



**Практические советы  
для молодой мамы**

# **РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА и УХОД ЗА НИМ**

**от рождения до трех лет**

*2-е издание, исправленное*

Москва  
Мир и Образование

# РАННЕЕ РАЗВИТИЕ



## Особенности раннего развития

---

Раннее развитие — интенсивное развитие способностей ребенка в раннем возрасте (от рождения до 3 лет). Многие авторы методик раннего развития детей, такие как Глен Доман, Шиничи Сузуки, Сесиль Лупан, Н. А. Зайцев, Б. П. и Е. А. Никитины настаивают на том, что такое развитие не раннее, а как раз своевременное, что традиционная педагогика отстает от современных методик, что потенциал ребенка намного богаче, чем было принято считать.

За последние 20—30 лет изменились общепринятые нормы. Так, раньше практически все дети приходили в школу не умеющими читать, а сейчас никого не удивляет пятилетний читающий ребенок.

Однако дети по-прежнему начинают учиться в школе как раз в тот период, когда рост мозга уже почти закончен (6—7 лет), а до этого они, как правило, посещают детский сад.

Естественно, что в таком возрасте раннее развитие несовместимо с традиционными, садовско-школьными способами обучения.

Раннее развитие подразумевает активную позицию матери по отношению к ребенку в первые годы его жизни (ведь именно она проводит с ним больше всего времени). Это непрерывный кропотливый труд, требующий постоянного участия в жизни ребенка и творческого напряжения.

## Как найти и развить таланты в ребенке

---

*Способности* — это развитые природные задатки. *Талант* — наиболее ярко выраженные способности. Поэтому, прежде чем найти талант у ребенка, нужно раскрыть его способности.

Многие родители мечтают вырастить талантливую ребенка. Но это не просто. Зато очень увлекательно.



Имейте в виду, что раскрытие одаренности во многом зависит от социального окружения и обучения, но при этом признается влияние внутренних условий — природных задатков (анатомо-физиологических особенностей).

Удивительные слова написал детский писатель Альберт Лиханов: *«Не сумма знаний, не набор рецептов — их вообще не существует, ибо примененное — и удавшееся! — к одному может оказаться — и оказывается — совершенно неприменимым к другим, ибо у каждой звезды свой свет, своя температура, своя атмосфера, а самое главное — своя удаленность от нас. И добиться победы можно, лишь относясь к детям — ко всем детям — как к звездам! Смотреть на дитя и видеть в нем не зримое никому сплетение дарований — вот высшее педагогическое предназначение тех, кто отдает себя высокому делу воспитания».*

Помните, каждый ребенок — талантлив и уникален! Нужно только стараться видеть в нем все самое лучшее, что в нем есть и развивать те возможности, которые в нем заложены при рождении.

Прежде всего, взрослым необходимо быть бережными по отношению к малышу. Искусственное «выращивание» и «ускоренное развитие» часто приводят к такому результату, как если бы вы развернули бутон. Тогда ему так и не стать прекрасным цветком.

### **Когда следует начинать**

Конечно, чем раньше начинать развивать способности ребенка, тем лучше. Но не стоит понимать это буквально, т. е. совсем не обязательно сразу же после возвращения из роддома загружать кроху изучением букв, запоминанием цифр и освоением навыков ИЗО. Так как в первую очередь в раннем детстве закладываются основы для развития мозга ребенка, то у малыша просто должна быть возможность активно познавать мир. Потрогал игрушку, рассмотрел мамино лицо, запомнил запах маминого молочка... Все это бесценный опыт, который способствует развитию детского интеллекта. Но помимо умственных навыков ребенку необходимы и эмоциональные впечатления. Согласно исследованиям, если младенца не берут на руки, не ласкают и не хвалят, то его мыслительные процессы замедляются.

Безусловно, в детстве все ребяташки талантливы. Они с удовольствием рисуют, танцуют, поют. Поэтому определение способностей у 2—4-летних малышей обычно не составляет особого труда. Просто наблюдайте за своим ребенком, поддерживайте и стимулируйте его любовь к занятиям.



## Как помочь ребенку раскрыть свои способности

⇒ Наберитесь терпения и почаще наблюдайте за своим малышом: в какие игры он любит играть, чем ему нравится заниматься и что у него не очень хорошо получается делать. Не стоит строить далеко идущие планы о будущей профессии ребенка. Например, «наш сын обязательно станет военным, ведь у нас династия!» Ваши желания — это одно, а способности и наклонности ребенка — другое.

