

KAUGÕPETUSE KURSUS EMADELE



LOENG 9

N. R. EIGES

KUNI NELJA-AASTASE LAPSE
KASVATAMINE

EESTI RIIKLIK KIRJASTUS

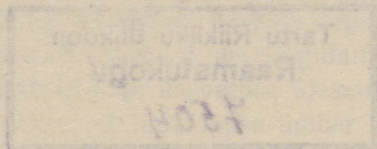
EESTI NSV TERVISHOIUMINISTEERIUM
VABARIIKLIK SANITAARHARIDUSE MAJA

KAUGÕPETUSE KURSUS EMADELE

LOENG 9

N. R. EIGES

KUNI NELJA-AASTASE LAPSE
KASVATAMINE



EESTI RIIKLIK KIRJASTUS

TALLINN

1950

TARTU

Tõlgitud teose järgi: Н. Р. Эйгес. Воспитание ребёнка до 4 лет. Министерство здравоохранения СССР. Институт санитарного просвещения. Москва, 1948.

Tõlkinud G. Loogna.

2
Tartu Riikliku Ülikooli
Raamatukogu

7504

ARHIIVKOGU

Vastutav toimetaja E. Laisaar.
Tehniline toimetaja H. Seletus.

Ladumisele antud 24. XI 1949. Trükkimisele antud 24. XII 1949. Paberi kaust 61×86. 1/16. Trükipoognaid 1 1/4. Autoripoognaid 0,92. Arvestuspoognaid 0,92. MB 05296. Laotihedus trpg. 35 000. Tiraaz 3000. Trükikoja tellimus nr. 1524. Trükikoda «Noor-Eesti», Tartu, Kastani 38.

Н. Р. Эйгес, Воспитание ребёнка до 4 лет. На эстонском языке.
Эстонское государственное издательство, Таллин — Tartu.

Kuni nelja-aastase lapse kasvatamine.

Väikese lapse kasvatamine on vanemate tõsine ülesanne. Selle ülesande õigesti täitmise eest vastutavad nad mitte ainult oma laste, vaid ka kodumaa, kogu sotsialistliku ühiskonna ees. Vanemad peavad mõistma, et sellest, kuidas nad hakkavad kasvatama uut ilmale tulnud perekonnaliiget, oleneb ka suurel määral see, milline inimene temast saab.

Kasvatada last — see tähendab hoolitseda selle eest, et laps oleks terve ja et tema arenemine toimuks õigesti ja õigeaegselt. Last kasvatades peavad vanemad meeles pidama üht üldist tingimust, mis kergendab kõikide kasvatuse ülesannete täitmist. See tingimus seisneb selles, et luua lapse ümber selline olukord ja käituda temaga nii, et tal püsiks alati rahulik, rõõmus meeleolu; on vajalik, et kõik need tunnid, mil laps ei maga, ta oleks lõbus, ergas ja tegevuses, kuid mitte liialt erutatud. Kui laps palju liigub, mängib ja naerab, siis kulgevad kõik protsessid tema organismis õigesti.

Rõõmsad, elavad, alati mänguga tegevuses lapsed on ka arukamad.

Kõige varasemast elueast tuleb lapsele sisse juurutada harjumus organiseeritult käituda, s. o. õpetada talle teatavaid reegleid, mis on välja töötatud tema perekonnas. Näiteks, laps peab teadma, kuhu panna oma asjad — palitu, müts, käterätik, milliseid asju ta ei tohi kätte võtta või suhu panna; kindlatel kellaaegadel peab ta esimese korralduse peale tõrkumatult magama heitma, jalutama minema, sööma istuma. Juba varasest lapse-

east väljakujunenud harjumus organiseeritult käituda saab enesedistsipliini kindlaks aluseks, mis on hädavajalikuks oma-duseks igale eluks ettevalmistatud inimesele.

Umbes teisel eluaastal on lapsel täheldatavad tulevase ini-mese iseloomu põhihood; ilmuvad selle alged, millest hiljem kujuneb tema moraalne pale. Seda tuleb silmas pidada ja juba kõige varasemast east õpetama last hästi suhtuma teda ümbrit-sevatesse inimestesse — täiskasvanutesse ja lastesse.

Imik areneb väga kiiresti: mitte ainult iga kuu, vaid iga nädal toob midagi uut. Kõige esimestest elupäevadest tuleb last abistada selle uue omandamisel. Selleks on tarvis hästi teada, kuidas toimub lapse normaalne arenemine, s. o. millal ta peab õppima istuma, käima, aru saama, kõnelema; millises vanuses omab ta ühtesid või teisi teadmisi, näiteks, millal ta võib või peab tundma värvusi, ära tundma pildidel koduloomi jne.

Juba esimestel nädalatel ilmub lastel midagi taolist, mida täiskasvanutel nimetatakse taibuks, mäluks, arusaamiseks. Näi-teks, juba vastsündinu, niipea kui teda hoitakse asendis, nagu see on tavaliselt söötmisel, hakkab pead pöörama, rinda otsima. Kahekuune laps muutub väga elavaks, kui täiskasva-nud käituvad temaga hellitavalt; neljakuune laps hakkab nutma, kui temaga räägitakse kurja tooniga, ja naeratab hellitusele. Esimestest eluaastatest võib last õpetada uinuma igasuguse kiigutamiseta; vastupidi, halvasti kasvatatud laps võib karju-misega saavutada seda, et teda kantakse kätel, kiigutatakse voodis jne.

