

KŪDIKIŲ VEIKLOS ĮTAISAI: nauda, žala, pasekmės

Straipsnyje "[Anktyvo sodinimo žala ir pasekmės?](#)" supažindinau tėvus, kokią žalą darome savo vaikams per anksti skatindami jį sėdėti. Ne paslaptis, kad socialiniuose tinkluose nuolat mamos teiraujasi, nuo kokio amžiaus stato savo kūdikius į vaikštynes ir šokliukus. Vienos iš nežinojimo, kad tai nėra pats sveikiausias tėvų pakaitalas, kitos norėdamos pailsinti savo rankes, jau tupdo kūdikius tiek į vaikštynes, tiek į šokliukus jau nuo 5 mėnesių amžiaus (čia aš radau besididžiuojančių mamų pasisakymus). Žinoma tarp mamų užverda diskusijos, vienos kategoriškai prieš, kitos nemato didelės grėsmės tame. Nustebau kai kurių mamų nenuovokumu, "kam pardavinėja, jei nesveika". Mielos mamos, alkoholis ir tabako gaminiai, cukrus, druska, vaisvandeniai taip pat nesveika, nors taip pat parduodami. Tik vieni vartoja šiuos produktus žinodami galimą jų žalą, kiti vartoja saikingai:).

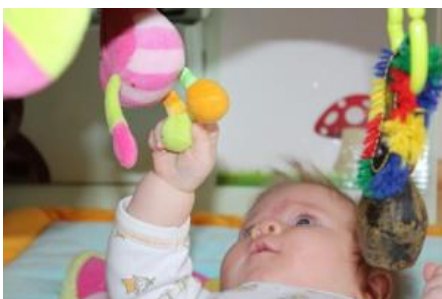
Kūdikis savo ateitimi negali pasirūpinti, bet tėvai yra atsakingi už savo vaikų sveikatą. Todėl kviečiu prisijungti prie savo atžalų sveikos gyvensenos ir psicho-fizinės sveikatos formavimo.

Šiame straipsnyje trumpai aptarsiu kūdikiams skirtų veiklos įtaisų paskirtį, privalumus ir trūkumus.

Iš profesinės patirties pastebėjau tendenciją, kad tėvai kūdikiams veiklos įtaisus įsigyja tokia seka: vibrokėdutė/gultukas, lavinamasis kilimėlis, Bumbo sėdynė, šokliukas, vaikštynė, vaikštukas/stumdukas, mašina stumdukas, muzikinis veiklos staliukas. Žinoma, gal ne visus, kuriuos išvardinau ir įsigyja tėvai. Bet ne visi ir yra pirmo būtinumo pirkiniai. Apie gultuką/supyneš jau rašiau ankstesniame straipsnyje, todėl nesikartosiu. Jį rasite [čia](#).

Lavinamasis kilimėlis

Jis pravers Jums, kai kūdikis pradės fiksuoti žvilgsniu priešais save esančius daiktus. Daugmaž nuo 1,5 mėn. jau galite kūdikį pratinti pasibūti ant tokio kilimėlio. Iki to laiko vis tiek dauguma jų nori būti mieliau sūpuojami ant rankų. Patarčiau tik minimalizuoti kabančių ant kilimėlio žaisliukų kiekį, kad nesukelti hiperstimuliacijos. Maždaug 2 mėn. amžiaus kūdikis jau turėtų bandyti kibinti žaisliukus. Kaip prasmingai panaudoti lavinamąjį kilimėlį skatinant kūdikį verstis ant šono, skaitykite [čia](#).



Bumbo sėdynė



Manęs tėvai teiraujasi, nuo kokio amžiaus tikslinga tokia sėdynė. Anksčiau ar vėliau kūdikis tikrai sėdės savarankiškai ir be šios sėdynės. Svarbu tik žinoti kada ir kaip kūdikį mokinti sėstis (plačiau apie tai skaitykite [čia](#)), ir kada jau turi savarankiškai sėdėti. Tokia sėdynė tinkama tiems vaikučiams, kurių vėluoja sėdėjimo raida. Tokią pačią paskirtį turi maitinimo kėdutė, todėl tikrai neverta užgriozdinti namų papildomu daiktu, kuris tarnaus labai trumpai.

Šokliukas

Į šokliuką dėti kūdikį rekomenduojama, kada kūdikis tvirtai savarankiškai sėdi, ropoja ir atsistoja. Kadangi šokliuko paskirtis - spuruokliuoti, tai ne anksčiau kaip 7 mėnesių amžiaus galima dėti, nes būtent šio amžiaus kūdikis jau turi spyuokliuoti. Tačiau prieš tai turite būti tikri, kad klubo sąnariai yra išsivystę taisyklingai pagal amžių. Jei buvo diagnozuota klubo sąnario displazija, tuomet į šokliuką dėti draudžiama.