⇒ Окружайте любовью. Ребенок активно развивается, растет эмоционально здоровым и крепким, если ощущает себя любимым и нужным.

⇒ Уважительно относитесь к ребенку. Нередко, занимаясь ускоренным развитием интеллекта, взрослые забывают о том, что у малыша есть не только мозг, но и сердце, и душа. Мы можем помочь ему, однако многое зависит и от него самого. Что взрослые действительно могут сделать, так это помочь ребенку обрести себя. Для этого нужно научиться бережному отношению к самым ранним проявлениям детских способностей. Ведь для многих взрослых в порядке вещей весьма неуважительно относиться к ребенку. Иначе при общении с ним они бы не позволяли себе подобных фраз: «Не трогай!», «Уйди отсюда!», «Сейчас же положи, я кому сказала!», «Вот я до тебя доберусь!»

⇒ По мнению психологов, до 10 лет ребенка вообще нельзя ругать за интеллектуальные неудачи. Можно высказывать свое недовольство только по поводу его организационных проступков (раскидал свою одежду, не доделал задание и т. п.). А вот хвалить ребенка следует даже за маленькую удачно выполненную работу. Это придает ему уверенности в себе и своих силах.

⇒ Дарите свое внимание. Общение с близкими любящими людьми принесут малышу наибольшую пользу. Совсем не обязательно устраивать ежедневные походы в парк или чтение вслух детских книг. Можно заняться вместе с крохой уборкой или сходить в магазин.

⇒ Развивайте самостоятельность. При планировании распорядка дня старайтесь, чтобы временные рамки не были слишком жесткими. Постоянные ограничения и спешка мешают развитию изобретательности, фантазии и воображения. Предоставляйте ребенку возможность занимать самого себя, но при этом не теряйте бдительности!

⇒ Играйте с малышом. Даже баночка из-под йогурта и несколько камешков будут способствовать развитию ребенка.



⇒ Поощряйте познавательную активность. Следите за тем, чтобы предлагаемая вами задача была в меру трудна для малыша. При покупке развивающих книг обращайтесь внимание, для детей какого возраста они предназначены. Познавательные способности ребенка будут активно развиваться, если степень сложности подобрана для него правильно.

⇒ Давайте ребенку прослушивать хорошую музыку. В это время у него формируется фонетический слух, который нужен не только будущим музыкантам. Научившись воспринимать информацию «на слух», в будущем детки без особых сложностей усваивают иностранные языки, пишут школьные диктанты и изложения. Кроме того, благодаря музыке у ребенка происходит становление собственного мнения и эстетического вкуса.

⇒ Поддерживайте интерес ребенка к занятиям ИЗО — это лучшее средство для самовыражения маленькой личности.

⇒ Для занятий с малышом выбирайте ограниченный круг учебных пособий. Лучше максимально полно использовать что-то одно или несколько со всех сторон, чем развивать ребенка несколькими десятками игр и пособий одновременно. Проявляйте творчество, придумывайте новые задания к знакомым играм. Если ваш малыш с чем-то не справляется, упростите задание до минимума, даже если это и не соответствует инструкции. Сначала выполняйте все задания вместе, а потом пусть ребенок попробует сам.

⇒ Все игры и занятия вводите по принципу *«от очень простого к простому, от простого к сложному, а потом и к очень сложному»*.

⇒ Не ставьте перед собой четких норм по времени и количеству занятий в день. Тогда, если вам по каким-то важным причинам не удастся выполнить то или иное запланированное занятие, вы не станете себя винить в том, что не можете обеспечить своему малышу полноценное развитие. На самом деле даже небольшое количество занятий лучше, чем ничего.

⇒ Старайтесь больше разговаривать с ребенком. Говорите с ним обо всем дома, в метро, на прогулке. Речь взрослого важнее любого методического пособия. Информация, которую вы дадите маленькому ребенку, должна быть построена на основе принципа *«ребенок и его окружение»*, и ее границы должны постепенно расширяться в зависимости от возраста ребенка.

⇒ Если вы хотите дать малышу знания о чем-нибудь, предоставьте ему как можно больше путей получения информации. Давайте ее с разных сторон, освещайте одну тему в играх, плакатах, ку-



биках, карточках, других пособиях, книгах, фильмах. Помогите своему малышу самому научиться добывать знания. Предоставьте ему в этом процессе свободу творчества.