Väikelapse kasvatamine nõuab emalt peale teadmiste veel pidevat tööd enese kallal, püsivust, kannatust ja oskust hinnata kogu oma käitumist lähtudes selle mõjust lapsele.

Režiim.

Esimestest elukuudest tuleb lapse elus kehtestada kindel režiim. See tähendab: kindlaks määrata ja rangelt kinni pidada lapse söötmise, magamise, ärkveloleku, väljaskäimise ja vanni-

tamise aegadest. Õigesti koostatud režiimi puhul söövad lapsed paremini, uinuvad kiiremini ja vanemad ei tarvitse abiks võtta kiigutamist või istuda lapse voodi juures, kuni ta uinub.

Imikut tuleb sööta pärast seda, kui ta on ärganud ja jõuküllane, magama panna 2—2,5 tundi enne söötmist.

10. elukuust kuni 1,5 aastani peavad lapsed magama kaks korda päevas ja alles alates 1,5 aastast muutub lapse režiim niisuguseks, nagu ta jääb kuni koolieani, nimelt: laps peab sööma kell 8 hommikul, kell 12 päeval, kell 4 päeval ja kell 8 õhtul, puhkama või magama kella 1-st kuni 3-ni päeval ja magama heitma mitte hiljem kui kell 8.30—9 õhtul.

Lapse kisa.

Esimestel elukuudel karjub laps sageli, mis väga erutab ema ja sunnib teda määratud režiimist sageli loobuma. Lapse kisa, see on signaal, mille järgi täiskasvanud peavad lapsega tegelema hakkama, selgitama tema rahutuse põhjuse ja kõrvaldama selle. Laps võib karjuda paljudel põhjustel: ta karjub, kui ta on näljas, haige, kui tal on külm või palav, kui ta lamab märgadel mähkmetel, kui ta mähkmete kurrud ärritavad tema õrna nahka või kui teda hammustavad putukad.

Emad, kes lapse iga kisa puhul talle rinda pakuvad, teda kätele võtavad, kiigutavad, ei talita õigesti: laps rahuneb, kuid mitte kauaks.

Juba 4. elukuul võib laps harjuda sellega, et tema kisale järgneb kästel kandmine, kiigutamine, ja ta taipab, et kisa on vahendiks soovitu saavutamiseks. Lapse esimene nutt on küsimine, palve, aga kui ei võeta tarvitusele ettevaatuse abinõusid, muutub see kiiresti käskimiseks. Lapsed alustavad sellega, et sunnivad end abistama, aga lõpetavad sellega, et sunnivad end teenima. Vanemad peavad muidugi tegema kõik võimaliku, et leida lapse kisa põhjus, aga kui kõik on juba tehtud ja laps ei rahune, siis tuleb kisa 2—3 päeva kannatlikult taluda, et võõrutada last saavutamast oma kapriiside täitmist kisa teel.

6-kuuse lapse toitmine.

6 kuu vanuselt tuleb last õpetada sööma lusikast. Seda oskust ei saavuta ta kohe. Asi seisab selles, et imemisel surutakse keel suulakke, aga lusikaga söömine nõuab, et keel poleks üles tõstetud. Last tuleb kannatlikult ja visalt sööma õpetada. Sellega ei tohi hilineda, muidu püsib lapsel kaua harjumus imeda ja ta hakkab edaspidi keelduma mitmekesisest toidust, mis on vajalik tema organismi õigeks arenemiseks.

8. elukuust alates on vaja õpetada last tassist jooma, alates 10. kuust — mäluma tahkemat toitu. Palju muret ja vaeva valmistab vanematele laste halb isu. Halvasti söövad need lapsed, keda liiga kaua toideti rinnaga ja siis äkki võõrutati, või need lapsed, kellele peale igasuguse muu toidu topitakse rinda «rahustamiseks» mistahes ajal.

Halvasti söövad ka need lapsed, kes vähe viibivad õhu käes, vähe liiguvad ja muutuvad sellest loiuks. Halb isu on samuti lastel, kellele tavaliste söömaagade vahel antakse kord biskviiti, kord õuna, kord joodetakse piima, niipea kui nad juua tahavad.

Närvilisi, kergesti erutuvaid lapsi juhib kõrvale kõik, mida nad näevad enda ümber, ja nad ei saa oma tähelepanu söömisele keskendada. 4—5-kuune laps lakkab rinda imemast, kui ema imetamise ajal kellegagi kõneleb. Vanemad lapsed lobisevad palju laua taga, kargavad püsti, jooksevad laua juurest ära söömist lõpetamata. Sääraseid lapsi tuleb toita rahulikus olukorras, hoolitseda, et nende tähelepanu miski enesele ei tõmbaks. Sealjuures käituvad vanemad sageli otse vastupidi ja teevad vigu. Nad püüavad lapsele kuidagi «auku pähe rääkida», mänguga meelt lahutada, viia sellise olukorrani, et ta sööks seda ise märkamata. Lapsed kasutavad ära vanemate mureliku suhtumise nende halvasse isusse ja sunnivad vanemaid näitama neile söömise ajal pilte, jutustama muinasjutte, sisse lülitama raadio ja isegi tantsima.

Lastele tuleb anda mitmekesist, maitsvalt valmistatud toitu

ja anda neile enne lõunat vaba voli õhu käes küllastuseni mängida. Juba 1,5-aastaselt tuleb lastele võimaldada iseseisvalt süüa, sealjuures keskendub nende tähelepanu toidule.

