

Елена Первушина

**РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ
ДЛЯ МАЛЫШЕЙ
ОТ РОЖДЕНИЯ ДО 2 ЛЕТ**



Москва
2017

УДК 372.3+159.922.72
ББК 74.100.575.23+88.412-38
П26

Редактор А. Маркелова

Первушина Е.

П26 Развивающие игры для малышей от рождения до 2 лет /
Елена Первушина. — М. : Альпина нон-фикшн, 2017. — 297 с.

ISBN 978-5-91671-740-2

Первые два года жизни — важнейший этап. В книге «Развивающие игры» автор последовательно рассказывает о первых 12 месяцах жизни ребенка, описывает соответствующие возрасту умения и навыки и приводит примеры эффективных упражнений и занятий с малышом. Во второй части книги говорится о том, чему ребенок учится на втором году жизни; в том числе речь идет о первых шагах малыша, даются упражнения на развитие равновесия, мелкой моторики и логического мышления, разбираются творческие и другие виды активности.

По мнению автора, самый главный секрет заключается в том, что ребенок, для которого родители находят интересное занятие, не будет скучать, а следовательно, в семье будет меньше усталости и раздражения и больше веселья. И если вам кажется, что это стоит прилагаемых усилий, то эта книга — для вас. Следите за ребенком, старайтесь уловить, над каким навыком он в данный момент «работает», и решайте, какое упражнение будет для него интереснее всего. Так вы подберете игры и занятия, которые полюбятся всей вашей семье.

УДК 372.3+159.922.72
ББК 74.100.575.23+88.412-38

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу mylib@alpina.ru

ISBN 978-5-91671-325-1
(Серия «Раннее развитие»)
ISBN 978-5-91671-740-2

© Первушина Е., 2016
© ООО «Альпина нон-фикшн», 2017

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

Глава 6

В кругу семьи и в обществе	265
Участие в семейных делах.....	266
Общение с другими детьми.....	267
На черный день.....	270

ПРИЛОЖЕНИЕ.....	273
Игры на основе народных песенок.....	274
Игры на подушке	274
Игры на коленях	276
Пальчиковые игры.....	283
«Обыгрываем» игрушки. Микропъески 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

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 вожаемый предмет каким-то чудом окажется у него во рту.

3



МЕСЯЦ
Я НАШЕЛ
СВОИ РУЧКИ!

ЧТО УМЕЕТ РЕБЕНОК?

.....

В период с 2 до 3 месяцев малыш совершенствуется в искусстве беззубых улыбок и начинает пробовать их уже на всех попавших в поле зрения взрослых. Двухмесячный ребенок не без причины становится вдруг милым и общительным. Существует мнение, что здорового ребенка достаточно кормить и содержать в чистоте, все остальное — роскошь и излишества. Он может развиваться самостоятельно, без каких-либо усилий со стороны взрослых. Однако сам ребенок всеми возможными способами «голосует против». Он жадно ловит каждую крупницу внимания взрослых, добивается ее «пряником» (то есть улыбками) или «кнутом» (то есть плачем).

Мимика взрослых, их речь нужны ребенку для развития точно так же, как витамины для роста.

И сама природа идет ребенку навстречу. Он меньше спит и бодрствует около 4–5 часов в сутки (кто-то — больше, кто-то — меньше). Если малыш не измучен болями в животике, то все свободное время посвящает изучению окружающего мира. Теперь он способен фиксировать взгляд на предметах в течение нескольких минут (к 3 месяцам — 5–6 минут и больше), поднимает не только голову, но и плечи и лежит, опираясь на предплечья. На ближайшие несколько месяцев

эта поза станет самой любимой, ведь лежа на животе так удобно наблюдать за происходящим в комнате, да и к тому же можно ощупать пеленку, на которой лежишь! Ребенок всеми силами стремится перевернуться на живот, и иногда ему даже удается сделать пол-оборота — то есть повернуться со спины на бок.

Но и лежа на спине малыш не остается без дела. Если его распеленать, то он начнет ритмично размахивать ручками и ножками (американские педиатры называют эти движения «взмах крыла») и будет делать это так долго, что родители забеспокоятся: а все ли в порядке? Беспокоиться не о чем, ребенок действительно тренируется перед грядущими походами и забегами.

Ручки ребенка также живут своей жизнью. Скорее всего, малыш уже начал обращать на них внимание (в этом ему помогают «поза фехтовальщика» и наши упражнения). Однако научиться управляться с ними не так-то просто. В это время, если очень повезет, можно наблюдать такую утомительную картину: малыш медленно переводит взгляд со своих пальцев на одеяло, раздумывая, как бы его ухватить, а в это время другая ручка, оставшись без зрительного контроля, яростно мнет и сжимает то самое одеяло. Поистине, правая рука не знает, что делает левая!

