

Помажем својој беби да учи кроз игру: забава током седења

Положај седења је веома важан за игру и учење, јер омогућава нова сензорна, комуникациона и визуелна искуства. Бебе могу уживати у седењу уз подршку још од најранијег узраста, а од њиховог шестог месеца могу бити сигурније у седењу уз мању подршку или могу краткотко седети самостално. Неким бебама биће потребно више времена и додатне подршке да развију ову вештину. Ево пар идеја које ће Вам омогућити да подстичете развој свог детета док се заједно забављате.

Идеје за игру

Како помоћи беби да научи да седи Ваше бебе



Почетни положај седења у крилу родитеља - положај између лежања и седења

Водите рачуна да бебу држите сигурно.



Седење уз подршку на поду пружа чврсту и стабилну основу

- Поставите бебу на под уз ослонац иза леђа и око грудног коша
- Користите своје ноге и руке како бисте обезбедили подршку - пружите онолико помоћи колико је потребно.
- Када приметите да беба ужива у овом положају и може удобно да се игра, постепено смањујте подршку спуштањем положаја својих руку. Прво до нивоа струка, затим до нивоа кукова.

Водите рачуна да је беби удобно и да може слободно да се покреће.



Коришћење ногу као ослонца

- Поставите бебу на под између својих ногу. У том положају осећаће се удобно и лакше ће се покретати.
- Пружите онолико подршке колико је Вашој беби потребно

Уверите се да је Ваша беба у стабилном седећем положају.

Поставите играчку испред бебе како бисте јој помогли да се забави и седи лепо и усправно.



Помоћ уз коришћење руку

- Користите свакодневне предмете које имате у кући, попут пластичне кадице за купање или чак чврсте картонске кутије постављене на поду - никад на висини!
- Беба може безбедно да се игра и слободно креће у простору који јој пружа подршку.

Увек будите уз бебу, надгледајте је и будите спремни да помогнете.



Не заборавите да током активности играте и комуницирате са бебом - беба воли да чује Ваш глас и види Ваше лице. Певајте заједно кратке песмице попут „Вуче, вуче бубо лења” - ово је одличан начин да подстакнете бебу да се смеје, али и да слуша.

МЕРА ПРЕДОСТРОЖНОСТИ: Ваша беба мора бити под сталним надзором током ових активности. Никад не остављајте Вашу бебу без надзора.

Игра је начин на који дете учи. Ова брошура креирана је да пружи идеје за дељење књига које могу подржати развој језика, пажње когниције и моторичких вештина. Фокус није на одређеним књигама. Развој се разликује од детета до детета и ако имате било каквих недоумица у вези са својим дететом, разговарајте са својим лекаром опште праксе или патронажном сестром.

©2026 copyright Ei SMART. Our deepest thanks to Ekaterina Suleimanova, Early Childhood Intervention Specialist, Sanela Slavković, Associate Professor in the Field of Special Education and Rehabilitation, students of Special Education and Rehabilitation, Faculty of Medicine, University of Novi Sad who translated this leaflet into Serbian and the many parents and Ei SMART team members who contributed to the original leaflet.



Подршка око кукова и доњег дела леђа

Ово је захтевнији положај за седење, јер се подршка сад пружа ниже. Ваша беба ће тад више користити мишиће стомака и леђа како би одржала положај. Јастук омогућава осећај сигурности и штити бебу уколико изгуби равнотежу.

Напредовање... игра у захтевнијем положају

Седење на поду са играчком испред



Беба ће уживати у игри у овом положају и осећаће се сигурније уз Ваш додир. Можете прилагодити висину Ваших руку. Што су руке постављене више, подршка је већа. Што су Ваше руке ниже, већи је изазов за мишиће Ваше бебе.

Ваша беба ће:

- Осећати сигурност и подршку
- Јачати мишиће
- Учити да одржава равнотежу и ослањати се на сопствено тело
- Уживати у игри на различитим подлогама

Развијање вештина

Седење у крилу уз ослонац на сто



У овом положају користите играчке или сликовнице.

Такође можете подржати Вашу бебу у седењу на поду тако што ћете испред ње поставити картонску кутију - која може служити као сто.

Припрема за излазак из седећег положаја



- Поставите Вашу бебу да седи на поду и ставите играчку мало са стране, али тако да јој остане доступна и у видном пољу
 - Седите иза бебе и приджавајте је око струка како бисте одржали положај.
 - Подстакните бебу да се нагне ка играчки и ослони на своје руке
 - Када буде спремна, може покушати да једном руком досегне за играчком
- Обратите пажњу како се беба ослања на једну руку док другом посеже за играчком.

Клечећи положај уз велики чврсти јастук као ослонац:

Када Ваше дете постане стабилније и спремно за наредни корак, клечање уз подршку представља добру припрему за пузање

- Поставите занимљиву играчку на јастук како бисте подстакли игру, интеракцију и ослањање на руке.

Избегавајте W-седење, јер оно може допринети повећаној мишићној напетости



Обратите пажњу на комуникационе сигнале Ваше бебе који показују да је уморна, гладна или да јој је доста активности и да се више не осећа пријатно. Бебе комуницирају променама у понашању и променом боје коже, врпољењем, раздражљивошћу или плачем - тада је време за паузу!

МЕРА ПРЕДОСТРОЖНОСТИ: Ваша беба мора бити под сталним надзором током ових активности. Никад не остављајте Вашу бебу без надзора.

Игра је начин на који дете учи. Ова брошура креирана је да пружи идеје за дељење књига које могу подржати развој језика, пажње когниције и моторичких вештина. Фокус није на одређеним књигама. Развој се разликује од детета до детета и ако имате било каквих недоумица у вези са својим дететом, разговарајте са својим лекаром опште праксе или патронажном сестром.

©2026 copyright Ei SMART. Our deepest thanks to Ekaterina Suleimanova, Early Childhood Intervention Specialist, Sanela Slavković, Associate Professor in the Field of Special Education and Rehabilitation, students of Special Education and Rehabilitation, Faculty of Medicine, University of Novi Sad who translated this leaflet into Serbian and the many parents and Ei SMART team members who contributed to the original leaflet.