

# Содержание

Предисловие .....	9
-------------------	---

## **ЧАСТЬ ПЕРВАЯ**

ПЕРВЫЙ ГОД ЖИЗНИ МАЛЫША.....	15
------------------------------	----

### **Глава 1**

Первый месяц. Уроки у материнской груди .....	17
Что умеет ребенок? .....	18
Занятия с игрушками.....	22
Физические игры.....	31

### **Глава 2**

Второй месяц. Улыбка .....	41
Что умеет ребенок? .....	42
Занятия с игрушками.....	44
Физические игры.....	46

### **Глава 3**

Третий месяц. Я нашел свои ручки! .....	53
Что умеет ребенок? .....	54
Занятия с игрушками.....	56
Физические игры.....	60

### **Глава 4**

Четвертый месяц. Перевернулись! .....	63
Что умеет ребенок? .....	64

Занятия с игрушками.....	67
Физические игры.....	73

## **Глава 5**

Пятый месяц. Сядем или поползем? .....	79
Что умеет ребенок? .....	80
Занятия с игрушками.....	83
Физические упражнения.....	86

## **Глава 6**

Шестой месяц. В поисках новых впечатлений .....	91
Что умеет ребенок? .....	92
Занятия с игрушками.....	94
Физические игры.....	96

## **Глава 7**

Седьмой месяц. Этот младенческий лепет.....	99
Что умеет ребенок? .....	100
Занятия с игрушками.....	105
Физические игры.....	106

## **Глава 8**

Восьмой месяц. Во весь рост .....	111
Что умеет ребенок? .....	112
Занятия с игрушками.....	114
Физические игры.....	119

## **Глава 9**

Девятый месяц.	
Стоять без опоры. Ходить вдоль опоры.....	123
Что умеет ребенок? .....	124
Занятия с игрушками.....	130
Физические игры.....	133

**Глава 10**

Десятый месяц. Первые шаги?.....	137
Что умеет ребенок? .....	138
Занятия с игрушками.....	141
Физические игры.....	143

**Глава 11**

Одиннадцатый месяц.	
Спортивная ходьба .....	147
Что умеет ребенок? .....	148
Занятия с игрушками.....	151
Физические игры.....	153

**Глава 12**

Двенадцатый месяц.	
Расширяем круг общения.....	159
Что умеет ребенок? .....	160
Другие занятия для малышей.....	162
Занятия с игрушками.....	164
Физические игры.....	165

**ЧАСТЬ ВТОРАЯ**

ВТОРОЙ ГОД ВМЕСТЕ.....	169
------------------------	-----

**Глава 1**

Ребенок учится ходить, бегать, прыгать, лазать.....	171
Как дети учатся ходить? .....	172
Почему ребенок медленно учится ходить?.....	174
Маленькие уловки .....	176
Ребенок учится бегать.....	178
Ребенок учится лазать.....	182
Развитие равновесия.....	187
Гимнастика для ребенка.....	194

## Глава 2

Упражнения на мелкую моторику, способствующие развитию речи .....	199
Гимнастика для рук .....	200
Игры с мячом .....	205
Первые конструкторы .....	206
Первый набор инструментов .....	209
Песчаные замки .....	209
Рисование .....	211
Лепка .....	213
Аппликации .....	216
«Золушка» .....	217
Шнуровки .....	219

## Глава 3

Познаем окружающий мир .....	221
Выбор игрушек .....	223
Изучаем цвета .....	225
Изучаем размеры .....	227
Изучаем формы .....	231
Учимся считать .....	233
Окно в природу .....	235

## Глава 4

Игры, стимулирующие развитие логического мышления .....	241
Игры на классификацию предметов .....	242
«Парочки» .....	244
Складываем пазлы .....	245

## Глава 5

Развитие речи .....	249
О чем можно поговорить? .....	250

Читаем малышу.....	254
Рассматриваем и обсуждаем картины.....	258
Домашний театр.....	259
Театры, музеи, экскурсии.....	260
Просто прогулка.....	263
<b>Глава 6</b>	
В кругу семьи и в обществе.....	265
Участие в семейных делах.....	266
Общение с другими детьми.....	267
На черный день.....	270
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ.....</b>	<b>273</b>
Игры на основе народных песенок.....	274
Игры на подушке.....	274
Игры на коленях.....	276
Пальчиковые игры.....	283
«Обыгрываем» игрушки. Микропьески для домашнего театра.....	288
Песенки для танцев.....	290
Игры.....	293
Утята (французская народная песенка).....	295