⇒ Если малыш чем-то занимается в течение дня, не перегружайте его просмотром телепередач. Это излишняя для него информация и сильная нагрузка на мозг. Ребенку нужно время и спокойная обстановка, чтобы впитать и усвоить полученные знания и умения.

⇒ Для того чтобы раскрыть свои способности, малышу необходимы:

- разнообразнейшие игрушки, дающие тактильные, зрительные, звуковые, обонятельные ощущения;
- специально оборудованные «физкультурные» уголки, которые предоставляют ребенку возможность лучше и раньше овладеть своим телом, хорошо его изучить, быть ловчее, сильнее, крепче, чувствовать себя безопаснее;
- игры, сделанные для него родителями, соответствующие его интересам и возрастным возможностям;
- книги, написанные крупными понятными буквами, с большими картинками, со страницами, которые не сможет испортить даже самый маленький карапуз;
- кубики с буквами или со слогами, в которые ребенок просто играет вместе с мамой.

⇒ Постоянные прогулки, экскурсии по интересным местам, беседы, чтение книг.

⇒ Радуйтесь каждому успеху вашего ребенка.

⇒ Совершенствуйтесь сами. Пусть ваш малыш видит, что учиться и познавать интересно и необходимо. Личный пример — лучшее пособие по воспитанию.

### **Чего не стоит делать**

⇒ Не стоит метаться от одного модного увлечения к другому. Малыши быстро привыкают к тому или иному образу жизни, и его смена — всегда небольшая травма. Если вы станете часто менять свои взгляды на развитие и воспитание ребенка, то даже можете нанести урон его психике.

⇒ Не ставьте себе цель любой ценой воспитать из своего ребенка вундеркинда. Гоняясь за результатами, можно перегрузить малыша.

⇒ Нельзя слепо брать все из того или иного способа обучения. В любой методике что-то может подойти вам и вашему малышу, а что-то нет.



- ⇒ Не привлекайте ребенка к занятиям, если он болен, неважно себя чувствует или у него плохое настроение. Это принесет ему не пользу, а вред.
- ⇒ Не стоит углубляться в каком-то одном направлении, например в чтение или математику, забывая про остальные. Всестороннее развитие гораздо важнее для малыша, чем рекорд в одном из направлений.
- ⇒ Не давайте ребенку те знания, которые в ближайшее время ему не пригодятся. К тому моменту, когда они будут ему нужны, он может их забыть. Лучше потратить драгоценное время на изучение того, что необходимо в первую очередь.

## Методика Масару Ибуки

---

Новаторский метод М. Ибуки родился из его собственного опыта воспитания троих детей и выводов Марии Монтессори, Глена Домана и Шиничи Сузуки.

В своей книге «После трех уже поздно» М. Ибуки доказывает, что с рождения до трех лет происходит закладывание основ, а усвоенные в этот период знания остаются на всю жизнь. В связи с этим задача родителей — способствовать раннему развитию способностей ребенка.

Целью раннего развития не является воспитание гениев. Оно направлено на формирование гармоничной, успешной и счастливой личности.

По мнению М. Ибуки, для того чтобы ребенок, подрастая, свободно говорил на нескольких языках, умел ездить верхом, плавать, играть на каком-нибудь музыкальном инструменте и делать все это на профессиональном уровне, нужно, чтобы его любили, уважали и предоставляли в его распоряжение все то, чему вы бы хотели его научить.

Раннее развитие является фундаментом. И делать его нужно крепким. Ведь без прочного фундамента бесполезно пытаться построить надежное здание.

Учиться хорошо может каждый ребенок, главное — подобрать правильный метод его обучения. Речь идет и о детишках, которых врачи считают отстающими в развитии. О них Масару Ибука говорил: «Раннее развитие не должно обходить их стороной, наоборот, именно в силу их тяжелого положения необходимо определить их недостаток как можно раньше, чтобы с помощью техники раннего развития компенсировать его, насколько это возможно».



### **Что нужно делать для развития младенца**

- ⇒ Почаще берите ребенка на руки.
- ⇒ Кладите малыша с собой в постель.
- ⇒ Успокаивайте малыша, если он заплакал. Нельзя игнорировать его плач.
- ⇒ Чем больше в семье детей, тем лучше они общаются друг с другом. Поощряйте общение детей между собой. Не пугайтесь ссор, они развивают у детей навыки общения.
- ⇒ Отец должен чаще общаться с ребенком.
- ⇒ Присутствие бабушки и дедушки создает стимул для развития.

