

## **Декабрь-2018г. Лекция № 4 «Воспитание ребенка до рождения».**

Будущие родители уже с момента зачатия должны поставить себе целью помочь малышу чувствовать себя хорошо и предоставить ему возможность для телесного, душевного и духовного развития. Родителям надо научиться получать удовольствие от своей роли мамы и папы, а также ответственности перед будущим ребенком. Малыш развивается от единственной клетки до маленького человечка, происходит закладка всех органов и систем организма. Негативное воздействие алкоголя, наркотиков, лекарственных препаратов, беспорядочного образа жизни может привести к нарушению этих процессов и формированию пороков развития органов.

### **1-12 недели беременности.**

Закладывается нервная система младенца, начинает биться маленькое сердце, формируются позвоночник и мышцы. У малыша появляются руки, ноги, глаза, уши, формируются пальчики, суставы. Ребенок начинает шевелиться, совершать движения. На 23 день начинает формироваться внутреннее и внешнее ухо, оформляются челюсти, появляются зачатки зубов, веки. Если извне поступают резкие звуки, ребенок старается закрыть руками уши и старается загордиться ладошкой от света – он видит и слышит! Он вырастает в 10000 раз. Он может сосать пальчик и сжать ручку в кулачок.

Ваш малыш хочет все видеть, его глаза чувствительны к зрительным образам, световой энергии, поэтому беременным рекомендуют гулять в светлое время суток, что улучшает двигательную активность плода и способствует его развитию. Весьма важную роль для развития зрительного аппарата ребенка играют зрительные впечатления беременной женщины. Сцены жестокости и насилия вызывают стрессовую реакцию в теле, которая передается малышу. Старайтесь творить, воображать, рисовать... Вносите творчество во все, что вы делаете: готовите обед, шьете, вяжете или вытираете пыль. Творчество развивает природные инстинкты, которые помогут вам понять своего ребенка и очень пригодятся в родах.

Танцуйте! Движения мамы развивают вестибулярный аппарат ребенка, а движения под музыку еще и развивают чувство ритма, которое практически не развивается после рождения (в отличие от музыкального слуха).

Вкусовые пристрастия ребенка формируются, когда он еще живет внутри мамы. Питательные вещества, которые ребенок получает через пуповину, околоплодная жидкость, в которой он плавает – состав их зависит от того, что женщина ест. Чем ответственнее вы подойдете к своему питанию, тем разнообразнее может стать меню малыша после рождения.

### **12-24 недели беременности.**

Врач прослушивает сердцебиение малыша, время от времени малыш отталкивается от одной стенки матки и доплывает до другой. Он может отреагировать на резкий звук прыжком, который воспринимается за активное

шевеление, может выражать свое недовольство напряжением мышц вокруг глаз, сморщенными губами и беззвучным плачем.

Звуки – один из самых распространенных способов влияния на ребенка в утробе матери. Используя звуки, можно влиять на здоровье, стимулировать развитие памяти и интеллекта. К 21 неделе беременности слух функционирует полностью. Плод плохо переносит громкие и неприятные звуки: наблюдается учащенное сердцебиение и резкие, беспокойные движения.

Наилучшей музыкой для ребенка считается голос матери и стук ее сердца. Беременной можно посоветовать чаще петь, в том числе народные и колыбельные песни. Как показали исследования, после рождения ребенок быстро засыпает, услышав колыбельную, которую мама пела ему до родов. Песню предлагают петь в те моменты, когда женщину охватывает беспричинная тревога, страх за ребенка, а так же в периоды плохого настроения или волнения. При этом беременная может представлять образы природы: море, лес, море, реку..., ассоциирующиеся с состоянием покоя, тишины, счастья. Как показывает практика, воспоминание и напевание народных песен сразу же улучшает настроение, успокаивает.

Из музыкальных инструментов специалисты рекомендуют слушать флейту, которая по их мнению активизирует работу головного мозга; виолончель, которая положительно влияет на органы малого таза; арфу, которая улучшает работу сердца, а также скрипку, орган, колокола. Общеизвестно благотворное влияние гармоничной музыки на течение беременности и родов. Это звуки природы, пение птиц, народная и классическая музыка. Существуют специальные технологии дородовой стимуляции памяти и интеллекта с помощью музыки. В будущем такие дети имеют способности освоения большего объема материала, более прочно и длительно сохраняют его в памяти, имеют высокую активность интеллекта, высокую адаптивность в любой среде.

Важно знать, что примерно на 22-й неделе беременности плод вырабатывает свой режим сна и бодрствования, во многом совпадающий с материнским. Поэтому, чтобы после родов с новорожденным было меньше хлопот, беременная женщина должна придерживаться такого режима дня, который будет способствовать оптимальному уходу за новорожденным. Ложитесь спать в 22.00, вставайте в 7.00.

## **24 – 36 недель беременности.**

Чтобы отдохнуть, малыш «ложится спать» и видит сны, рост достигает 40 – 41см, а вес 1800 – 2100г. Теперь он пользуется всем набором чувств: зрением, слухом, вкусом, осязанием. Он узнает голос мамы и делает первые «дыхательные» движения, у ребенка образуется подкожно – жировая клетчатка, благодаря чему ручки и ножки становятся пухленькими, происходит закладка иммунной системы.

Продолжайте активно общаться с ребенком, развивайте свои способности понимать, что он чувствует.

### **37 – 39 (40) недель беременности.**

Малыш активно набирает вес, прибавляя около 14г в день, в его печени накапливается железо, которое будет помогать кроветворению в первый год жизни. Головка ребенка опускается ближе к выходу, ребенок готов к самостоятельной жизни.

Настраивайте себя, свой организм на благополучное завершение этого важнейшего этапа жизни. Помните, что все свои мысли, эмоции вы передаете своему малышу, занимайтесь по возможности любимыми делами, слушайте музыку, гуляйте, читайте хорошую литературу, обязательно читайте сказки (например А.С.Пушкина). Не забывайте и про духовные произведения. Очень важно, чтобы первые впечатления от жизни у ребенка были наполнены любовью, светом и приятными эмоциями.