIŲ

0–3 mėn. miega net iki 80 proc. laiko. Vaikai turėtų gebėti skleisti garsus, palaikyti akių kontaktą, gebėti klausyti kito balso (atpažįsta mamos balsą), verkti, siekiant ką nors gauti, įgauti vis daugiau kojų, rankų, kūno kontrolės, gebėti laikyti į ranką įdėtą daiktą, sekti objektus ar garsą akimis, pradėti šypsotis bei rodyti susidomėjimą žmonių veidais.

3–12 mėn. kūdikiai ima kalbėti sava kalba, supranta, kai su jais kalbama, reaguoja į garsus ir savo vardą, geba atsisėsti, apsiversti, ropoja, vėliau gali ir atsistoti. Taip pat kūdikiai nuo 3 mėn. pradeda atpažinti pažįstamus veidus, skiria emocijas (veido mimikas) atkreipia dėmesį į muziką, mėgsta numesti daiktus, kartoja veiksmus ir stebi jų poveikį, išbando naujus dalykus - su aplinka pažindinasi per pojūčius. Susiformuoja prierašumas, kūdikis nerimauja dėl išsiskyrimo, pajunta baimę pamatęs svetimus žmones, jaučiasi saugus su svarbiausiu globėju. Mokosi mėgdžiodamas, prasmingai naudoja gestus, vėliau taria pirmuosius žodžius.

Kaip tėvai gali prisidėti prie vaiko lavinimo kūdikystėje?

Tėvai gali skatinti mažylio raidą kurdami saugumo jausmą – dažni bučiniai, apkabinimai ir paglostymai padeda vaikui jaustis ramiam. Reikia stebėti, ar vaikas nėra per daug stimuliuojamas, ir prireikus suteikti pertraukėlę. Svarbu sudaryti sąlygas kūrybiškumui ir lavinimuisi, naudojant įvairių formų, spalvų, dydžių žaislus ir net buitines objektus, kaip medinius šaukštus ar plastikinius indus. Kalbėjimasis su vaiku, reagavimas į jo garsus, jų kartojimas ir praturtinimas naujais žodžiais ugdo kalbos įgūdžius. Kasdien skaitydami ir vardindami paveikslėliuose esančius objektus ar garsus, padėsite vaikui lavinti žodyną ir ryšį tarp vaizdo bei garsų. Atsiskyrimo nerimo laikotarpiu svarbu raminti vaiką, aiškinant, kad išsiskyrimai yra laikini, taip ugdant jo pasitikėjimą ir gebėjimą nusiraminti.

1–3 METŲ VAIKO RAIDAI

Vaikai nuo vienerių metų ima tarti savo pirmuosius žodžius, atsako į klausimus, įvardija objektus, mėgsta klausytis istorijų, nupasakoja savo veiksmus, pradeda paišyti, lengvai atsisėda, gali sudėti daiktus į dėžutę, vėliau juos išversti, dėti detales vieną ant kitos (kubelius), gerti iš puodelio, mesti, spirti kamuolį, atpažinti save veidrodyje, lipti laiptais, atsispirdamas pašokti nuo žemės. Taip pat tokio amžiaus vaikai gali parodyti įvardijamas kūno dalis, įvardinti spalvas ir kai kurias raides, grupuoti objektus. Jau gali suprasti daugiau nei 100 žodžių. Vaikas jaučia mažesnę baimę, pamatęs svetimus žmones, silpnėja nerimas dėl išsiskyrimo.

4–6 METŲ VAIKO RAIDAI

Tokio amžiaus vaikai ima žaisti su kitais, domisi aplinka, pavyzdžiui, nauja žaidimų aikštele ar draugo namais, atpažįsta rizikingą ir nesaugią aplinką ir elgesį, mėgsta sūpuotis sūpuoklėse, žaisti su naujais žaislais, geba rasti objektus, į kuriuos rodote. Taip pat koordinuoja savo judesius, gali išlaikyti pusiausvyrą gaudydami kamuolį, stovėti ant vienos kojos, pasistiebtį ant pirštų galų, geriau koordinuoja rankų ir pirštų judesius, geba spalvinti, turi nusistovėjusį miego grafiką, valgo maistą, kuriame gausu įvairių maisto produktų, temperatūros skirtumų ir tekstūrų, atlieka kasdienės užduotis, kurias sudaro keli žingsniai, verkia ir pastebi, kai skauda.