Magamapanemine.

Et laps kiiresti uinuks ja kõvasti magaks, on vaja täpselt kinni pidada režiimis ettenähtud magamapaneku kellaaegadest; harjutada last uinuma tavalise, mitte liiga valju kõneluse ja mitte ereda valguse juures; mitte juurutada lapsesse harjumust uinuda ainult kätel, unelaulude saatel jne. Et lapsed kiiresti uinuks ja magaks kogu neile režiimi järgi määratud aja, tuleb neid viia värske õhu kätte. Enne uinumist ei tohi laps erutada, sel ajal ei tohi temaga mängu alustada.

On tarvis püüda usaldada lapse magamapanemine alati samale isikule ja nimelt sellisele, kel on rahulik, kindel iseloom ja kelle lähedus last eriti ei eruta. Samuti on vaja meeles pidada, et laps uinub kõige paremini, kui toas on puhas ja jahe õhk. Väga kasulik on lapsega enne magamaminekut jalutada.

Üle kahe aasta vanustele lastele mõjub väga hästi, kui neid panna enne magamist tegelema mingi rahuliku, keskendust nõudva tegevusega, näiteks midagi lahti võtma, korda seadma, ennast lahti rõivastama, oma asju kokku panema. Las see isegi veidi pikendab magamaminekut, sellest ei tohi vanemad end häirida lasta.

Olles lapse voodisse pannud ja tekiga katnud, peab ema kõrvale minema ja asuma mingi vaikse töö juurde. Ta ei tohi end häirida lasta, kui laps kohe ei uinu, vaid veidi hullab või lobiseb voodis.

Lapse liigutused.

Küllaldane liikumine on vajalik lapse organismi õigesti arenemiseks. Liigutused soodustavad õigesti hingamist ja seedimist, tugevdavad lihaseid, suurendavad isu, mõjustavad vaimset

arenemist. Seepärast tuleb lapsele võimalikult rohkem jätta liikumisvabadust. Isegi esimestel elukuudel ei tohi last mingil juhul kõvasti mähkida. Sel ajal, kui laps ei maga, vaid mängib, tuleb ta täiesti lahti võtta ja lasta tal vabalt liigutada käsi ja jalgu. Külmal aastaajal tuleb lapsele seks puhuks jalga panna sukad või püksisukad, mille näidist võib näha igas lastesõimes.

Teiseks elukuuks peab laps õige hooldamise, toitmise ja kasvatuse korral oskama juba hästi pead tõsta. Et seda liigutust tugevdada, tuleb last ärkveloleku ajal sagedamini täiskasvanu voodis kõhuli panna. Samuti on vaja last veidi aega vertikaalses asendis hoida, teda seejuures muidugi väsitamata. See on talle mõnus ja huvitav; kuid seejuures ei tohi last harjutada alatist kätel viibima.

On vaja hoolitseda selle eest, et laps muudaks asendit, sest ühesugune asend väsitab teda.

Peale 3. elukuud ajab laps sirgu käekesed, mis seni olid rusikasse surutud; ta hakkab esemeid katsuma, puutuma, 4. kuul haarama. Niipea kui on märgata selliseid liigutusi, peavad vanemad andma lapsele kätte mänguasju, riputama neid tema voodi kohale nii madalale, et ta võiks neid kätega puudutada, haarata. 4. kuni 7. kuuni õpib laps end pöörama, algul seljalt kõhuli, siis ka vastupidi. Kõhuliasend on lapsele väga meeldiv ja kasulik. Alates 5.—6. kuust tuleb lapsele võimaldada kõhuli lamades hulk aega mängukannidega askeldada. Sealjuures tuleb meeles pidada, et end pöörama õppinud laps võib suurest voodist kergesti maha veereda, seepärast tuleb teda alatistelt valvata.

Alates 4. kuust teeb laps otsekui katseid istuma hakata: ta painutab pea rinnale ja tõstab õlgu. Teda tuleb abistada, anda võimalust tõusta ja istuda, lastes kinni haarata täiskasvanu mõlema käe sõrmedest. Kuni 6.—7. kuuni, kui laps pole õppinud istuma, ei tohi teda mingil juhul istuma panna patjadele või kõrgele toolile.

Ajavahemikus 7.—8. kuust kuni aastani võib laps õppida tugedest kinni hoides jalgadele tõusma, millestki kinni haarates

iseseisvalt seisma, vabalt roomama, käima, hoides kinni ümbritsevaist esemeist, ja ronima ühe eseme juurest teise juurde, mis asetsevad lapse väljasirutatud käe kaugusel; ta hakkab käima tõugates enda ees tooli või lapsevankrit, sageli hakkab ta selles vanuses käima igasuguse toeta. Et aidata last kõigi nende liigutuste sooritamisel, tuleb talle kõigepealt anda täielik liikumisvabadus. Selleks on vaja teda võimalikult vähe kätel hoida; tuleb lasta tal mängida suures lapsevoodis, millest on ära võetud voodiriided ja põhja asetatud vineer. Kui on võimalik osa toa põrandapinnast hoida puhtana ja seda soe hoida, siis tuleb laps põrandale panna ja lasta tal vabalt roomata, tõusta millestki kinni hoides.