### **Что нужно делать для развития ребенка до 3 лет**

- ⇒ Воспитывайте ребенка вдвоем. Забота о развитии малыша не должна полностью лежать на маме. Папа тоже должен как можно больше общаться со своим чадом, несмотря на занятость на работе.
- ⇒ Воспитание ребенка — это воспитание себя. Дети подражают не словам, которые слышат, а делам, которые видят. Поэтому следует побуждать ребенка к деятельности собственным примером и быть для него образцом.
- ⇒ Будьте внимательными к детской воле, чтобы не воспитать человека, неуверенного в собственных силах. Важно вселить уверенность в малыша и предоставить ему широкий выбор. Тогда он сам сможет решить, к чему у него лежит душа.
- ⇒ Разговаривайте с ребенком, не искажая слова. Если вы будете общаться с ним на «детском» языке, то правильные языковые навыки не сформируются.
- ⇒ Ребенка нужно воспитывать в любви. Тогда он быстрее адаптируется к обществу, когда вырастет, и будет намного более уравновешенным и добрым.
- ⇒ Будьте внимательными к чувствам ребенка. Цель родителей должна быть в том, чтобы устранить причину расстройства, а не подавлять ее.
- ⇒ Важно в трудной ситуации предоставить крохе право выбора. Например, если ребенок рвет свежий журнал, то вместо того чтобы отругать его или хлопнуть по рукам, можно дать ему старый. Если этого не сделать, а просто отобрать, то тем самым будет подавляться очень важный импульс к деятельности.
- ⇒ Будьте последовательными и помните, что важно, чтобы кроха вырос счастливым и удачливым, а не был всегда первым.





⇒ Тренируйте память ребенка. Ему не трудно выучить то, что его интересует. Не стоит волноваться, что он переутомится. Малыш может удерживать в памяти от 100 до 200 коротких стихотворений! Нужно тренировать способности ребенка к запоминанию, пока ему это доставляет удовольствие. Если он забыл строчку, пусть повторит все стихотворение от начала до конца.

⇒ Главное — вызвать интерес крохи к предмету обучения. Например, вместо того, чтобы учить малыша считать, заинтересуйте его цифрами.

⇒ Малыши — замечательные подражатели и актеры. Начинают они это делать уже в первый год жизни, а на втором и третьем году они подражают сознательно. Поэтому в присутствии ребенка старайтесь следить за своим поведением. Поощряйте кроху фантазировать: попросите его изобразить животное и придумать про него историю.

### **Учим ребенка рисовать**

М. Ибука говорил: «Я бы давал ребенку огромный лист бумаги, чтобы он ползал по нему, рисуя».

⇒ В 7—10 месяцев заниматься рисованием можно 2 раза в неделю по 10—15 минут.

⇒ Очень важно давать ребенку возможность рисовать и правой, и левой рукой.

⇒ Во время подготовительного этапа показывайте крохе краски, называйте их, демонстрируйте сочетания цветов.

⇒ Дайте ребенку два карандаша теплых тонов (желтый и оранжевый) и один холодного (зеленый или голубой).

⇒ Никогда не просите малыша нарисовать для вас что-нибудь конкретное. Можете предложить несколько вариантов на выбор. Лучше пусть ребенок рисует то, что задумал сам.

⇒ Не критикуйте работу маленького художника. Он рисует как умеет, зато с удовольствием. Если же вы будете постоянно его поправлять и осуждать, то он может вообще отказаться от этого занятия.

⇒ Не стоит дорисовывать или улучшать что-либо в работах малыша, так как это может погасить в нем искру творчества.

⇒ Не следует учить ребенка рисовать какой-либо конкретный образ, так как это может убить его фантазию. Лучше научите его приемам рисования разных форм, работе с материалами.



⇒ Поощряйте нестандартные приемы работы или образы. Пусть малыш понимает, что его фантазия — это самое ценное в его рисунках.

Развивают творческие способности также и лепка, вырезание узоров из бумаги и складывание бумажных фигур. Ребенок, который научился лепить и складывать бумажные фигуры в раннем возрасте, сильно опережает своих сверстников в освоении других навыков.

