

Аптулаева, Татьяна Гавриловна.

А77 Игры для развития малыша от 1 до 2 лет / Татьяна Аптулаева. — Москва : Издательство «Э», 2016. — 240 с. : ил. — (Книги Татьяны Аптулаевой).

Первый год жизни малыша – один из самых интересных периодов в жизни мамы и крохи. Ведь ребенок уже многое умеет и понимает, становится гораздо любознательнее и смысленнее. Именно сейчас родителям так важно заложить базовые навыки, которые помогут ему проще адаптироваться в окружающем мире.

В этой книге Татьяна Аптулаева, дипломированный психолог и мама очаровательной девочки Киры, основываясь на своем личном и профессиональном опыте, собрала более 300 идей для совместных игровых занятий, благодаря которым малыш научится распознавать цвета и формы, улучшит моторные навыки, познакомится с окружающим миром, обретет уверенность в себе, а также сможет развить наблюдательность и внимание, умственные способности, память и интеллект.

Цветное издание книги «Развивай-ка. Во что играть с малышом от 1 до 2 лет».

УДК 793.7-053.2
ББК 77.056я92

© Аптулаева Т.Г., текст, 2016
© Безлепкина Е.Н., иллюстрации, 2016
© Мурзатаева Е.А., иллюстрации, 2016
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2016

ISBN 978-5-699-71829-0

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Научно-популярное издание

КНИГИ ТАТЬЯНЫ АПТУЛАЕВОЙ

Аптулаева Татьяна Гавриловна

ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МАЛЫША ОТ 1 ДО 2 ЛЕТ

Директор редакции *Е. Капёв*

Руководитель направления *Т. Решетник*. Ответственный редактор *Н. Капырина*
Младший редактор *Н. Андреева*. Художественный редактор *В. Давлетбаева*

В оформлении обложки использованы иллюстрации:
007NATALIA, Woodhouse, graphic-line / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

ООО «Издательство «Э»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел. 8 (495) 411-68-86.

Өндіруші: «Э» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.

Тел. 8 (495) 411-68-86.

Тауар белгісі: «Э»

Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының
өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 251-59-89/90/91/92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107.

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайтта Өндіруші «Э»

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Э»

Өндірген мемлекет: Ресей

Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 02.06.2016. Формат 84х108¹/₁₆.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 25,2.

Тираж экз. Заказ



ISBN 978-5-699-71829-0



9 785699 718290 >



ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН

В электронном виде книги издательства вы можете
купить на www.litres.ru

ЛитРес:
одна книга до руки



Содержание

Предисловие10

Что же сейчас самое главное?	10
Мама – центр детского творчества	10
Маленькая девочка внутри вас.....	11
Для веселых игр и увлекательных занятий нужно.....	12
Какие навыки развивать от 1 года до 2 лет?	12
Игры в любом настроении – это реально!.....	14
А как пользоваться книгой?.....	14



25 день Игра «Ку-ку!».....	28
26 день Волшебная труба.....	29
27 день Игра с бумажными шариками.....	29
28 день Дай-дай!.....	30
29 день Боди-арт в ванной.....	30
30 день День подведения итогов месяца.....	31
Дорогие взрослые!	32

1 год и 1 месяц16

1 день Катание на одеяле.....	16
2 день Игра «Маша шла-шла-шла»	17
3 день Дождик на ладошках	17
4 день Веселые братцы.....	18
5 день Доброе утро, зверята!.....	18
6 день Переливаем из бутылочки.....	19
7 день Пирамидки.....	19
8 день Приветствие и борьба пальчиков	20
9 день Жесткие щетки и пушистая шерстка.....	20
10 день Доползи до погремушки.....	21
11 день Топ-топ и хлоп-хлоп.....	21
12 день Хватай и пробуй.....	22
13 день Ушко, ротик, носик.....	22
14 день Сходи за игрушкой.....	23
15 день Чудесный мешочек	23
16 день Тихие и громкие колокольчики.....	24
17 день Мамочка, я люблю тебя!.....	24
18 день Ловим бабочку	25
19 день Макароны бусы.....	25
20 день Водичка, водичка, умой мое личико	26
21 день Рыбка в озере плавает.....	26
22 день Сказка «Курочка Ряба».....	27
23 день Шуршание бумагой.....	27
24 день Покоряя вершины.....	28

1 год и 2 месяца34

1 день Посмотри в окошко.....	34
2 день У меня есть... Что?	35
3 день Чехарда на подушках.....	35
4 день Пластилиновые кирпичики	36
5 день Большая и маленькая матрешки.....	36
6 день Скульптурки-повторялки.....	37
7 день Игра «Зайка»	37
8 день Кулачок-молоточек.....	38



9 день	Колокольчик, дзынь-дзынь!	38
10 день	Волшебные ладошки	39
11 день	Мозаика из фруктов	39
12 день	Мишка и заяка	40
13 день	Ракета, взлетай!	40
14 день	Морковка для зайчика	41
15 день	Горка мячиков и кубиков	41
16 день	Я летаю в облаках	42
17 день	Кто на фотографии?	42
18 день	Поход за куклой	43
19 день	Как говорят домашние животные?	43
20 день	Пирамидка	44
21 день	Кап-кап-капельки!	44
22 день	Башни из кубиков	45
23 день	Фасоль и горох	45
24 день	Тучки, дождик и лужи	46
25 день	Кошачьи потягушки	46
26 день	Сказка «Репка»	47
27 день	Вытягивание репки	47
28 день	Хлоп-хлоп!	48
29 день	Лодочка и кораблик	48
30 день	День подведения итогов месяца	49
Дорогие взрослые!		50