Mängides vaibaga või tekiga kaetud põrandal, teeb laps kõige mitmekesisemaid liigutusi: pöörab end kõhuli ja tagasi selili, tõuseb neljakäpukile, roomab eemal asetseva mängukanni poole. Kõik need mitmekülgsed liigutused on lapsele kasulikud; peale selle, ta on sealjuures ka märksa rahulikum kui siis, kui ta viibiks vanemate kätel ja kui kõiki tema katseid millenigi ulatuda, kätte saada teda huvitavat eset, takistataks.

Pärast aastaseks saamist ja alles käima õppinud, muutub laps väga elavaks. 1,5-aastasena võib ta ronida juba diivanile, toolidele ja ulatub paljude esemeteni; sageli on need sellised esemed, mida ta ei tohi puutuda, et end mitte määrada ega tekitada endale mingit kahju. Arvestades lapse loomulikku vajadust vabadeks ja mitmekülgsedeks liigutusteks, mis on omased sellele eale, ei tohi vanemad last vajaduseta piirata; ei tohi ärritada selle raugematu liikuvuse pärast; ei tohi alalõpmata lapse peale karjuda. Kuid hoolitsedes selle eest, et laps ei teeks endale mingit häda, peavad vanemad talle kättesaamatuks tegema kõik ohtlikud paigad ja esemed.

Mäng.

Kui lapsed on terved ja tunnevad end hästi, siis mängivad nad palju. Laste mäng on vanematele väga meeldiv vaatepilt.

Kuid täiskasvanud kaugeltki mitte alati ei hinda mängu vajalikul viisil, ei mõista täiesti selle tähtsust lapse arenemises. Mängus väljendub laste tegevuse vajadus.

Mängus puutub laps kokku paljude esemetega ja tutvub nende omadustega: ta saab teada, et nad on rasked, pehmed või kõvad, külmad, siledad, et liiv pudeneb, et vesi jookseb jne. Mängides õpib laps oma liigutusi täpsemalt juhtima; ta hakkab paljudest nähtustest aru saama, neid mõistma. Näiteks, sageli võib täheldada, kuidas aastane põngerjas, lükates lapsevankrit enda ees, põrkab sellega vastu seina, seisab veidi aega kimbatuses olles, siis taipab, pöörab vankri ümber ja läheb edasi. Mäng arendab lapse kõnet; mängides teiste lastega õpib ta paremini kõnet mõistma ja rääkima. Mitte vähem tähtis on see, et mäng valmistab lapsele rõõmu, teeb ta reipaks ja elavaks.

Mõned vanemad kurdavad, et nende lapsed mängivad halvasti, ainult lõhuvad mänguasju. Mitte osutades lapse mängule vajalikku tähtsust, ei oska vanemad mõista lapse huve, ei anna talle sobivaid mänguasju, ei õpeta teda mängima, ei näita, mida tuleb mänguasjaga teha. Selleks aga, et mäng tõesti haaraks last ja annaks palju tema arenemiseks, on vaja, et vanemad aitaksid teda teha mängu keerukamaks, sisukamaks, mitmekesisemaks. Kui näiteks laps paneb mängukaru magama, aga ema ütleb talle: «Mulle näib, et sinu karukene on haigestunud, oleks vaja temperatuuri mõõta», ja annab sealjuures termomeetri asemel pulgakese või pliiaatsi, siis teeb see lihtne võte mängu juba huvitavamaks ja kestmamaks. Või näiteks laps seab plokke ritta ja ema ütleb talle: «See on hea, et sa oma autole garaaži ehitad.» See äratab kohe lapses huvi, ta hakkab mõtlema, kuidas garaaži ehitada; mäng muutub huvitavamaks ja kestab kauem.

Kuid mitte kõike, mis last köidab, mis lõbustab teda niivõrd, et ta lakkab segamast vanemaid nende tegevuses, ei saa pidada kasulikuks ja lapse arenemisele vajalikuks mänguks. Vanemad peavad hoolitsema selle eest, et mäng oleks mõtestatud, nad peavad seda juhtima. Aga selleks on neil tarvis teada, mis huvitab last ühes või teises vanuses, milliste mängude jaoks on ta

juba küps. Muidu tehakse vigu ja vanemad hakkavad täiesti põhjendamatult lapsega kurjustama.

Vanemad, säästmata raha, ostsid 1,5-aastasele tütrekesele purunevast materjalist peaga uhke nuku, aga laps tegi selle katki. Kes on süüdi? Kas vanemad või laps? Kas võib pahan-duda kasvõi selle üle, et kaheaastane laps ei oska veel piltidega plokkke kokku seada?

Toome siinkohal rea näiteid laste mängude kohta eri vanuste jaoks.

Teisel elukuul tuleb lapsele 50 cm kõrgusele tema rinnast riputada mängukanne (käristi, rõngad). Neljandal kuul riputa-takse lapse kohale hõlpsasti haaratavaid mänguasju sellisele kõrgusele, et ta võiks neid tabada. Alates 5. kuust antagu lap-sele kätte samalaadseid asju hoidmiseks.

8—9-kuused lapsed mängivad harilikult järgmiselt: viska-vad asju üle voodiääre ja vaatavad, kuidas need kukuvad, armastavad kaht mänguasja teineteise vastu või voodi vastu kolk-sutada. Selleks sobivad puu- või metall-lusikad.

Peale aastat õpivad lapsed karpe sulgema, neid avama, asetama või toppima väikseid esemeid avaustesse, esemeid kar-bist välja viskama, üht mänguasja teise sisse panema.

