

Negyedik-ötödik hónap

– az első testi és képességbeli változások kora

A negyedik hónaptól a baba külleme látványos változásokon megy keresztül. Az izmok tónusa normalizálódik, ezáltal a testtartása könnyeddé válik, ami lehetővé teszi a szabad mozgást. A pihekönnyű babahajat elveszíti, és helyette kinő az új saját haja, ami lehet,



hogy egészen más színű lesz. A legtöbb baba kékes-szürke árnyalatú szemmel születik, ez is megváltozik, elkezd hasonlítani valamelyik szülőéhez. Az intenzívebb mozgásoknak köszönhetően az izmai megerősödnek, a teste és az arcocskája teltebb lesz, mindenhol megjelenik a gömbölyítő babaháj.

A fogcsírák is beindulhatnak, ami fokozott nyáladzással jár, a baba ínye sokszor viszket, ezért vagy egy játékkal vagy az öklével masszírozza, hogy enyhítse a kellemetlen érzést.

Ismerkedés és kapcsolatteremtés a világgal

Nemcsak a saját testét, hanem a közvetlen környezetét is kíváncsian szemléli. Érdeklődve nézi a körülötte lévő embereket és tárgyakat. Egyetlen

hang vagy esemény sem kerüli el a figyelmét. Arra is rájött már, hogy ő egy különálló személy, a többi ember is mind más és más. Megkülönbözteti az ismerősöket az idegenektől, de még bizalommal fordul mindenkihez. Szereti a társaságot, nagyokat sikongat vagy jókedvűen gagyog, hogy magára vonja mások figyelmét. Boldogan rúgkapál, örömeiben hangosan kacag, amikor meglátja, az édesanyját vagy, akit nagyon szeret.

Felismeri a különböző élethelyzeteket, érzékeli a hangulatokat, az érzelmeket, és az arckifejezéseket is le tudja utánozni. De csak akkor érzi jól magát, ha az édesanyja is

jókedvű és nyugodt. Örömmel várja az étkezéseket, izgatott lesz a fürdetés ismerős készülődésére, és a hazaérkező apát is nagy ficánkolással üdvözlí.

Mostanra felfedezi a tükör varázslatát, rámosolyog és jókedvűen beszél a tükörképéhez, de még nem ismeri fel önmagát.

Az egyik kezével határozottan nyúl a csörgőért, de még nem mindig sikerül megfognia. Ha a kezébe adjuk a játékot, akkor azt magabiztosan megfogja, a legtöbbször a szájába veszi vagy rázni kezdi. Az ötödik hónapban már egyszerre két kézzel tud nyúlni a neki nyújtott tárgyakért, de mivel az ujjain kívül a szája is nagyon fontos érzékszerv, ezért még pár hónapig szinte mindent a szájába vesz.

Hallása már majdnem tökéletes, különbséget tud tenni az emberi beszéd és más hangok között. A zenére is másképp reagál, a kellemes dallamok hallatán megnyugszik. Felismeri az ismerősök hangját, még akkor is, ha nem látja őket. Öt hónapos korában felismeri a nevét, kíváncsian felfigyel, amikor megszólítja valaki.

A látása élesedik, és már színesben szemléli a világot. A szemizmait összehangoltan tudja mozgatni, így könnyedén követi a mozgó tárgyakat és a két szemével egyszerre fókuszál 3-4 méteres távolságban.

Élvezi a saját hangját, nagyon tetszik neki, hogy akkor ad ki hangokat, amikor csak akar. Sokat ismételtet magánhangzókat és megjelennek az ajakhangok is, vagyis a baba gagyogni kezd. Ezekre a hangocskákra a szülő ösztönösen válaszol, mire a pici visszaválaszol, és ezzel megkezdődik a beszélgetés, elindul kettejük között a tudatos kommunikáció.

Testtartás és mozgás

Amikor a hátán fekvé pihen, a baba arca már nem billen oldalra, hanem könnyedén megtartja a fejét középen. Hason és háton is a testtartása teljesen szimmetrikus, és erőlködés nélkül nézelődik mindenfelé. A fejtartása hétről hétre stabilabb, ülésbe húzásakor a fejét megemeli, ülve viszont biztosan meg tudja már tartani.

Ha felültetik, a negyedik hónapban a gerince alsó része még görbe, de az ötödik hónapra teljesen kiegyenesedik. Ekkor már ivásnál az ölkünkben, vagy öltöztetés közben és fürdetéskor ültethetjük a babát. De csak rövid időre, mert amint elfárad, a háta ismét görbe lesz, és ez nem tesz jót a hátizmoknak és a csigolyáknak. Ilyenkor tegyük le a hasára vagy a hátára, hogy tehermentesítsük a gerincét.