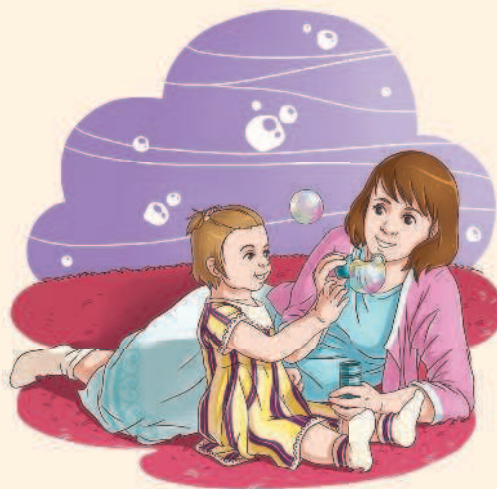


1 год и 3 месяца.....52

1 день	Воздушная рыбка	52
2 день	Насос и водочка	53
3 день	Бросай и собирай	53
4 день	Жираф и зебра	54
5 день	Гуси-гуси, га-га-га!	54
6 день	Пальчики-гимнасты	55
7 день	Кап, кап, капельки	55
8 день	Перешагивания через палочки	56
9 день	Сказка «Колобок»	56
10 день	Петушок взлетает	57
11 день	Канат из платков	57



12 день	Бум, бам, тарарам!	58
13 день	Мыльные пузыри	58
14 день	Привет, кукла, привет, мишка!	59
15 день	Выражаем свои чувства	59
16 день	Потрогай	60
17 день	Малыш-ползун	60
18 день	Игра в телефон	61
19 день	Кошка и котенок	61
20 день	Где живет игрушка?	62
21 день	Раз, два, три – толкаем!	62
22 день	Сюрпризы в кастрюльках	63
23 день	Копилка для пуговиц	63
24 день	Золотая рыбка	64
25 день	Раз, два, три – бум!	64
26 день	Паровозик и пароходик	65
27 день	Нестандартные игрушки	65
28 день	Стучать, кидать, бросать	66
29 день	Массажный коврик	66
30 день	День подведения итогов месяца	67
Дорогие взрослые!		68





1 год и 4 месяца70

1 день	Бросаем мяч в «озеро».....	70
2 день	Птички-невелички.....	71
3 день	Ветерок, дерево, мельница.....	71
4 день	Узоры из манной крупы.....	72
5 день	Строительство из кубиков.....	72
6 день	Рыбалка в ванной.....	73
7 день	Малыш-деревце и малыш-мельница.....	73
8 день	Играю сам, без мамы.....	74
9 день	Ладони-лягушки.....	74
10 день	Большой мишка и маленький зайка.....	75
11 день	Освещаем, задуваем, капаем.....	75
12 день	Тук-тук-тук!.....	76
13 день	Проползаем сквозь обруч.....	76
14 день	Первые пазлы своими руками.....	77
15 день	Тили-тили-тесто.....	77
16 день	Цветные льдинки.....	78
17 день	Часы с маятником.....	78
18 день	День сравнения.....	79
19 день	Авторалли.....	79
20 день	Пожарники и кошки.....	80
21 день	Поделки-флажки.....	80
22 день	Жучка в будке.....	81
23 день	Спасаем мяч.....	81
24 день	Фигурки из спичек и палочек.....	82
25 день	Новые чашки для пересыпания.....	82
26 день	Зернышки для курочки.....	83
27 день	Шарики и кубики в ведре.....	83
28 день	Две команды.....	84
29 день	Знакомство с кругом.....	84
30 день	День подведения итогов месяца.....	85
Дорогие взрослые!		86

1 год и 5 месяцев88

1 день	Поднимаемся по лесенке к мишке.....	88
2 день	Что такое клей?.....	89
3 день	Громкие и тихие звуки.....	89
4 день	Большие и маленькие ложечки.....	90

5 день	Строим гримасы.....	90
6 день	Пальчики-домики.....	91
7 день	Изучаем свой портрет.....	91
8 день	Лошадка.....	92
9 день	Необычная аппликация.....	92
10 день	Лесенка-чудесенка.....	93
11 день	Большое и маленькое ведро.....	93
12 день	Раз шажок, два шажок.....	94
13 день	Ежик из ладошки.....	94
14 день	Квадрат и треугольник.....	95
15 день	Объемные фигуры.....	95
16 день	Мягкий и твердый.....	96
17 день	Карусель-карусель.....	96
18 день	Натюрморт из пластилина.....	97
19 день	Где малыш? Где мама?.....	97
20 день	Что бывает одного цвета.....	98
21 день	Похожие оттенки.....	98
22 день	Круглые и квадратные формы.....	99
23 день	Овощная геометрия.....	99
24 день	Какие бывают хвосты.....	100
25 день	Сказка «Три медведя».....	100
26 день	Воробушки полетели.....	101
27 день	Музыкальный альбом.....	101
28 день	Аппликация «Снеговик».....	102
29 день	Необычные часы.....	102
30 день	День подведения итогов месяца.....	103
Дорогие взрослые!		104



1 год и 6 месяцев106

1 день	Новые задания.....	106
2 день	Развитие мышления.....	107
3 день	Новые приемы по развитию речи.....	107
4 день	Игра «Найди и покажи!».....	108
5 день	Цветущая веточка.....	108
6 день	Зарядка на стульчике.....	109
7 день	Идет коза.....	109
8 день	Игра «Покажи, как...».....	110

9 день	Тяжелая и легкая сумка.....	110
10 день	Высокая палка-бревнышко	111
11 день	Большие и маленькие кубики.....	111
12 день	Лягушки-квакушки.....	112
13 день	Холодное, горячее и теплое.....	112
14 день	Разные рожицы.....	113
15 день	Танцы с яркими платочками.....	113
16 день	Речка течет, рыбка плавает.....	114
17 день	Вкладыши, пирамидки и башенки.....	114
18 день	Малышовый баскетбол.....	115
19 день	Ежиная семейка	115
20 день	Дорожка и круг	116
21 день	У бабушки в деревне.....	116
22 день	Лягушка, комарик и муха.....	117
23 день	Ходим как звери	117
24 день	Джунгли.....	118
25 день	Калинка-малинка.....	118
26 день	Где спрятался зайчик?.....	119
27 день	Кочки на болоте	119
28 день	Кто что ест?.....	120
29 день	Ползаем под мостиком.....	120
30 день	День подведения итогов месяца.....	121
Дорогие взрослые!		122



