



# НАША КРОХА

ПЕРВЫЙ ГОД ЖИЗНИ РЕБЁНКА

Е. С. Александрова

# Первые мамины игры



- Дневник развития ребёнка
- Игрушки и игры для каждого месяца
- Советы опытной мамы



## СОДЕРЖАНИЕ

|                              |    |
|------------------------------|----|
| <i>Предисловие</i> . . . . . | 3  |
| Первый месяц . . . . .       | 4  |
| Второй месяц . . . . .       | 7  |
| Третий месяц . . . . .       | 11 |
| Четвёртый месяц . . . . .    | 15 |
| Пятый месяц . . . . .        | 18 |
| Шестой месяц . . . . .       | 22 |
| Седьмой месяц . . . . .      | 26 |
| Восьмой месяц . . . . .      | 30 |
| Девятый месяц . . . . .      | 34 |
| Десятый месяц . . . . .      | 37 |
| Одиннадцатый месяц . . . . . | 41 |
| Двенадцатый месяц . . . . .  | 44 |
| <i>Послесловие</i> . . . . . | 47 |
| <i>Литература</i> . . . . .  | 48 |

## Дорогие мамы!

Эта книга написана для родителей малышей первого года жизни. В ней представлены игры для детей от рождения до года. Из необозримого множества игрушек вы сможете выбрать именно те, которые нужны вашему ребёнку в конкретный период его жизни, ведь первые 12 месяцев он так быстро растёт и развивается!

В начале каждого раздела рассматриваются основные показатели развития малышей и даётся краткое описание тех умений и навыков, которыми обладают большинство детей данного возраста. Здесь же вы найдёте перечень игр и игрушек, которые могут быть использованы в повседневных занятиях с малышом. Разумеется, все спортивные игры, массаж, обучение раннему плаванию, комплексы гимнастики требуют и времени, и определённых навыков, и знакомство с ними не является целью данного издания.

Вы также можете пользоваться этой книгой как дневником развития ребёнка. Отмечайте красным маркером то, что ваш малыш умеет делать, синим — те области, где он отстаёт от средних норм развития. И формированию именно этих навыков и умений уделяйте больше внимания. Но помните: каждая семья — это отдельный мир, поэтому и развитие малыша индивидуально, оно может немного опережать средние нормы или отставать от них.

В книге приняты следующие обозначения:



— физическое развитие;



— развитие движений рук, в том числе и мелкой моторики;



— развитие зрения;



— развитие слуха;



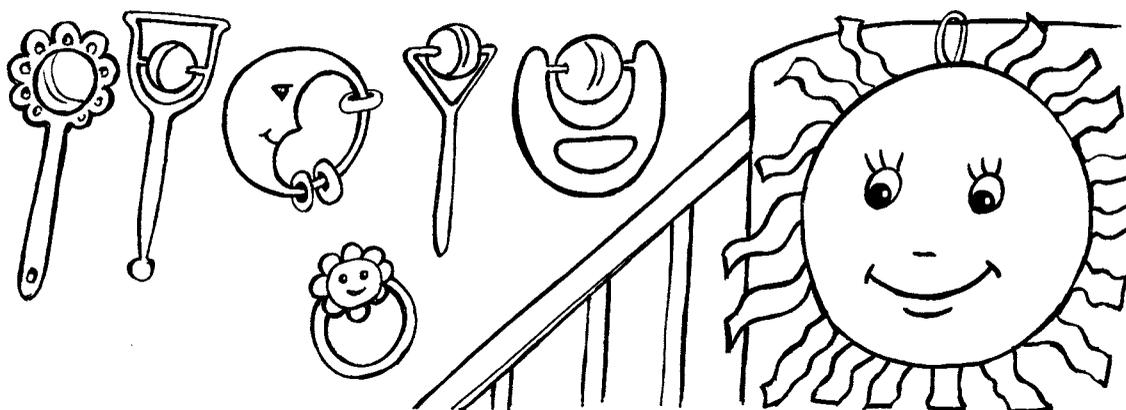
— предречевое развитие;



— социальное развитие.

## ПЕРВЫЙ МЕСЯЦ

*Игрушки: 1—2 погремушки, мягкая игрушка (солнышко или сердечко с «глазами»).*



Вы и ваш малыш сделали главное — на свет появился ещё один человек. И теперь он целый месяц будет осваиваться в новой обстановке, и вы с ним постепенно научитесь понимать друг друга.



Ваш малыш нуждается в телесном контакте — «кожа к коже», поэтому не будут лишними ни укачивание, ни массаж, ни просто поглаживания.

Когда вы выкладываете малыша на животик (а это рекомендуется делать как только заживёт пупочная ранка), положите перед ним игрушку-солнышко. Сейчас подобные игрушки есть в продаже практически в любом магазине детских товаров. Важно, чтобы цвет был не слишком ярким, а у игрушки (в форме овала, круга, сердечка) были «глаза», делающие её похожей на человеческое лицо. Малыш с радостью станет общаться с таким «мягким другом». Эту игрушку можно прикрепить к детской кроватке — и она поможет малышу коротать время без мамы. Для новорождённого любой предмет, даже отдалённо похожий на лицо человека, — уже поддержка. Когда он станет чуть постарше, вы получите немало удовольствия, видя, как ваша кроха пытается разговорить «солнышко» и расточает ему улыбки.