Hason fekvésben fel tud könyökölni, közben megemelkedik a mellkasa és a válla. A fejét egyre hosszabb ideig magasan tartva, közelre és távolabbra is mindenfelé nézelődik.

Amikor nagyon tetszik neki valami, egyszerre megemeli a fejét, a karjait és a lábait, a törzse ívben meghajlik és csak a pocakja marad lenn, így rugózik, és közben nagyokat kacag. Ez a repülőzés a Landau-reflex aktivizálódását jelzi, ami segít a fej- és a törzstartás kialakításában.

Az ötödik hónap végére olyan ügyes lesz a baba, hogy a tenyerére támaszkodva nyújtott karral egész magasra emelkedik. Ebben a helyzetben a törzse teljesen homorú, a csípője lent marad, olyan jóga elemet tud, amit sok felnőtt irigykedve néz. Az is előfordulhat, hogy a lábait maga alá húzza, és eltolja magát előre vagy hátra. Ezek a mozdulatok már a kúszás előfutárai.

Átfordulás hasról

Változó, hogy a baba a hasáról vagy a hátáról fordul át először. Akárhogyan is történik, az oldalra fordulás és az oldalt fekvésben való játék nagyon fontos állomás a mozgásfejlődésben.

Hason a négy hónapos baba az egyik alkarjára támaszkodva a másikat fel tudja már emelni, hogy elérje a játékot. De ilyenkor még nem tud elég jól egyensúlyozni, ezért véletlenül elbillen oldalra, és hirtelen a hátán fekvé találja magát, ahol kényelmesen játszhat tovább. Minél többet van hason a baba, annál hamarabb rájön arra, hogyan tud kibillenni a fásasztó hason fekvésből és átfordulni a hátára.

A hárompontos támaszkodás az, amikor a baba az egyik könyökére támaszkodik, a másik karját megemeli. Eközben a támaszkodó karjával azonos oldalon lévő lábát kinyújtja, a másik lábát felhúzza, és a térdével megtámasztja magát. Ez a testhelyzet az alapja a megfordulásnak, de majd később a kúszásnak is.

Átfordulás hátról

Ez a nagy mozgásfejlődési bravúr is az oldalra fordulással kezdődik, amikor a pici a mellette lévő játékot szeretné elérni. Addig-addig ügyeskedik, hogy az ellentétes oldali karjával keresztben átnyúl a törzse felett, ekkor a teste elbillen oldalra, és így máris megkaparinthatja a játékot. De az első megfordulások úgyis megtörténhetnek, hogy a két lábát egyszerre megemeli és így billenti át magát.

A baba a tökéletes fordulást sok-sok gyakorlással tanulja meg, amihez sok hely szükséges, ezért érdemes egy tágas babajátzóteret kialakítani a lakásban. A cél, hogy a baba úgy tudjon forogni, hogy a forgástengelyen lévő lába nyújtva maradjon, a másik lába legyen behajlítva és így lökje magát oldalra. Majd innen a fejét megemelve és a

karján megtámaszkodva teljesen forduljon át. A folyamatos guruláshoz szükséges a két kar szabad, egymástól független mozgatása, valamint a tenyér akaratlagos nyitása és zárása.

Játék

A négy-öt hónapos baba nagyon szeret játszani a kezeivel, összekulcsolja az ujjait és hosszasan tanulmányozza azokat. Felfedezi a ruháját, össze-vissza rángatja, az arca elé vagy a szájához húzza. A lábát egyre magasabbra fel tudja emelni, megfogja a combját vagy a térdét és nézegeti. Az ötödik hónapra megváltoznak a testarányai, olyan hajlékony lesz, hogy a lábát a szájába is be tudja venni.

Szeret fürödni, rugdalózva, csapkodva pancsol, vízben úszik a kád környéke. Ha van rá lehetőség, érdemes elvinni babaúszásra, vagy nyáron a strandra.

Minden érdeklő, és mindennel játszani akar, amit csak meglát. Egyik tárgyról a másikra néz, és pontosan kiválasztja, amit meg akar fogni. Két kézzel egyszerre nyúl a játékért, majd öt hónaposan egyik kezéből a másikba át is tudja tenni. Amit megszerzett, azt erősen szorítja, nem hagyja, hogy elvegyék tőle. Ekkor már a cumisüveget is meg tudja fogni, és nagyon gyorsan rájön, hogyan lehet belőle egyedül inni.

Napközben egyre hosszabb ideig aktív, nagyon igényli a társaságot, a közös játékokat. Akár egy órán át, vagy annál hosszabb ideig is képes figyelni.

A játék, a mozgástanulás, az érzékszervek fejlődése, a társas viselkedés és a kommunikáció csak megfelelő környezetben lehetséges. Ha lehet, a baba minél több időt töltsön a lakásnak abban a részében, ahol körülveszik őt a családtagok, és van elegendő szabad tere a mozgáshoz.