1 год и 7 месяцев.....124

1 день	Новые высоты на лестнице.....	124
2 день	Аппликация «Одуванчики»	125
3 день	Рельсы-рельсы, шпалы-шпалы	125
4 день	Капает дождик.....	126
5 день	На лугу.....	126
6 день	Ку-ку! Пальчик в домике.....	127
7 день	Сели-встали.....	127
8 день	Петушок на заборчике	128
9 день	Тоннель.....	128
10 день	Молоточек тук-тук-тук.....	129
11 день	Рыбалка в тазике.....	129
12 день	Летите, самолетики!.....	130
13 день	Солнечные зайчики.....	130
14 день	Бросание камешков в воду.....	131



15 день	Правая ручка, левая ручка.....	131
16 день	Пение птичек	132
17 день	Сюрпризики в бумаге.....	132
18 день	Варим кашу	133
19 день	Мягкие игрушки	133
20 день	Малыш-официант.....	134
21 день	Резиночки для волос.....	134
22 день	Быстрая и медленная музыка.....	135
23 день	Веселые наклейки	135
24 день	Аппликации на стене	136
25 день	Сюрпризики в крупе.....	136
26 день	Мылься-мылься, пена!	137
27 день	Пощупаем-потрогаем	137
28 день	Раз ступенька, два ступенька	138
29 день	Маленький колючий еж	138
30 день	День подведения итогов месяца.....	139
Дорогие взрослые!		140

1 год и 8 месяцев.....142

1 день	Идем к маме через лабиринт.....	142
2 день	Лоскутные картинки	143
3 день	Отпечатки на стекле	143
4 день	Спасибо!.....	144
5 день	Фруктовый салатик.....	144
6 день	Кукла-мама и кукла-дочка.....	145
7 день	Мокрый и сухой малыш.....	145
8 день	Удивительный мячик.....	146
9 день	Кто это идет?.....	146
10 день	На горшок с мишкой.....	147
11 день	Необычные клубочки.....	147
12 день	Волшебный карандаш.....	148
13 день	Крокодилчик, шагай вперед!.....	148
14 день	Где звучит игрушка	149
15 день	Кисточки, мойтесь!	149
16 день	Поиск пары.....	150
17 день	Выбор по маминой просьбе	150
18 день	Снимаю шляпу!.....	151

19 день	Трубочка-соломинка.....	151
20 день	Дорожка из книжек.....	152
21 день	Ягодка, где ты?.....	152
22 день	Иго-го, лошадка!.....	153
23 день	Пальчик-черепаха.....	153
24 день	Качели.....	154
25 день	Улитки и рулетки.....	154
26 день	Волшебные печати.....	155
27 день	Вареные длинные веревочки.....	155
28 день	Ленинградский почтальон.....	156
29 день	Картинка на счастье.....	156
30 день	День подведения итогов месяца.....	157
Дорогие взрослые!		158



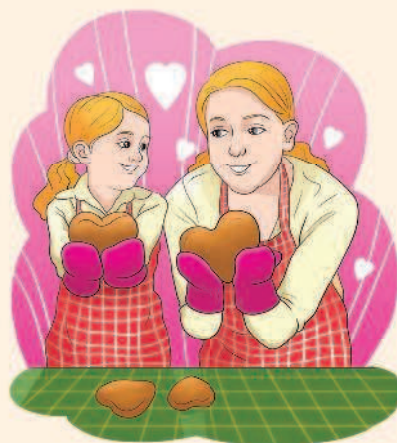
1 год и 9 месяцев.....160

1 день	Физкульт-привет.....	160
2 день	Больше или меньше?.....	161
3 день	Один или много?.....	161
4 день	Самолет летит, машина едет.....	162
5 день	Раз кружочек, два кружочек.....	162
6 день	Горшочек, вари!.....	163
7 день	Ах, какая чистота!.....	163
8 день	Приключения мячика в тоннеле.....	164
9 день	Потряси-погреми.....	164
10 день	Дует-дует ветерок.....	165
11 день	Щипцы-ловцы.....	165
12 день	Зубки-заборчик.....	166
13 день	Пальчики шевелятся.....	166
14 день	Листопад-листопад.....	167
15 день	Закаливание ножек.....	167
16 день	Каляки-маляки.....	168
17 день	Вкусные пазлы.....	168
18 день	Что так пахнет?.....	169
19 день	Архив семейных голосов.....	169
20 день	Вверх-вниз.....	170
21 день	Легкий и тяжелый.....	170

22 день	Узкий и широкий.....	171
23 день	Один к одному.....	171
24 день	Свистульки и дудочки.....	172
25 день	Влезает – не влезает.....	172
26 день	Тяни-толкай!.....	173
27 день	«Еще» и «больше нет».....	173
28 день	Ленивый мишка.....	174
29 день	Анютини глазки.....	174
30 день	День подведения итогов месяца.....	175
Дорогие взрослые!		176