Selles vanuses on lastele vajalikud korvikesed, kausikesed, plokid, kerad, et neid koguda ning sisse panna ja jälle välja loopida. Väga head on puust nukud, samuti kakao-, tee- jt. kar-bid, et ta saaks neid avada ja sulgeda. Kuid samal ajal on vajalikud ka pehmed mänguasjad — karud, nukud. Nukud peavad olema purunematust materjalist, kõige parem tselluloi-dist või kummist, et neid saaks pesta, sest lapsed topivad neid tihti suhu.

1,5- kuni 2-aastasena armastab laps liikumisega seotud mängu, näiteks tänaval. Ta võib palju kordi järjest trepiastmete-le ronida. Ta asetab meeleldi esemeid laiali, pistab ühe teise sisse, paneb rõngad kepi otsa, paigutab plokid üksteise otsa. Sellele eale sobivad järgmised mänguasjad: pallid, kärud, mängu-vankrid, kastikesed, korvikesed, karbikesed, tühjad niidirullid,

rattakesed, püramiidikesed, plokid või mitmesugused puutükid, mis on siledaks hõõveldatud, et laps endale pinde kätte ei ajaks. Peale selle on tarvilikud veel nukud, karud, jänesed, keda võib sööta, magama panna, kärutada.

Kolmandal-neljandal eluaastal ehitab laps palju, sealjuures ta ei kuhja lihtsalt materjali, vaid püüab luua midagi sihipärast: ehitada maja, garaaži, masinat jne. Ta püüab mängus kujutada kõike, mida ta näeb kodus ja tänaval, rakendades mängus oma loovat fantaasiat. Ta mängib meeeldi ka teiste lastega, jaotades nende vahel osi. Laste huvide suhtes tähelepanelikud vanemad peavad mängu soodustama, nad ei tohi segada lapse askeldavat, isegi raugematut tegevust, mille puhul laps püüab oma kujutluse ja ettevõtlikkusega lülitada oma mängu kasvõi kõiki ümberolijaid. On hea, kui näiteks isa vahetab kannatlikult oma kohta, kui osutub, et tema tool on takistuseks kujuteldavate rööbaste ehitamisele, ja ema teeb, nagu sööks ta liivast küpsiseid, mida laps talle pakub: see ergutab lapse huvi mängu vastu.

Kuid sellest ei järgne, et lapsega tuleb kogu aeg mängida; mitte vähem tähtis pole õpetada last üksinda mängima.

On väga oluline eraldada lapsele mängimiseks ja mänguasjade hoidmiseks mugav koht. Säärasesse, muudest asjadest vabastatud nurgakesse peavad olema koondatud kõik mänguasjad, raamatud, pildid ja muud esemed, milledega laps antud ajajärgul võib mängida, kõik ülejäänud tuleb ära koristada. See paik peab olema lapsele mugav ja mängimiseks tema käsutuses; selleks võib olla eraldi lauake, kastike, isegi madal pink.

Magamise ajal peab ema mänguasjad ja kogu nurgakese korda seadma, kokku korjates kõik üksikosad ja need paigale pannes. Tuleb otsustavalt loobuda levinud kombest kuhjata mänguasjad kasti igasuguse korrata: asjad riknevad sealjuures, lapsele on raske kätte saada seda, mida ta tahab, tal ei kujune harjumust korda pidada. Last tuleb õpetada raamatutega hoolikalt ümber käima, aga kuni ta pole sellega harjunud, mitte jätta raamatuid järelevalveta tema kätte.

Harjumused, oskused.

Alates 5.—6. elukuust tuleb last potile panna, teisel eluaastal tuleb teda harjutada potile küsima.

Umbes aastavanuselt on oluline moment lapse õpetamisel puhtuse pidamisele. Vanemad peavad olema tähelepanelikud, märkama, millal lapsel tekib vajadus kusemiseks, samuti panema teda potile enne ja pärast magamist. Häälled, mida emad sealjuures harilikult teevad, võtab laps varsti omaks ja ta õpib neid kasutama signaalidena oma vajaduste väljendamiseks. Ainult tähelepanu ja püsivus annavad häid tulemusi, kurjustamine ja laksud asja ei paranda.

Külmal aasta-ajal tuleb lastele jalga panna soojad püksid, sest keha jahtumine põhjustab sagedat kusemist. Kuni 1,5 aasta vanuseni juhtub, et lapsed ei jõua potile küsida, vaid teevad ainult teatavaks juba toimunud «häda», kuid pärast seda ajajärku peavad nad õppima õigeaegselt potile küsima; 2-aastasena peavad nad puhtust pidama isegi öösi. Öösi tuleb last potile panna juhul, kui ta selle vastu eriti ei tõrgu, üks kord kell 12 paiku või kui ta unes hakkab avaldama rahutuse tunnuseid: oigama, visklema.

Ei tohi harjutada last öö jooksul mitu korda tõusma, see teeb tema une rahutuks.