Kaip tėvai gali prisidėti prie vaiko lavinimo šiuose amžiaus tarpsniuose?

Vaikų raidos lavinimas nuo 1 iki 6 metų apima kalbos, socialinių, motorinių ir kūrybinių gebėjimų ugdymą per kasdienes veiklas ir žaidimus. Tėvai turėtų skaityti vaikams, skatinti juos kalbėti, pasakoti, mokyti dainelių bei žodžių, susijusių su kasdienybe. Svarbu lavinti motoriką per veiklas, kurios reikalauja rankų judesių koordinacijos, pavyzdžiui, piešimą, lipdymą, žaidimus su kaladėlėmis ar kamuoliu. Socialinių įgūdžių lavinimas apima žaidimą su

bendraamžiais, dalijimasi ir konfliktų sprendimą, o emocinį intelektą galima skatinti mokant atpažinti emocijas ir kantriai aiškinant taisykles. Reguliarus bendravimas, įtraukiant vaiką į namų veiklas ir lavinant jo savarankiškumą, padeda kurti pasitikėjimą savimi ir pasaulio pažinimo džiaugsmą.

7–12 METŲ VAIKO RAIDA

Nuo 7 iki 12 metų vaikai pastebimai auga fiziniėje, pažinimo, socialinėje ir emocinėje srityse. Fiziškai jie toliau auga ūgiu ir lavina motorinius įgūdžius (geba naudotis žirkėmis, išryškėja sportiniai gabumai), o kognityviniu požiūriu gerina savo problemų sprendimo ir kalbos įgūdžius. Susiformuoja kairės - dešinės rankos dominavimas. Užmezga sudėtingesnius santykius ir įgyja esminių socialinių įgūdžių, atsiranda taisyklių laikymasis, bei geriau supranta savo jausmus. Berniukai ir mergaitės pradeda skirtingai bendrauti su tos pačios lyties bendraamžiais. Atsirandantis savęs suvokimas skiriasi priklausomai nuo įvairių gebėjimų sričių (pavyzdžiui: akademiniai, sportiniai). Šie metai yra labai svarbūs vaikui, norint padėti tvirtą pamatą vystymuisi ateityje.

13–18 METŲ PAAUGLIO RAIDA

Paauglystėje, nuo 13 iki 18 metų, vaikai išgyvena gilų fizinį, pažintinį, socialinį ir emocinį vystymąsi. Fiziškai jie sparčiai auga ir bręsta, keičiasi jų ūgis, svoris ir kūno sudėtis. Kognityvinis vystymasis šiuo laikotarpiu apima tolesnį kritinio mąstymo įgūdžių, samprotavimo ir sprendimų priėmimo gebėjimų tobulinimą. Lavinamas gilesnis supratimas apie sudėtingas sąvokas. Paaugliai mezga vis įvairesnius santykius su bendraamžiais, gilesnes draugystes, romantinius ryšius. Pradeda atrasti save, vertybes, siekia savarankiškumo nuo šeimos, atsiranda egocentriškas mąstymas. Emociškai paaugliai patiria intensyvius jausmus ir nuotaikų svyravimus siekiant nepriklausomybės.

Kaip tėvai gali prisidėti prie vaiko lavinimo šiuose amžiaus tarpsniuose?

Tėvai gali lavinti 7–18 metų vaikų raidą skatindami kritinį mąstymą, savarankiškumą ir atsakomybę. 7–12 metų vaikus verta motyvuoti mokytis, įtraukti į komandines veiklas, mokyti spręsti konfliktus, ugdyti empatiją ir lavinti motorinius įgūdžius per sportą. Šiame amžiuje svarbu palaikyti vaiko pomėgius, stiprinti pasitikėjimą savimi ir mokyti sveikos gyvensenos įgūdžių. Paauglystėje, 13–18 metų, tėvai turėtų skatinti diskutuoti, planuoti laiką, domėtis karjeros galimybėmis ir dalyvauti savanoriškoje veikloje. Svarbu padėti valdyti emocijas, užmegzti sveikus santykius, aptarti rizikingą elgesį bei parodyti empatiją ir pagarbą. Visais šiais etapais būtina stiprinti fizinę ir psichologinę sveikatą, palaikyti vaiko individualumą, skatinti savęs pažinimą ir ugdyti atsakingą elgesį, kartu rodant gerą pavyzdį savo kasdieniu elgesiu.