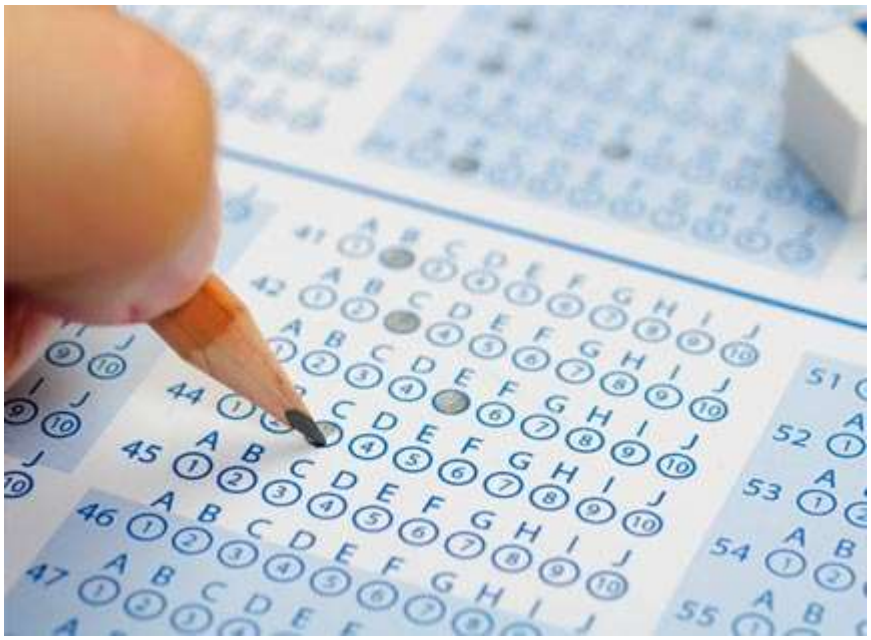
Интеллектуальное развитие детей



Любой родитель мечтает, чтобы его ребенок не только рос здоровым, физически развитым, но и обладал высоким уровнем интеллекта. Интеллектуальное развитие детей и взрослых измеряется коэффициентом интеллекта, уровень которого выявляется при помощи определенных тестов на IQ.

Чтобы повысить уровень детского IQ существуют ряд способов, которые помимо физического развития детей, способствуют их умственному развитию. При занятиях с ребенком на повышение уровня IQ от родителей потребуется проявить силу воли, терпение, использовать собственные знания, умения и интуицию. Предлагаем вашему вниманию наблюдения о некоторых факторах, которые влияют на интеллектуальное развитие детей.

Основы интеллектуального развития детей закладываются еще в утробе матери, поэтому беременной женщине особенно важно следить за своим питанием и отказаться от вредных привычек (потребления кофеина в большом количестве, курения, алкоголя и т.п.), влияющих на здоровье и формирование всех внутренних органов в организме будущей крохи, в том числе и мозга. После рождения важно определиться, как и чем вы будете кормить ребенка: бутылочкой и смесями или грудным молоком. Считается,

что грудное вскармливание обеспечивает организм ребенка антителами, которые борются с инфекциями и укрепляют собственный иммунитет малыша, а также веществами, улучшающими работу мозга крохи.

Подросшие детки с питанием должны получать достаточное количество растительной клетчатки, белков и полезных углеводов. Для интеллектуального развития детей крайне важно, чтобы их питание было максимально полезным и полноценным по составу полезных веществ, минералов, микро и макро элементов и витаминов. Питанию мозга хорошо способствуют 3-Омега жирные кислоты. Следите за тем, какие напитки пьют ваши детки, ограничите потребление ими кофеина и газированных напитков, так вредных для детского здоровья.

Наряду с полноценным питанием для интеллектуального развития детей крайне важен здоровый сон. Для того чтобы в период бодрствования мозг у ребенка функционировал нормально, ребенку необходимо хорошо высыпаться за ночь. Деткам нужно спать ночью не менее десяти часов. Укладывайте своего наследника спать в одно и то же время не позднее десяти часов вечера.

Интеллектуальное развитие детей будет органичным лишь в купе с физическим развитием. Занятия спортом, танцами, любыми видами деятельности, предполагающими активные движения, будут обогащать мозг кислородом через кровь, что чрезвычайно важно для улучшения его работы. Физически развитые дети, как правило, очень разумные и сообразительные.

Если вам очень важно, чтобы в малыше еще в детстве раскрылись какие-нибудь таланты, прилагайте к этому собственные усилия, делитесь собственными знаниями и умениями, больше общайтесь с ним, пойте ему песни, учите стихи, рисуйте, лепите, читайте, рассказывайте истории, делитесь опытом и учитесь сами чему-нибудь новому. Интеллектуальное развитие детей будет полноценным именно у тех детей, с кем родители много общаются, обмениваются мнениями, кого вовлекают в беседу на

различные интересные темы, внимательно выслушивают, и кому терпеливо отвечают на вопросы.

Не забывайте вознаграждать деток похвалой, обнимайте, целуйте, замечайте все их даже самые незначительные достижения. Детей нужно любить просто за сам факт их существования: больше показывайте им, как вы их любите и цените. Не требуйте от своего малыша больше, чем он в состоянии выполнить. Дети – не инструмент для реализации неосуществленной мечты взрослых в детстве или борьбы с внутренними комплексами взрослых.

В качестве помощников при интеллектуальном развитии детей можно использовать различные развивающие игры и игрушки, которые будут развивать мышление, сообразительность, стимулировать когнитивное познание и моторные функции. Выбирая игрушки в магазине, обращайте внимание не только на их устройство и назначение, но и из каких материалов они изготовлены, насколько безопасными они будут для ребятишек. Играйте с детьми в развивающие игры, при помощи которых детки учатся думать, анализировать и рассуждать.

Создавайте дома среду, которая будет способствовать всестороннему развитию и обучению ребенка, его интеллектуальному и физическому развитию. Ваш дом должен стать максимально безопасным и помогающим ребенку получать новые навыки, знания и умения.

Не оставляете бесконтрольным время просмотра телевизора, который усложняет способность ребенка концентрироваться на обучении, лишает его интереса к развивающим занятиям и играм. Выбирайте для просмотра ребенком только те передачи, которые будут одновременно ему интересными и полезными для его интеллектуального развития. Во время занятий и обучения каким-нибудь действиям и наукам прибегайте время от времени к повторению пройденного. В процессе повторения, полученные навыки оттачиваются, а полученные знания лучше усваиваются. Если организовать процесс обучения короткими сетами, охватывающими разные направления

познания, можно добиться очень приличных результатов и всестороннего интеллектуального развития детей.

Считается, что интеллектуальному развитию детей хорошо способствует музыкальное образование. На данной теории построен целый ряд развивающих методик раннего развития, среди которых наибольший интерес представляет методика Самбурской А.А. – «Музыка Интеллекта».

Интеллектуальное развитие детей будет более эффективным при активном взаимодействии детей с родителями. Однако взрослым нельзя забывать, что существуют пределы усвоения ребенком информации. Будьте последовательными и используйте уже известные отработанные на практике техники и методики повышения уровня IQ и интеллектуального развития детей.