Разумеется, малыш продолжает увлеченно гулить, осваивает новые звуки, например «ай!», «эй!». Теперь он может поговорить не только с плюшевым мишкой, но и с вами. Скажите ребенку несколько ласковых слов, дождитесь его улыбки и замолчите, когда ребенок «гукнет» (вам придется запастись терпением: обычно ребенку требуется несколько минут на то, чтоб «обдумать услышанное»). Потом скажите еще

что-нибудь (можно даже поговорить о последних политических новостях, но лучше о том, что касается непосредственно ребенка) и снова терпеливо ждите ответа. Постепенно ребенок научится «поддерживать беседу», и связь между вами станет еще крепче. Вероятнее всего, пройдет лишь несколько дней, и вы во время очередного разговора впервые услышите веселый смех малыша.

ЗАНЯТИЯ С ИГРУШКАМИ

.....

Итак, прежде всего ребенку нужен наблюдательный пункт. Точнее, несколько наблюдательных пунктов. Оцените свою квартиру с этой точки зрения. Когда ребенок спит, ему не нужны посторонние, но когда он бодрствует, ему необходима компания. Если вы всей семьей обедаете за столом, нельзя ли положить ребенка на диван, чтобы он мог «проводить время с вами» (обязательно подальше от края, ведь он вот-вот научится переворачиваться!)? Если вы готовите обед на кухне, нельзя ли прикатить туда детскую коляску или хотя бы принести люльку от нее? Ведь так будет спокойнее и вам, и малышу.

Если у родителей крепкие нервы, по полу не гуляют страшные сквозняки, а поблизости нет тревожных бабушек и дедушек, то замечательное место для малыша — на полу, на коврике «пенке». На твердой

поверхности ему будет гораздо проще научиться переворачиваться и ползать, чем на мягком матрасе или диване.

ПОДНИМИ ГОЛОВУ И ПОСМОТРИ НА ИГРУШКУ

Что вам понадобится: яркая звучащая погремушка, колокольчик, барабанчики и т.д. Можно использовать бубен, повернув его яркой боковой стороной.

Вы кладете ребенка на живот на расстоянии 30–40 см от игрушки. Встряхивая игрушку и извлекая звук, побуждаете ребенка прислушаться, поднять голову, взглянуть в сторону звучащего предмета. После того как ребенок 1–2 раза поднимет голову, надо перевернуть его на спину, дать возможность рассмотреть звучащий предмет. Затем игру можно повторить.

При последующих занятиях следует менять звучащие игрушки.

ПЕРВЫЕ ПУТЕШЕСТВИЯ

Что вам понадобится: заводная музыкальная игрушка (танцующий мишка, зайчик, бьющий в барабан, и т.п.) или просто звучащая игрушка (ярко-желтая «крякающая» утка, звенящая матрешка-неваляшка).

Вы берете ребенка на руки вертикально (но не сажаете его), давая опереться на свое плечо, другой рукой поддерживаете его за спину (вариант: плотно прижимаете спину малыша к своему животу и удерживаете его за ножки ниже колен). Подносите малыша к полочке, расположенной на уровне его глаз,

ГЛАВА



РАЗВИТИЕ РЕЧИ

Я бы разделила детские книжки на 3 группы в соответствии с уровнями сложности.

1. 1 год – 1 год 6 мес. (возраст, разумеется, дан весьма приблизительно). Четверостишие или короткий (2–3 предложения) законченный рассказ под картинкой.

Перед чтением дайте малышу познакомиться с книжкой, пощупать, полистать, понюхать ее. Покупайте дешевые книги (но с хорошими, точными иллюстрациями и классическим текстом). Ребенок неизбежно будет рвать, мять и портить книжки, и хотя ему, разумеется, надо объяснить, что так поступать нельзя, постарайтесь не переусердствовать и не отбить у него интерес к чтению. Долго хранятся только те детские книги, которые неинтересны ребенку. Читать надо как можно выразительнее, практически все слова приходится показывать на картинке, дополнять рассказ своими словами (зачастую повторяя по несколько раз одно и то же). Хорошо, если стихотворение будет связано с какими-то танцевальными

Примеры (из тех книг, которые мы читали вместе с Алейшей):

Русские народные песенки-потешки.

С. Маршак. «Английские песенки».

А. Барто. «Игрушки».

М. Дружинина. «Забавные малыши», «И-го-го! Ку-ка-ре-ку!»

и т.д.

Л. Толстой. «Азбука».

ГЛАВА



В КРУГУ СЕМЬИ И В ОБЩЕСТВЕ

Именно общение со сверстниками и взрослыми вынуждает малыша усваивать новые слова и овладевать новыми навыками. Потому что вся его дальнейшая жизнь будет протекать в обществе, и именно признание и любовь близких людей будет приносить ему одну из самых больших радостей в жизни.

УЧАСТИЕ В СЕМЕЙНЫХ ДЕЛАХ

.....

Что еще вы можете делать вместе с ребенком:

- вытирать пыль;
- подметать (ребенок держит совок, вы — веник, а когда в комнате уже более или менее чисто, можно поменяться);
- стирать (попросите малыша помочь вам загрузить белье в тазик или стиральную машину и вынуть его оттуда; если вы стираете руками, дайте и ему повозиться в мыльной воде; попробуйте вместе с ним развесить белье и закрепить его прищепками);
- давить картофельное или овощное пюре (если оно не слишком горячее);
- замешивать тесто для блинов;
- поручить малышу сыпать в миску и размешивать нарезанные овощи для винегрета;