Muud puhtuse harjumused on ka lapsele kergesti juurutatavad, kui vanemad hoolitsevad selle eest, et tal oleksid alati puhtad käed, nägu ja nina; et lapsel oleks alati käepärast taskurätik; et talle meenutatakse, et ta nina pühiks; et last sageli pestakse ja hoolitsetakse, et tal oleks seljas alati puhtad rõivad. Et laps ei kardaks pesemist ega vannitamist, vaid armastaks neid toiminguid, tuleb need ettevaatlikult läbi viia: mitte pesta väga külma veega, mitte panna liiga kuumu vanni, mitte uhta ootamatult tugeva veejoaga, valvata, et seep ei satuks silma. Lapsi on tunduvalt kergem harjutada pesemise ja vannitamisega, kui neile sealjuures jäetakse teatav vabadus, näiteks lubatakse tal endal nuustikut seebitada, jalgu ja kõhtu pesta.

Kaheaastasel lapsel peab olema tema oma väike käterätik, salvrätik või linane rinnalapp, mis on riputatud madalale, vastavalt tema kasvule.

Kolmandal eluaastal tuleb harjutada last korda pidama. Lastel peab olema harjumuseks jalutuskäigult koju tulles ripuma panna oma ülerõivad, ära panna kalossid ja vildid.

Selleks tuleb kohandada riidenagi tema kasvule ja määrata paik jalatsite hoidmiseks. Samuti tuleb harjutada last ära koristama oma mänguasjad pärast mängu lõpetamist, näiteks laduma plokid kastikesse, panema raamatud riulile, magama heites rõivad korralikult kokku panema ja toolile asetama.

Lapse tegevus.

Vanemad peavad päeva vältel pühendama pool kuni üks tund selleks, et lapsega tegelda, mängida. Need momendid võivad saada lapsele päeva kõige armastatumaks ajaks; neil tundidel sugeneb lapse ja vanemate vahele tihe sõprus.

Juba teisest kuust alates tuleb lapsega veidi mängida, kui ta on välja maganud, söönud, kuiv. Samal ajal tuleb meeles pidada, et lapsega ei tohi kaua mängida: kui lapsega kogu aeg tegeldakse, siis väsitab see teda.

Mängimine imikuga seisab selles, et teda veidi sikutatakse, pannakse naeratama, silmadega liikuvaid esemeid jälgima, pöörama hüüde peale. Kuuekuusele lapsele võib laulda laulukest ja õpetada teda oma peopesadega vastamisi plaksutama, võib mängida temaga «kitse pusklemit». 8—10-kuused lapsed armastavad «peitust» mängida. Lapsele võib esitada küsimusi: «kus on lamp?», «kus on raadio?», «kus on kass?», milledele ta vastab osutades sõrmekesega nendele esemetele.

Kui lapsed õpivad käima, siis on nende armastatuimaks meelelahutuseks täita täiskasvanu palvet lasta endale midagi tuua või teha.

Lapsed ei tohi kaugeltki mitte tunda end kõikide ümberolijate tähelepanu alatise keskusena, kuid on täiesti seaduspärane, et

vanemate kogu tähelepanu keskenduks iga päev kasvõi lühike- seks ajaks lapsele. Need pool tundi või tund ei tohi mööduda lak- kamatus naermises, lõbutsemises, tormilises hullamises, mis viivad lapse õhetavate põskede ja hiilgavate silmadeni järgnevate kap- riisidega ja rahutu unega. See aeg peab mööduma hubases, rahu- likus intiimse suhtlemise olukorras; säärastel juhtudel annab see suhtlemine palju lapse üldiseks arenemiseks. Üle kahe aasta vanustele lastele tuleb näidata pilte, tuleb mängida nendega lotot. Pildid ja raamatud ei tohi olla alatiselt laste kasutuses: nad lõhuvad ja kortsutavad neid.

Kolmandal eluaastal valmistab lastele suurt rõõmu ja on nende arenemiseks väga kasulik, kui täiskasvanud rakendavad neid kuidagi oma töösse, annavad neile jõukohaseid ülesandeid, näiteks võib lapsele anda lapike, et ta koos emaga pühiks raa- matuid, või lasta tal pärast lõunat panna pestud lusikad omale kohale jne.

Lastega õigesti käitumise meetodid.

Kui muidu elurõõmus laps kaotab oma hea meeleolu ja võime rahulikult ja huviga mängida, muutub jonnakaks, ärritatavaks, siis on kõige tõenäolisem, et ta kas pole välja maganud või on väsinud liiga kaua kestnud jalutuskäigust või mängust. Aga võib ka olla, et laps on haigeks jäämas; selle selgitamiseks on vaja võimalikult kiiresti pöörduda lastenõuancla poole.

Kahjuks on vanematel mõnikord raske mõista, mispärast laps ärritub, karjub, viskub isegi põrandale, s. o. «jonnib». Üks- kõik, mida talle sel ajal pakutakse, ta lükkab selle eemale; ei ole võimalik selgeks teha, mida ta tahab.

Milles seisnevad lapse säärase seisundi põhjused, kui ta on sealjuures terve?

Kui arutleda, siis õnnestub tavaliselt selgeks teha, et selle põhjuseks on kõige sagedamini mingisugused lapsega ebaõiged käitumised täiskasvanute poolt. Näiteks, tugeva ärrituse kutsub lapses esile tema liikumise igasugune takistamine. Lapsed

armastavad kõikjale ronida, joosta, neid rõõmustab sel alal iga saavutus — et neil õnnestub ronida diivanile, toolile. Ja nüüd, selle asemel et jagada nende rõõmu, käratavad vanemad ühtelugu nende peale: «Ei tohi — kukud!» «Ära võta — teed katki!»