# Предисловие

## О ЧЕМ ДУМАЕТ ВАШ МАЛЫШ?

Когда он лежит в кроватке и улыбается вам, когда он агукает в ответ на ваши ласковые слова, то порой кажется, что он понимает все-все. Но подождите 2 года! И, когда ваш ребенок начнет говорить не отдельными слогами или словами, а более или менее развернутыми предложениями, вы удивитесь тому, какой сумбур царит в его голове.

Впрочем, если подумать, то удивляться тут нечему. Поразительно другое: как малыш с очень ограниченным опытом, не владеющий еще чудесной отмычкой для всех тайн на свете — языком, смог хоть что-то понять в этом мире. Как он разобрался в различиях между людьми и предметами, между своими и чужими, как понял, что один человек называется мамой, а другой папой, что собакой может называться и маленькая болонка, и большой дог, что мальчик — это и он, и его старший брат, и ребенок, которого он встретил на улице. И есть еще множество других загадок, которые приготовил для него мир людей.

Но еще до того, как малыш стал постигать законы человеческой речи, он совершил много открытий. Сначала он не знал даже, что у него есть руки

и ноги. Каждый, кому довелось увидеть, как младенец впервые смотрит на свои ножки и шевелит пальчиками, понимая, что они подчиняются ему, никогда не забудет это зрелище. А как он пытается научиться направлять свою ручку туда, куда захотел, и хватать ей игрушку, которая привлекла его внимание! Взрослому, чтобы научиться управлять каким-нибудь механическим манипулятором (например, ковшом экскаватора), требуются длинные инструкции, а ребенок постигает это сам, без посторонней помощи, методом проб и ошибок.

Дети созданы для того, чтобы учиться, и великолепно приспособлены для этого.

Некоторые психологи считают, что у маленьких детей абсолютная память и именно она позволяет им разобраться в сложном мире, в котором они живут. Если это так, то сразу возникает соблазн наполнить эту память знаниями «про запас». Но все не так просто. Дети — даже самые маленькие — охотно занимаются только тем, что им интересно. А для того, чтобы им было интересно, они должны понимать, что происходит. Точнее, задача должна превосходить их возможности, но только чуть-чуть, чтобы в их силах было подняться на новую высоту. И если мы сумеем угадать, над какой задачей сейчас «работает» ребенок, и помочь ему, то вместе мы добьемся потрясающих успехов.

Возможно, самый главный успех заключается в том, что ребенок, для которого родители находят



интересное занятие, не будет скучать, а значит, не будет и «беситься от скуки» (а на это способны даже самые маленькие дети). Следовательно, в семье будет меньше усталости и раздражения и больше веселья. И если вам кажется, что такой приз стоит того, чтобы постараться, то эта книга – для вас.

Я хотела бы попросить вас только об одном: старайтесь идти не от книги к ребенку, а от ребенка к книге.

Самая крупная педагогическая ошибка – относиться к своему ребенку как к слишком маленькому или как к слишком взрослому. То есть не давать ему возможности научиться чему-то новому или, наоборот, пытаться научить его тому, к чему он не готов.

Например, сажать годовалого ребенка в манеж, когда ему необходимо бегать и познавать пространство, или пытаться научить того же годовалого ребенка самостоятельно ходить на горшок, когда он еще не может контролировать свое мочеиспускание.

Вторая хитрость заключается в том, что все дети индивидуальны. Один учится ползать в 6 месяцев, другой – в 9. Или оба начинают ползать в 8 месяцев, но один при этом уже пьет из чашки, а второй – только из бутылочки, зато уже произносит первые слова. Поэтому, несмотря на то что первая часть книжки поделена на главы, приблизительно соответствующие 12 месяцам жизни ребенка, вы всегда должны иметь в виду, что ваш ребенок может в чем-то опережать «стандарт», а в чем-то и отставать от него. Следите за ребенком, старайтесь уловить, над каким

навыком он в данный момент «работает», и решайте, какое упражнение будет для него интереснее всего. Возможно, какие-то игры не понравятся ребенку вообще, а какие-то станут любимыми на долгие месяцы.