1 год и 10 месяцев.....178

1 день	Танец с пружинкой.....	178
2 день	Веселая змейка.....	179
3 день	Съедобное – несъедобное.....	179
4 день	Что растет в огороде?.....	180
5 день	Сравниваем разные величины.....	180
6 день	Это ближе или дальше?.....	181
7 день	Рисование губкой.....	181
8 день	Считаем на себе.....	182
9 день	Считаем дома и на прогулке.....	182
10 день	Огород на подоконнике.....	183
11 день	Утро и день.....	183
12 день	Вечер и ночь.....	184
13 день	Цветочек из ладошки.....	184
14 день	Мячик на одеяле.....	185
15 день	Раз, два, три – елочка, гори!.....	185
16 день	Ленточки с сюрпризами.....	186
17 день	Веселые обводилки.....	186
18 день	Правое и левое.....	187
19 день	Носочки, постирайтесь!.....	187
20 день	Выбрасываем мусор.....	188
21 день	Нежные улыбки.....	188
22 день	«Потягушки» с палкой.....	189
23 день	«В-в-в» – ветер.....	189
24 день	«Ау-ау!».....	190
25 день	Фонарик, свети!.....	190
26 день	Где диван, где кровать?.....	191
27 день	Большая восьмерка.....	191
28 день	Раз кубик! Два кубик!.....	192



29 день Геометрия из пазлов	192
30 день День подведения итогов месяца	193
Дорогие взрослые!	194



1 год и 11 месяцев.....196

1 день Футбол.....	196
2 день Где живет?	197
3 день Забавные брызгалки.....	197
4 день Салат из бананов и груш.....	198
5 день Найди пару	198
6 день Домики для фигурок.....	199
7 день Путаница на обувной полке.....	199
8 день Вверх по лестнице-стремянке.....	200
9 день Четвереньки на скамейке	200
10 день Лесные силуэты	201
11 день Учимся играть и дружить.....	201
12 день Игра «Я хожу-хожу-хожу».....	202
13 день Два мешочка с сюрпризами.....	202
14 день Спрятанные звуки.....	203
15 день Где второй кусочек?	203
16 день Футбол язычком	204
17 день Приклеивание наклеек.....	204
18 день Коллекции «шумелок»	205
19 день Боулинг	205
20 день Ежик и солнышко из прищепок.....	206
21 день Мозаика на пластилине.....	206
22 день Змейка в пещере	207
23 день С пятки на носочек	207
24 день Перешагиваем через резинку.....	208
25 день Фасоль в мешочках.....	208
26 день Самодельная книжка-словарик.....	209
27 день Ставим «на» и «под».....	209
28 день Потягушечки.....	210
29 день Пожалуйста.....	210
30 день День подведения итогов месяца.....	211
Дорогие взрослые!	212

1 год и 12 месяцев.....214

1 день Собачка мордой вниз	214
2 день Рыбак и рыбки	215
3 день Послушные шнурки.....	215
4 день Бумажные битвы.....	216
5 день Большой теннис.....	216
6 день Готовим яйца и омлет.....	217
7 день Семья: мама, папа и малыш	217
8 день Красный свет, зеленый свет.....	218
9 день Чем пахнет?	218
10 день Знакомство со счетом.....	219
11 день Печем печенье.....	219
12 день Театр из платочков	220
13 день Поход в гости	220
14 день Запускаем вверх и ловим	221
15 день Меня зовут.....	221
16 день Какие бывают профессии.....	222
17 день «Каравай-каравай!».....	222
18 день Учимся угощать	223
19 день Где прячется котик?	223
20 день Занимательная метеорология	224
21 день Дорога домой	224
22 день Фруктовые «шашлычки»	225
23 день Что мы делали сегодня?	225
24 день Зажги в окошках свет	226
25 день Банановый осьминог	226
26 день Раз, два, три, мяч лови!.....	227
27 день Студия звукозаписи	227
28 день Флажки ко дню рождения	228
29 день Фотоальбом «Все обо мне».....	228
30 день День подведения итогов месяца.....	229
Дорогие взрослые!	230

Вместо заключения.

Секрет саморазвития детей.....232

Материалы для игр.....233

Алфавитный указатель по играм.....236



Предисловие

ИГРАТЬ ОЧЕНЬ ПРОСТО И ИНТЕРЕСНО!

Что же сейчас самое главное?

Малыши отмечают свой первый день рождения, а мамы радуются и одновременно вздыхают с некоторым облегчением. Действительно, тревоги первого года уже позади. Малыш уже многое умеет, а вы научились хорошо чувствовать и понимать его состояние, настроение. Может быть, у вас даже есть ощущение, что сдали свой первый жизненный экзамен? Вполне возможно!

Желая по-прежнему давать ребенку все лучшее, вы наверняка ищете новые способы помогать ему в развитии. Такой помощью для вас станут развивающие детские игры, в которые

можно играть вдвоем с малышом. Сегодня увлечение ими переживает настоящий бум, чего, пожалуй, еще никогда не было за всю историю отношений между матерью и ребенком. Вероятно, еще ни одно поколение мам не могло уделять своим детям столько внимания и любви в раннем возрасте! И в начале своей книги я расскажу о некоторых особенностях того, как играть и заниматься с ребенком в этом году надо, чтобы однажды игры не превратились для вас в тягостную повинность, не наскучили, не стали источником досады, а приносили радость и всегда были вам интересны!

Мама – центр детского творчества

Ух, поверьте – вы очень талантливы! Сейчас никто не способен так много дать малышу, как вы! Вы для него не только мама, но еще и воспитатель, и логопед, и психолог, и педагог по художественному мастерству с лепкой, рисованием и аппликациями, музыкальным занятиям и первым танцам, физкультуре. И оказывается, что вы сочетаете в себе такое огромное количество талантов и способностей, такое множество профессий для своего малыша, что раньше вы даже не могли такого и предположить.