Agas kui palju ebameeldivaid ärritusmomente, erutumisi, kapiirise on seoses lapse rõivastamisega! Vanemad teevad siin sageli palju vigu: nad mähivad lapsi paksult riidesse, seovad kaela ümber paksud sallid, panevad jalga rasked kalossidega vildid, mis on nii kõrged, et lõikuvad reide. See kõik muudab jalutuskäigu vaevavaks. Ja pole imestada, kui laps mitte mõistes, mis teda nimelt segab, lihtsalt ärritub, nutab, agas jonnimise eest temaga koguni kurjustatakse, vahel antakse isegi paar laksu.

Sageli vanemate hoolimatus lapse huvide suhtes ärritab ja kurvastab last; näiteks häiritakse lapse mängu vahel ainult sellepärast, et ta on seadnud end oma asjadega täiskasvanute teele. Või näiteks sageli leiab aset järgmine: laps on mängu süvenenud, innustunud, ta ehitab maja, on jäänud kohale asetamata veel mõned plokid ja kõik olekski valmis. Äkki ilmub ema, haarab ta ja kuulamata tema oskamatuid seletusi ja vaatamata tema protestidele viib ta lõunat sööma või vannitamisele või jalutuskäiguks rõivastamisele. Ei tarvitse takistada, kui laps püüab mingil viisil osa võtta ema tööst: tahab koristada, kätte anda, kokku panna. Siis saab lapse tegevustung rahuldatud ja temaga ei tule «sõdida».

Samal ajal ei saa ega tohi lapse iga soovi täita; ei tohi talle lubada teha kõike, isegi kui see on tema vanusele omaste püüdluste loomulikuks väljenduseks. Tuleb saavutada tasa ja targu, kasutamata jämedat vägivalda, et laps ei teeks lubamatut. See pole kerge. Täiskasvanud ise peavad omama suurt püsivust ja kannatust, mida neil kahjuks sageli ei jätku. Nad on sellest vahel isegi väga hästi teadlikud. Kuid paljast arusaamisest on vähe, tuleb osata end valitseda. Kui lapsele midagi keelatakse, siis tuleb keelata kategooriliselt ja järjekindlalt. Ei tohi näiteks täna

lubada taskukellaga mängida ja homme keelata seda; ei tohi homme karistada selle eest, mis täna on lubatud. Sealjuures on vajalik, et täiskasvanud toimiksid kooskõlastatult, et näiteks isa ei lubaks seda, mida keelab ema. Samuti tuleb mees pidada, et 2—3-aastaselt last on kerge kõrvale juhtida millestki, mis teda ahvatleb, kuid pole lubatud; selleks on vaja ainult teada, mis last huvitab, ja olla veidi leidlik. Kolmandale eluaastale lähenev laps vastab keelule «ei tohi» küsimusega «aga miks ei tohi?» Kui ema oskab anda talle arusaadava seletuse, ta nõustub. Järeltõttu, laps usaldab vanemaid täielikult ja see ongi kõige tähtsam, sest tuleb taotleda mitte lihtsalt sõnakuulmist, vaid usaldust ja austust vanemate sõnade vastu. Selleks peavad aga ka vanemad last usaldama ja teda arvestama.

Peale nende kolme mooduse (nõuda, kõrvale juhtida, seletada) tuleb hoolitseda veel selle eest, et kõrvaldada lapse silme eest see ese, mis teda liiga tõmbab, kuid mida ta ei tohi puutuda.

Samuti tuleb saavutada, et laps jonnimata ja vastu puikle mata teeks seda, «mida on tarvis», isegi kui see talle üldse ei meeldi. Näiteks «on tarvis» ära juua ravim, näidata kurku, tulla jalutuskäigult õigeks ajaks koju jne.

Et last selleks harjutada, on vaja kõigepealt olla järeleandmatu ja viia alustatud asi igal juhul lõpuni; teiseks — hästi ette valmistada ja osavalt läbi viia kõik ebameeldiv. Kõik vanemate suhted lastega peavad olema läbi imunud armastusega, usalduse ja tähelepanuga laste huvide vastu.

On aga mõningaid võtteid, mis veel tänaseni leiavad kasutamist, milledest tuleb aga otsustavalt loobuda nende äärmiselt kahjuliku mõju tõttu lapse tervisele ja iseloomule. Vaevast on tarvis tõestada, et kehaline karistus on lubamatu, et see kahjustab mitte ainult lapse tervist, vaid solvab teda sügavalt, masendab ja teeb kurjaks.

Last ei tohi üldse karistada: panna luku taha, nurka panna, ilma jätta lemmiktoidust jne. Karistamine avaldab laste tervisele ühel või teisel määral kahjulikku mõju. Karistustega ei saavutata kasvatuslikke eesmärke. Väike laps on impulsiivne, ta tegutseb järelemõtlematult: kuuldes teiste laste kisa koridoris, ta jook-

seb sinna, kuigi ema selle eest karistab. Ta näeb midagi magusat, see meelitab teda ja ta võtab, hoolimata keelust ja karistusest. Laps ei mõista küllaldaselt seost oma käitumise ja karistuse vahel, ta näeb karistuses ainult vägivalda täiskasvanute poolt, solvub ja püüab täiskasvanuid järele aimates teha neile ebameeldivusi. Väikest last ei tasu sundida andeks paluma, ütleva: «Emake, ma enam ei tee.» Selline sundimine viiks paratamatult selleni, et laps ei pea oma lubadust. Parem on hoida last sellise mittetahtliku vale ja silmakirjalikkuse eest.