Я вовсе не собираюсь помочь вам превратить вашего ребенка в еще одного «маленького гения». Я просто хочу, чтобы вы с помощью моей книги весело и с удовольствием прожили эти первые годы.





ПЕРВЫЙ ГОД  
ЖИЗНИ МАЛЫША



# 1



## МЕСЯЦ

УРОКИ  
У МАТЕРИНСКОЙ ГРУДИ

## ЧТО УМЕЕТ РЕБЕНОК?

---

Мнения мам об умственных способностях новорожденных совершенно различны. От твердой убежденности: «Такой малыш может только есть да спать!» — до не менее категоричного восхищения: «Такой маленький, а уже все понимает!» Истина, разумеется, лежит ровно посередине. Действительно, новорожденный ребенок — это не автомат, запрограммированный на три функции: сосания, сна и удаления отходов. Он способен воспринимать внешний мир всеми шестью органами чувств (зрение, слух, обоняние, осязание, вкус и мышечное чувство), однако вряд ли понимает то, что ощущает. Как сказал кубинский поэт Николас Гильен: «Нужно смотреть, чтобы видеть», а младенец еще не умеет смотреть, то есть сознательно фиксировать взгляд на предмете и изучать свойства предмета с помощью зрения. Точно также обстоит дело с другими органами чувств. Новорожденный не знает, что его ручки принадлежат ему и он способен ими свободно управлять. Он может даже испугаться, если невольно всплеснет руками. С другой стороны, он не знает, что грудь или бутылочка, из которой он сосет молоко, — это посторонний предмет, которым можно манипулировать. Неделю или две вам придется заставлять голодного крикуна открыть ротик и взять губами сосок, он будет трясти и мотать головой, словно птенчик, ожидая, что вожделенный предмет каким-то чудом окажется у него во рту.



Гораздо позже, спустя 3 или 4 месяца, он «обнаружит» вторую грудь рядом с той, из которой кормится, и вы проведете несколько веселых минут, глядя на его изумленную мордашку. Итак, пока ваш ребенок еще не слишком четко разделяет свое «я» и внешний мир. Но он готов начать учиться видеть, слышать, обонять, осязать, пробовать и управлять своим телом.

.....

## **ОРГАНЫ ЧУВСТВ**

### **Зрение**

Движения глаз у новорожденного ребенка еще не координированные, может иметь место сходящееся косоглазие (примерно до 10 недель) и подергивание глазных яблок (нистагм). К 3-й – 4-й неделе ребенок должен научиться фиксировать взгляд на предмете. Лучше всего в этом возрасте малыш видит то, что расположено примерно в 20 см от него. Именно на этом расстоянии находится лицо матери, когда она кормит ребенка грудью.

### **Слух**

В первые две недели слух у ребенка несколько снижен за счет того, что барабанная полость уха заполнена жидкостью, а не воздухом. На 3-й – 4-й неделе жизни ребенок, по-видимому, способен различать голоса (выделяя голос матери и отца), отличать музыку и речь от беспорядочных шумов, а также по-разному реагировать на воспроизведение записи собственного плача и плача других детей. Более сложную задачу – отыскивать глазами звучащий предмет – он

обычно способен решать уже на втором месяце жизни.

### **Вкус**

Новорожденный ребенок с удовольствием пьет молоко или подслащенную воду, но может отказаться от обычной воды и закапризничать, если в рот попадет что-нибудь соленое, кислое или горькое.

### **Обоняние**

Новорожденному очень нравится запах молока, но он расплачется, если дать ему понюхать лакрицу.

### **Осязание**

Наиболее чувствительны ладони, стопы и лицо. Все дети выражают явное удовольствие, если их нежно поглаживать, большинству нравится находиться в теплой воде, но массаж, а особенно пеленание или одевание-раздевание, вполне вероятно, будут сопровождаться возмущенными воплями.