Прежде чем познакомить вас с основными направлениями в развивающих играх, я хочу рассказать о главном составляющем элементе, который скрепляет все занятия, которые предстоит вам. Это ваш эмоциональный контакт с ребенком. Это и есть тот фундамент, на котором строятся не только занятия – «развивалки», но и все ваше общение и взаимодействие с малышом в ежедневной будничной жизни. Что это такое? И при каких условиях он сохраняется? **Контакт – это ваше внимание к состоянию ребенка и понимание, что происходит с ним в данный момент.** И только в



том случае, когда вы понимаете его состояние, настроение, вы легко определяете, как с ним общаться. В психологии и человекоцентрированном подходе, который я практикую как психолог, это называется **эмпатия – способность чувствовать мир другого человека как свой собственный, при этом сохраняя и ощущая свой подлинный мир.**

Второй важный момент для того, чтобы игры вам были интересны самой, – вспомните ваши собственные увлечения. Очень часто я встречаюсь с такими жалобами от мам: «А мне неинтересно заниматься! Я не люблю эту размазню с красками, а пластилин вообще ненавижу». Во-первых, это здорово, когда мама честно признает, что она любит, а что – нет. Это уже половина успеха. Если вы не питаете любовь к пластилину, то уже понимаете, что никогда не создадите для ребенка атмосферу увлеченности к скульптуре в таком виде и сможете передать ему ровно такую же нелюбовь. Так не занимайтесь лепкой! И тогда логично среди весьма богатого разнообразия СОВМЕСТНЫХ игр и занятий выбирать не те, которые полезны и рекомендованы лучшими детскими психологами, а те, которые нравятся именно ВАМ, поскольку здесь действует закон совместного увлечения, закон подражания и воодушевления. Женщина вообще по своей сути – муза, то есть вдохновляющая фигура

для окружающих ее близких людей. Не только для мужа, но и для своих детей. И если вам нравится (или когда-то нравилось) рисовать, то и ребенка вы заинтересуете этим с большей легкостью. Когда вам что-то интересно, вы уже создаете атмосферу радости, увлеченности и желания этим заниматься. И, как следствие, вопрос о том, что ребенок не хочет или не может сосредоточиться, сконцентрироваться на определенном занятии, обычно не возникает.

Единственный тип занятий, где вам не нужно играть роль массовика-затейника, – это предметно-манипулятивная игра, которой ребенок этого возраста увлекается сам. И такие игры, как перебирание фасоли-гороха-макарон, перекладывание всевозможного «мусора» – бiletиков, фантиков, брелоков и пр., совершенно не требуют вашей страсти к этим занятиям. В этот период развития малыш готов рассматривать, щупать, грызть, пробовать на вкус, совершенно не привлекая вас к этим исследованиям.

Маленькая девочка внутри вас

И поскольку остальные игры – а их большинство – вашего вдохновенного соучастия все-таки требуют, выбирайте то, что вам нравится и откликается в вашей душе желанием творить. Найдите в себе снова ту маленькую девочку, которой вы были в детстве, и... скорее всего, вы вспомните, что хотели тогда чем-то увлеченно заниматься – петь или рисовать, играть на пианино или лепить из глины. В психологии есть и такое понятие – «наш внутренний ребенок».

Наша детская часть, которая присутствует в нас независимо от возраста и социального статуса. И какова бы ни была ваша взрослая роль и профессия, ваш внутренний ребенок радуется любой творческой жизни. Общественные стереотипы сложились так, что позволяют мужчинам проявлять их мальчишескую натуру даже в солидном возрасте, и они продолжают гонять мяч на футбольном поле, собираясь в команды, в которых нет начальников и младших менеджеров, а есть защитники, нападающие и вратари. И хотя стереотипы, поддерживающие проявление детской части у взрослых женщин, не сложились, открою вам маленький секрет. Даже если общество еще не слишком допускает непосредственное выражение эмоций у женщин, это не значит, что у нас этого внутреннего ребенка не существует. Он есть, просто прикрыт, и на са-

мом деле каждая взрослая женщина тоже хранит в своей душе маленькую девочку, которая совсем не против порезвиться, поиграть, пошалить и предаться детским играм. И с кем, как не со своим малышом, можно отпустить наконец на волю своего внутреннего ребенка и играть вместе с ним? Разрешите себе снова стать маленькой девочкой!

Играйте с ребенком и погружайтесь в атмосферу новой творческой игры. Многие мамы часто признаются мне в этой своей «детскости», но сообщают о ней шепотом, словно раскрывая страшную тайну: «Да, я люблю порезвиться, побеситься с дочкой (сыном), но только когда нас никто не видит». Здесь я открою вам еще одну правду – она заключается в том, что **любая мама проживает с ребенком каждый этап его жизни.** И это происходит не только в сопереживании его трудностям в развитии или болезням, когда она ощущает его боль как свою собственную. Но еще больше – разделяя с ним его радостные чувства! И чем больше вы позволите себе быть открытой таким эмоциям, которые переживает ваш малыш – любознательность, радость от увиденной зеленой травки или многоцветной радуги, удивление при виде лежащих на бумагу ярких красок, – тем лучше, ярче, глубже

будет ваш с ним эмоциональный контакт, а ваши ощущения себя как мамы станут наполненными до самой глубины вашего сердца, а иногда даже переполнят душу. **Не торопитесь поскорее осваивать побольше игр, ри-**

совать, читать, танцевать. Позвольте себе пожить с той же скоростью, с которой живет ваш ребенок. Находясь рядом, неторопливо созерцайте окружающее, с интересом разглядывайте, что у вас получается вместе...

Для веселых игр и увлекательных занятий нужно...

Теперь вы знаете, что не совсем правильно ставить вопрос, что важнее – сама игра-занятие или ваш контакт с ребенком? Конечно, **все игры и занятия существуют ради этого контакта – эмоциональной связи между вами и малышом.** Эта связь – как путеводная звезда, как посредник между вами и ребенком. Когда он есть, то и ребенок готов воспринимать от вас любую новую информацию, заниматься и играть, смотреть и наблюдать, что вы делаете, пытаться повторять ваши действия, манипуляции с пластилином и красками, шишками и листочками, внимательно заглядывать в ваш рот, пытаясь понять, как же получаются слова, песенки и целые сказки.