Vaikštynė



Mano, kaip specialistės nuomonė, būtų tokia. Ją visada pasakau tėvams, o tada jau jie sprendžia, trumpalaikę (bent trumpam pailsėti) ar ilgalaikę (galvoja apie būsimą vaikų sveikatą) naudą pasirinkti. Vaikštynė saugi ir galima kūdikiui tuomet, kai kūdikis pats taisyklingai atsistoja prie baldo ir eina šoniniu žingsniu. Tokiu būdu kūdikis jau pats moka perkelti kūno svorį, dėti taisyklingai pėdą, ir ji gali padėti išmokyti kūdikį eiti į priekį. Tuomet sulaukiu tėvų pasisakymų, kad tada kūdikiui, o tiksliau jiems (tėvams), kaip ir nėra poreikio kūdikio dėti į vaikštynę, juo labiau į šokliuką, nes entuziazmu ir džiaugsmu vaikutis netrykšta dėl suvaržytos laisvės judėti. O kam tada vaikštynė skirta? Tai yra prekybininkų sukurtas produktas, o jau nuo tėvų sąmoningumo priklauso, ar reikalingas toks daiktas namuose ar ne. Taigi, jei Jūsų kūdikis jau vartosi, šliaužia, sėdi savarankiškai, ropoja, įsikibęs atsistoja ir eina šoniniu žingsniu prie baldų (o tai didžioji dalis kūdikių prieš tai minėtus judesius atlieka būdami ne anksčiau, nei 9 mėn. amžiaus), tik tuomet svarstykite ar tikrai būtina vaikštynę įtraukti į planuojamų pirkinių sąrašą. Išsamiai ar vaikštynė reikalingas pirkiny, kitame straipsnyje.

Vaikštukas/stumdukas

Šis veiklos įtaisas dažniausiai atsiranda namuose tada, kada kūdikis jau eina šoniniu žingsniu pagal baldus. Tačiau tikrai sėkmingai jis gali būti siūlomas kūdikiui jau nuo 4-5 mėnesio, kai kūdikis jau verčiasi ant šono, o gulėdamas ant pilvo tiesia į priekį rankutes. Būtent toks įtaisas skatins kūdikį verstis ant šono/pilvo, o gulint ant pilvo kelti galvą ir tiesti/kelti rankas. Tai puikus viršutinės kūno dalies treniruoklis. Sėdinčiam kūdikiui (6-9 mėn.) padės lavinti pusiausvyrą, akies rankos koordinaciją, šonines atramos ir pusiausvyros reakcijas. Vėliau jau kai pradės ropoti ir stotis, paskatins kūno svorio perkėlimą einant pirmyn.



Sėkmingai stumduko funkcijas gali atlikti ir tokie žaislai, kaip mašina stumdukas, ar žaislinis pirkinių vežimėlis.



Muzikinis veiklos staliukas

Iš asmeninės ir profesinės patirties, prireikė tik lavinamojo kilimėlio, mašinos stumduko ir muzikinio veiklos staliuko. Augindama antrą dukrą supratau, kad tikslinga paankstinti muzikinio veiklos staliuko įsigijimą. Jį galima pasiūlyti vaikui jau nuo 4 ar 5 mėnesio, kai jau "išauga" lavinamąjį kilimėlį ir jis tarnauja tik kaip paklotas ant žemės. Lygiagrečiai galima pasiūlyti vaikui stumduką, kuris skatins gulintį ant pilvo kūdikį kelti galvą ir rankas. Vėliau šie žaislai padės lavėti sėdinčio kūdikio pusiausvyros ir atramos reakcijoms, skatins pereiti ant kelių ir atsistoti. Jei lavinamasis kilimėlis tarnauja iki tol kol kūdikis pradeda vartytis, tai tiek su stumduku, tiek muzikiniu staliuku žaidžia dar ir trimetis (jie vyresnėlės naudojami siužetinėse veiklose).



Kūrybingi tėvai namų sąygomis gali sumeistrauti ne ką prastesnius veiklos įtaisus, kurie ilgai nepabos vaikučiui (nuotr. iš Kinder World). Daugiau idėjų rasite [čia](#).



Sekančiuose straipsniuose išsamiai aptarsiu šių veiklos įtaisų privalumus ir trūkumus. Laukite tęsinio!!!