### **Мышечное чувство**

Мышечное чувство — это способность человека определять положение своего тела в пространстве. Именно благодаря мышечному чувству ребенок сможет хватать игрушки, переворачиваться на живот и на спину, а впоследствии сидеть, ползать и ходить. Именно благодаря мышечному чувству он научится управлять языком, губами и гортанью, а затем и пальцами и сможет говорить,

писать или играть на скрипке. Однако новорожденному до этих искусств еще далеко. Если вы закроете глаза, то безошибочно сможете определить, где именно находится сейчас ваша рука или нога. Младенцу это, по-видимому, сделать довольно трудно. Движения ручек и ножек ребенка еще беспорядочные, немного напоминают нервный тик. И даже этими движениями ребенок еще не владеет в полном объеме. Он еще не может по своей воле разжать кулачки, его ручки постоянно согнуты в локтях, ножки в коленях и прижаты к животу, он не может поднять ногу, выпрямленную в коленном суставе, и вообще его мышцы находятся в гипертонусе (то есть их тонус повышен). В возрасте до месяца повышенный тонус еще является физиологической нормой, так как мозг ребенка еще незрелый и не способен «справиться» с мышечной системой.

.....

## **ЧЕМ МЫ БУДЕМ ЗАНИМАТЬСЯ?**

Вам ничто не показалось странным? Такие маловажные для современного человека функции, как обоняние и вкус, практически «даны» новорожденному «в полном объеме», а крайне важные — зрение, слух и мышечное чувство — почти не развиты? Почему новорожденный жеребенок сразу сможет ходить, щенок сумеет это сделать в месячном возрасте, а человеческому детенышу потребуется почти год? Природа, как всегда, мудра. Мы лучше овладеваем тем, чему дольше учимся. Действительно, щенок уже в полгода превратится в «маленькую собаку», а ребенку на то, чтобы повзрослеть, понадобится как минимум 15 лет. Но «на выходе» мы получим

гораздо более высокоорганизованное существо, умеющее многое из того, чего не умеет ни одно животное.

Таким образом, уже в самом начале пути мы можем безошибочно определить свою задачу. Мы должны развивать зрение, слух и мышечное чувство ребенка, а уж они «потянут» за собой его физическое развитие и интеллект. Первым двум органам чувств адресованы в основном игры с игрушками, а для развития мышечного чувства, ловкости и силы предназначены физические игры.

## ЗАНЯТИЯ С ИГРУШКАМИ

.....

**8–14 дней**

### **ОТКУДА СВЕТИТ СВЕТ?**

Что вам понадобится: неяркий карманный фонарик или ночник (сделать их неяркими можно, затенив свет прозрачной тканью или накрыв лампу абажуром).

Ребенка носят на руках вокруг источника света, затем к лежащему на спине ребенку подносят с различных сторон фонарик или лампу и побуждают его тем самым поворачивать голову и следить глазами за светом.

### **СЛЕДИ ЗА ИГРУШКОЙ!**

Что вам понадобится: яркие погремушки (шарики, колокольчики, фигурки и проч.) размером 6–8 см,

однотонные (оранжевые, красные, желтые, ярко-зеленые или ярко-розовые).

Лежащему на спине ребенку показывают игрушку, держа ее на расстоянии 40–60 см (расстояние подбирается для каждого ребенка индивидуально опытным путем). Затем игрушку, слегка встряхивая, медленно перемещают вправо-влево на 20–30 см, побуждая малыша следить за предметом глазами.

Скоро вы поймете, что ваше лицо для ребенка гораздо интереснее любой игрушки. Поэтому, если вы хотите познакомить его именно с игрушкой, держите ее на вытянутой руке. Но потом обязательно дайте ему вдоволь насмотреться на ваше лицо! Через несколько месяцев вы поразитесь тому, как ребенок умеет «считывать» с лица малейшие оттенки вашего настроения.

## ОТКУДА СЛЫШЕН ЗВУК?

Что вам понадобится: металлофон (выбирается одна клавиша), бубен, колокольчик, погремушки с разными звуками, металлические и деревянные ложки, детская дудочка, султанчики из шуршащей бумаги и проч.

Слева или справа на расстоянии 25–50 см от лежащего на спине ребенка ударяют 2–3 раза в бубен (звонят колокольчиком, трясут погремушкой, хлопают в ладоши и т. д.), игрушку ребенок пока не видит. Разумеется, звук должен быть негромким и приятным. Расстояние и громкость звука подбираются для каждого ребенка индивидуально. Когда, после 3–4 повторений,

Конец ознакомительного фрагмента.  
Приобрести книгу можно  
в интернет-магазине  
«Электронный универс»  
[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)