Но когда приоритетом делают обучение ради обучения во что бы то ни стало, то почти сразу у ребенка куда-то пропадает концентрация, внимание теряется, желание заниматься исчезает. Дитя игнорирует любые ваши предложения чему-то его научить, вплоть до истерик.

С маленьким ребенком такой метод не пройдет. Его можно только увлечь. И только своим примером. Он говорит «нет» не по-

тому – этого он как раз жаждет. Он говорит «нет» самой форме развития, если она не учитывает его желание, настроение, пока еще ограниченные способности и навыки.

Любая форма занятий должна быть:

- интересной и увлекательной («Хочу как мама!»);
- выполнимой для его возраста, то есть не слишком трудной (иначе истерика) и не слишком легкой (иначе потеря внимания), не слишком длительной (5–10 минут);
- создающей ощущение свободы в обозначенных рамках (например, можно заляпать красками пол).

И тогда сказки в книжках малыш будет дослушивать не только если они с яркими картинками, а если вы и читаете их, играя роли, превращаясь то в зайца, то в дедку с репкой, то в колобка. И рисовать он будет охотно, если вы заранее подготовили пространство и не одергиваете его, сковывая его движения в переживаниях за чистоту пола и штор. И подвижные игры понравятся, если вы вместе будете скакать, как зайка, и топать, как косолапый мишка.

Какие навыки развивать от 1 года до 2 лет?

Очевидно, что арифметика и чтение азбуки подождут – не увлекайтесь ранними интеллектуальными занятиями. Старайтесь развивать ребенка в соответствии с его естественными природными этапами, не меняя их порядок. Вы все успеете – и выучить таблицу умножения, и сделать пируэты на коньках. Всему свое время.

Здесь важно знать – и об этом я не устаю повторять многим и многим мамам, что эмоциональное развитие предшествует интеллектуальному. Потому что именно в такой последовательности у ребенка развиваются лобные доли мозга. В этом возрасте у него активно развиваются те доли, которые управляют базовыми сенсорными и моторными навыками

и закладывают основу для дальнейшего интеллектуального развития. Этот период, как и первый год, идеален, чтобы развить сенсорную базу.

Главное значение сенсорного развития в том, что оно является основой для интеллектуального, а не наоборот. Когда малыш трогает, облизывает, смотрит, слушает, то эти действия упорядочивают его представления о внешнем мире. Малыш начинает гораздо лучше ориентироваться и понимать окружающее пространство. Эту информацию он получает всегда в плотном взаимодействии с предметами. Такой сенсорный контакт развивает наблюдательность, внимание и воображение, помо-

Наши основные сенсорные системы – это зрение, слух, осязание, или тактильное восприятие, вкус и обоняние. А значит, малышу нужно смотреть и разглядывать, слушать и слышать, трогать и щупать, а также нюхать и пробовать на вкус!

гает расширять словарный запас. Ребенок сам стремится приобрести этот важный для него опыт, и здесь кто, как не вы, можете ему в этом помочь? Поэтому учите малыша обследовать предметы: рассматривать их, ощупывать, прислушиваться к звукам, которые они издают.

И в период активной жажды сенсорного опыта «наше все» – это, конечно, предметно-манипулятивная игра. А в ней первое место среди прочих «хитов» занимают занятия по развитию мелкой моторики. Сюда включаются все игры, в которых ручки малыша все время заняты – он ими трогает, перебирает, щупает, рисует, гладит, барабанит и т. д., и т. п. Тут для ваших совместных игр открывается невероятный простор. При этом предметно-манипулятивная игра сама по себе не имеет цели – в этом ее замечательная особенность. Сам процесс – вот главное. Иначе говоря, занимаясь рисованием, не ожидайте от вашего юного художника шедеврального натюрморта с точной копией огурца-помидора, а радуйтесь вместе «калякам-малякам».

Знайте, что ручки малыша сами по себе не существуют! Ручки и пальчики помогают формировать у малыша объемный образ предметов, если хотите, в 5D-измерении. Именно прикосновения к предметам помогают завершить зрительный образ в сенсорном восприятии – в ощущениях объема (большой – маленький), формы (круглый – квадратный), в осязании (температура: холодный – горячий, фактура: гладкий – шершавый). Сейчас **связка «глаза – рот–рука» – одна из главных, это единый инструмент познания окружающего мира.** И наоборот, не пощупал – не понял! У малыша эти органы – как единая конструкция: руки изучают все, что связано с осязанием, глаза – внешнюю форму, цвет, размер, а рот – вкусовые ощущения. И только когда ребенок полижет языком и покусает зубками игрушку, ощупает ее со всех сторон и

рассмотрит, у него сложится целостный объемный образ предмета, в котором есть запахи, вкусы, ощущения тепла или холода, мягкости или твердости, объемов, оттенков и пр. В общем, важно помнить: для ребенка просто посмотреть на что-то – это даже не полдела, а так – маленькая интрига. Зрительного исследования мало и недостаточно. И родители, говорящие малышу «Не трогай!» и ругающие его за ручки, которые все время к чему-то тянутся, просто не знают об этой особенности познавательного аппарата «глаз – рука – рот». А выход простой – уберите подальше все ценные предметы.

Помогайте ребенку в его темпе осваивать **двигательные навыки и речь.** Тренировки двигательных навыков происходят постоянно и бесконечно. Малыш двигается все время. Но... со своей скоростью. Вам кажется, что все медленно, а для него – в самый раз! Особенно некомфортно мамы ощущают эту «черепашью» для себя скорость на совместных прогулках. Слово все происходит как на замедленной кинопленке... Здесь выход один – принять ситуацию как есть. Попробуйте не торопиться на прогулках. И однажды вы откроете для себя, как уходит суета из вашей жизни и возвращается способность радоваться удивительным деталям жизни – зеленому росту, лучам солнца, проникающим сквозь листву...