Isegi naljatades ei maksa last hirmutada, jutustada talle muinaslugusid koledast vanamehest, kes ta kinni nabib ja kotti pistab, suurest koerast, kes ta ära sööb jne. Ehmatusest esilekutsutud vapustus võib anda kõige raskemaid tagajärgi: laps võib hakata kogeleva, tal tekivad tõmblused. Peale selle võib ta muutuda masendunuks, pelglikuks, hakkab kartma pimedust, tugevaid hääli, tühja tuba. Kui teda hirmutati koera või kotiga vanamehega, tunneb ta kaua hirmu loomade ja vanameeste ees.

Last ei tohi petta, nagu seda teevad sageli täiskasvanud, kellega see näib tühise asjana. Tihti peale öeldakse: «Võta magusat keedist», kuid antakse riitsinusõli. «Ema tuleb kohe, ta läks kombude järele,» räägib vahel sõime lapsehoidja, kui ema läheb ära terveks päevaks. «Nüüd tädi vaatab ainult sinu selga,» kuid sel hetkel tehakse nõelatorge süstimiseks. See kõik viib selleni, et laps õpib valetama, ta kaotab usalduse täiskasvanute vastu, ta ootab igast küljest võimalikku ohtu. See alatine valvelolek teeb lapse rahutuks. Palju parem on alati avameelselt lapsele öelda, isegi kui ta nutma hakkab, et ema tuleb, kui laps on mänginud, sõõnud ja maganud, et ravim tuleb ära juua; et kaitsepookimisi on tarvis teha ja et tädi püüab seda teha võimalikult väikese valuga. Kõik lapsele antud lubadused tuleb tingimata täita. Vahel võib kuulda järgmisi ähvardusi: «Kui hakkad karjuma, viskan aknast välja», või muud taolist. See on hoopis rumal ja sobimatu. Laps teab väga hästi, et see pole õige, et teda välja ei visata, aga ta lakkab austuse ja usaldusega suhtumast täiskasvanute sõnadesse.

Vanemad peavad samuti meeles pidama, et laps on nende elu alatiseks tunnistajaks, ta paneb kõike ümbritsevat tähele ja aimab seda kergesti järele. Seepärast, vanemate suhtumine teineteisesse ja kogu käitumine omavahel lapse juuresolekul peavad olema talitsetud, tuleb vältida kokkupõrkeid. Igasugused pahandused, tülid, rääkimata inetustest purjutamise ja kaklemise stseenidest, on täiesti lubamatud. Need võivad last vapustada, ehmatada, saada närvihäirete põhjuseks. Peale selle, see kõik paneb last paratamatult järele aimama ja õpetab talle palju halba.

Kui toorus ja ägedus on lapse suhtes täiesti lubamatud, siis sageli täheldatakse midagi vastupidist, mida tuleb samuti otsustavalt vältida. See on liigne hellitamine ja taltsutamatu õrnutsemine, mida osutatakse lapsele.

Lapsel, kellega liiga palju tegeldakse, keda alalõpmata hellitatakse, kelle juures ahastatakse, kui ta end kergesti ära lööb, kel ei lubata teha vähimatki pingutust, areneb palju ebasoovitavaid iseloomujooni. Selline ärahellitatud laps ei ole peaaegu võimeline iseseisvalt mängima. Ta ei või taluda väikseimatki valu, igasugune vähegi ebameeldiv elamus kutsub esile kisa ja nutu. Ta ei omanda julgust, ettevõtlikkust, liigutuste osavust. Ta mängib teiste lastega halvasti, sest ta on harjunud olema täiskasvanute tähelepanu keskuseks: sest selleks, et läbi saada omavanustega, peab oskama nii enda eest seista kui ka teistele järele anda.

Sageli me näeme, et oma väikeste laste kasvatamisel teevad vanemad lubamatuid vigu. Kahjuks ei oma paljud vanemad vajalikke teadmisi, kuidas paremini lapsi kasvatada. Kuid need teadmised on täiesti hädavajalikud.

Mida peab teadma kaugõpetuse kursusel õppiv ema.

- 1) Hoolega loengu läbi lugema.
- 2) Alla kriipsutama arusaamatud kohad ja pöörduma seletuse saamiseks nõuandla arsti poole.

- 3) Vastama kirjalikult allpool esitatud küsimustele ja andma vastused nõuandlase oma jaoskonnaarstile.
- 4) Kirjutama end nõuandlas kaugõpetuse kursuse ringi liikmeks, külastama ringi praktilisi õppusi.
- 5) Säilitama iga ilmunud loengut (brošüüri), et koguda endale väike raamatukogu.

9. loengu küsimused.

- 1) Millised on väikelapse kasvatamise peamised ülesanded?
- 2) Milline režiim tuleb kehtestada 2- kuni 10-kuuste laste jaoks?
- 3) Kuidas teie koostate 1- kuni 1,5-aastase lapse režiimi?
- 4) Kuidas kaasa aidata, et laps hakkaks õigeaegselt istuma, roomama, käima?
- 5) Millist tähtsust omab mäng väikeste laste elus?
- 6) Miks ei tohi last lüüa, sõimata, petta, karistada?
- 7) Millised on laste kapriiside peamised põhjused?

HINNATA

A-18311

TÜ RAAMATUKOGU



1 0300 00463288 3