Бесконечно ребенок тренирует артикуляционный аппарат. **Телевизор с мультиками ребенка говорить не научит. Ему необходимо видеть, как двигаются ваши губы и язык, как открывается рот.** А какое лицо у мамы, когда она говорит громко? А какие у нее глаза, когда она смеется? Огромная работа! И здесь поможет ваша речь, не только грамотная, культурная и вежливая, но еще и простая, понятная и эмоционально красочная. Чем младше малыш, тем проще и короче ваши вопросы или предложения. Длинную речь ему воспринимать сложно, а сложные абстрактные слова пока не понимает.

И после полутора лет, если общаетесь с малышом постоянно, вы сможете наблюдать у него так называемый речевой взрыв!

Ваша речь – основной инструмент обучения ребенка.

Игры в любом настроении – это реально!

Наконец, еще один секрет, еще одна правда заключается в том, что играть с малышом можно в любом настроении. И вы не обязаны быть все время бодрой и готовой бесконечно скакать, как зайка. Мама тоже бывает в разном настроении, как и ребенок. Как бы вы ни любили малыша, все-таки чувство усталости, например во второй половине дня, или просто грустное настроение иногда совершенно не располагают к подвижным играм или веселым танцам под музыку. А поскольку дитя рядом просит внимания постоянно, имейте в виду: ваша активность тоже может быть разной. **Вы способны оставаться в контакте с ребенком в любом настроении. Просто выбирайте те игры, которые подходят настроению не только малыша, но и вашему.**

Когда вы чувствуете себя утомленной или грустной, отдавайте предпочтение занятиям, которые не требуют чрезмерной для вас нагрузки, физической или эмоциональной. Устали? Устраивайтесь вместе на диван и читайте сказки. Или лепите из пластилина,

делайте аппликации, рисуйте для ребенка картинки карандашом или фломастерами. Все спокойные игры, в которых почти все вы делаете сами – вырезаете, клеите, раскрашиваете, а ребенок больше наблюдает и только чуть-чуть подмахивает кистью или катает пластилиновые колбаски, – в таком состоянии для вас идеальны. **Такие занятия хорошо успокаивают и даже восстанавливают вас, и вы с ребенком мирно и без конфликтов проводите время продуктивно и с удовольствием.**

Если же вы хотите занять самого малыша, выбирайте игры, которые не требуют вашего активного участия или тревожного наблюдения из серии «как бы чего не вышло». Для его самостоятельных игр устройтесь на полу, поставьте контейнеры с макаронами-фасолью или дайте мелкие игрушки или конверт с кучей открыток, лягте рядом на бок, посадив малыша так, чтобы спиной он опирался на ваш живот. И вы обнаружите, что ребенок играет сам, а вы лежите рядом и отдыхаете.

А как пользоваться книгой?

В книге вы найдете игры и занятия с разной активностью и направленностью: подвижные и требующие некоторой усидчивости, для развития мелкой и крупной моторики, пассивной и активной речи, сенсорного восприятия. Выбирайте среди них интересные для себя – и можете повторять их сколько угодно, придумывая свои варианты.

Также помните, что ориентиры по возрасту – это всегда условная метка, потому что развитие каждого ребенка очень индивидуально. Одни игры он может осваивать «как по учебнику», следуя книжке в соответствии с каждым месяцем. Другие могут даваться с большим трудом – тогда ищите игры полегче в более раннем периоде. И наоборот, заглядывайте в более поздние месяцы в поисках тех занятий, в которых можно найти более сложные задания для малыша, если по некоторым навыкам он несколько опережает свой возраст «по учебнику» и они даются ему достаточно легко и вызывают скуку.

В каждую игру при ее повторении через некоторое время важно вносить новые детали,

Как проводить занятия? Сначала вы показываете, как все делать, а ребенок затем повторяет за вами. Все свои действия сопровождайте словами и комментариями.

делать ее более разнообразной, например вместо куклы взять плюшевого мишку или усложнять ее, например ставить не 2 стула, а 3–4, для того чтобы ребенок пробовал ровно прокатить под ними мяч, и т. д.

Если вы активно занимаетесь с ребенком, за один день можете перепробовать несколько игр и занятий. При этом сочетайте и чередуйте активные и пассивные игры, после подвижных почитайте сказку или полепите, или после рисования поучите стишки и т. д. Иначе говоря, здесь также важно следить за принципом разнообразия.

Все игры в книге направлены на развитие определенных навыков, это:

- мышление;
- крупная моторика, общие двигательные навыки (гимнастика, подвижные игры, навыки самостоятельности);
- мелкая моторика (все игры, где действуют пальчики);
- слуховое развитие (звуки, музыка, чтение);
- зрительное развитие (формы, цвет, размер и т. д.);
- развитие обоняния (вкус);
- эмоциональность;
- речевое развитие (пассивный и активный словарь, упражнения на развитие артикуляционного аппарата);
- самостоятельность.

Создавайте игрушки и развивающую среду для ребенка из всего, что вас окружает!

Все время расширяйте самым естественным способом пространство и возможности для развития малыша. И кроме самого детского уголка с игрушками и книжками по возрасту используйте как «развивалки» все, что попадаете вам под руку. А этот список очень привлекательных для малыша вещей может быть бесконечным:

кастрюли, чашки, ложки на кухне, мочалки и губки в ванной, шишки из парка, бутылочки и баночки (стеклянные и пластиковые), крупы и даже всевозможные мелочи, которые вам кажутся мусором – брелоки, ненужные пластиковые карты, билеты, открытки – способны надолго занять внимание малыша.

В общем, не усложняйте себе жизнь. Помогайте ребенку осваивать окружающее пространство самыми простыми способами, ищите «помощников» у себя под рукой и не зацикливайтесь на том, чтобы постоянно покупать новые игрушки или осваивать причудливые новомодные методики. Творческие способности и таланты детей развиваются именно так – когда обычные предметы все время превращаются в воображении малышей в нечто другое, как, например, простая палка – в лошадку, а ловить игрушечных рыбок из тазика можно и сачком, и поварешкой, и большой ложкой, и стаканом.

Вот, пожалуй, и все. Желаю вам много интересного досуга вместе с ребенком. Больше гуляйте и будьте здоровы! Надеюсь, вы получите удовольствие от игр, в которые вы будете играть с малышом в этом году.

ВАШ АВТОР, ТАТЬЯНА АПТУЛАЕВА

Условные обозначения

Для вашего удобства в книге приведены условные значки, иллюстрирующие определенный навык:



крупная моторика



слуховое развитие



эмоциональность



мелкая моторика



зрение (зрительное восприятие)



самостоятельность
(навыки самообслуживания)



речевое развитие



мышление



обоняние



Вы также сможете отмечать любую понравившуюся вам игру, чтобы вернуться к ней снова.



А этими значками вы сможете отмечать игры, которые пока не очень получились или к которым следовало бы вернуться и закрепить материал.

1 ГОД 1 месяц,



1 год
1 месяц,

Покрутилось?



1 ДЕНЬ

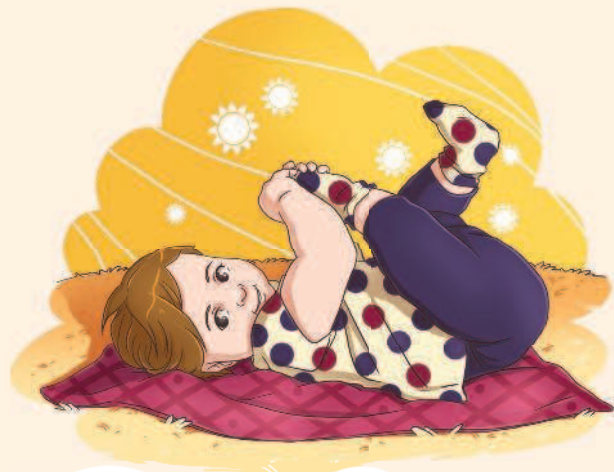
Катание на одеяле



МАТЕРИАЛЫ:

- Одеяло или покрывало

Вспомните времена, когда малыш был совсем маленьким, и поиграйте с ним в очень веселую и радостную игру. Положите ребенка спинкой на одеяльце или покрывало и покатайте по комнате, взяв ткань за один конец. Походите и даже побегайте по комнате, если позволяет пространство, то быстрее, то медленнее. Озвучивайте вашу «езду» разными звуками: «Вж-ж-ж-ж», «Ух», «У-у-у».



После катания на одеяльце сядьте в позу по-турецки и покачайте малыша, как в колыбельке, в своих руках, молча или напевая тихо песню, которую вы оба любите.

2 ДЕНЬ

Игра «Маша шла-шла-шла»



Встаньте на четвереньки вместе с малышом и, начиная двигаться по комнате, прочитайте 4 раза стишок, каждый раз меняя его главного героя и сами движения:

Маша (кошка, зайчик, мишка) шла-шла-шла,
Пирожок (рыбку, морковку, мёдик) нашла,
Села – посидела – поела
И дальше пошла.

МАТЕРИАЛЫ:

- Пирожок
- Баночка меда (или картинки с их изображением)
- Игрушка-рыбка
- Морковка

Соответственно показывайте малышу, как кошечка двигается на лапках, а зайка прыгает, мишка топает, чтобы все образы соответствовали стишку.

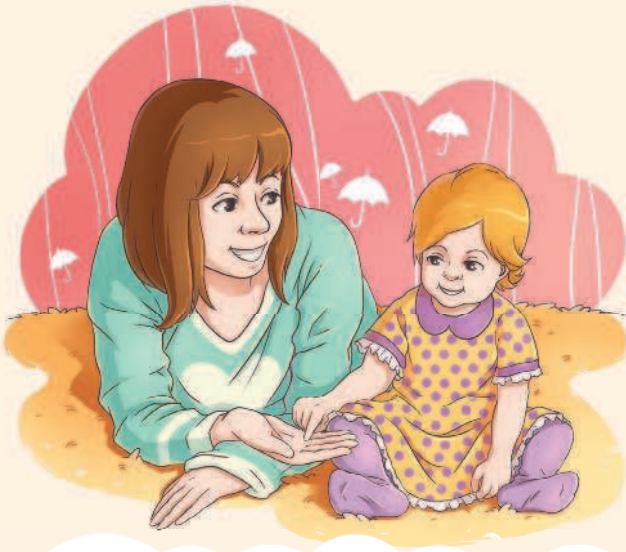
Понравилось?



1 год,
1 месяц,

3 ДЕНЬ

Дождик на ладошках



МАТЕРИАЛЫ:

- Не требуются

Сядьте рядом с малышом, раскройте ваши ладони и покажите, как стучать пальчиком по ладошке. Затем поменяйтесь ролями – пусть ребенок сделает то же самое. Играйте под веселую потешку:

Кап-кап, кап-кап, кап-кап – дождик
капает, кап-кап, кап-кап, кап-кап.

Постучите и слегка побарабаньте пальчиками по ручкам, ножкам, пяточкам, спинке.

Затем проведите пальцами обеих рук по ручке малыша от ладошки вверх к плечу и назад наоборот под коротенькую потешку: «Буль-буль, буль-буль, буль-буль – ручки бегают, буль-буль, буль-буль».

Понравилось?