### **Какими должны быть игрушки и как с ними играть**

М. Ибуку ссылается на опыт художника Хироше Манабе, у которого была теория воспитания, испытанная на собственных детях. Он никогда не покупал им готовых игрушек, а давал им наборы деталей, из которых они могли собрать игрушку сами. Дети знали, что им никто не поможет, значит, если они хотят иметь игрушку, то должны собрать ее сами. Поэтому дети старались изо всех сил.

Это — замечательный воспитательный прием, так как он включает в себя «радость достижения», которой лишен малыш, у которого есть только готовые игрушки. При этом важно, чтобы разборная игрушка соответствовала возрастным возможностям ребенка.

Обычно первыми игрушками крохи бывают книжки и кубики. Нередко взрослые навязывают ребенку свои представления о том, как надо с ними играть. А малыш сам знает, как это делать. Поправлять кроху — значит, мешать его творческому развитию или даже лишать его желания играть вообще. Поэтому не стоит настаивать, чтобы он играл «как положено». Для ребенка игровым материалом является все, что он видит и трогает.

Лучше, чтобы малыш играл с одной игрушкой, придумывая с ней разнообразные игры. Благодаря его воображению кусок дерева может преобразиться в сказочный дом. Когда вокруг малыша слишком много игрушек, это его подавляет, и ему трудно сосредоточиться на чем-то одном.

### **Развиваем музыкальные способности ребенка**

⇒ Включайте записи детских песенок, классическую музыку. Во время ее прослушивания учите малыша притопывать ножками и похлопывать в такт ручками, кружиться вокруг себя.

⇒ Учите кроху одним пальчиком нажимать на клавишу пианино. Если малыш попытается давить на клавиши кулачком, сразу же прекратите игру. На следующий день повторите попытку научить ребенка нажимать на клавиши одним пальчиком. При этом придерживайте его пальчик в своей руке.



⇒ Ксилофон, металлофон, колокольчик или барабан могут стать заменителем настоящего инструмента или дополнением к нему.

⇒ Усадите ребенка перед собой. Покажите ему два предмета, которые при встряхивании могут издавать звуки, например погремушку и коробочку с орехами. Потрясите их на глазах у малыша, потом спрячьте их под стол или за спину и погремите там, потом достаньте предметы и предложите крохе угадать, что это там звучало.

Постепенно увеличивайте количество звучащих предметов до пяти. Подбирайте предметы, которые издают более или менее похожий звук.

⇒ Полезно с 3 лет учить ребенка игре на скрипке. Так вы не только разовьете музыкальные способности малыша, но и поможете ему приобрести уверенность в своих силах.

### **Занимаемся физическим развитием ребенка**

Для детей физическое развитие так же необходимо, как и интеллектуальное.

*Плавание* является одним из способов развить таланты ребенка, так как оно улучшает аппетит, обостряет рефлексы и укрепляет мышцы. Если малыша учить плавать с рождения, то он будет плавать как дельфин. Ребенок, который еще не начал ходить, пробует держаться на воде так же, как пробует ползать по земле.

Для развития ребенка очень полезна *ходьба*. В ней участвует все тело, из 639 мышц человеческого организма 400 принимают участие в ходьбе.

Многие писатели говорят, что, когда работа у них не ладится, они совершают прогулку, в процессе которой появляются новые идеи. Вероятно, ходьба стимулирует мыслительный процесс. Мы не замечаем процесса ходьбы, воспринимая его как нечто само собой разумеющееся. Но это не так. Ребенок так и будет ползать, если его будут окружать существа, которые передвигаются на четырех ногах. Поэтому очень важно учить ребенка правильно ходить с раннего возраста.

## **Методика раннего развития**

### **Сесиль Лупан**

.....

Сесиль Лупан — французская актриса бельгийского происхождения и мама двух дочек. Она разработала систему раннего развития детей с учетом реальностей семейной жизни, используя



## СОДЕРЖАНИЕ

<b>РАННЕЕ РАЗВИТИЕ</b> .....	4
<b>Особенности раннего развития</b> .....	4
<b>Как найти и развить таланты в ребенке</b> .....	4
Когда следует начинать .....	5
Как помочь ребенку раскрыть свои способности .....	6
Чего не стоит делать .....	8
<b>Методика Масару Ибуки</b> .....	9
Что нужно делать для развития младенца .....	10
Что нужно делать для развития ребенка до 3 лет .....	10
Учим ребенка рисовать .....	11
Какими должны быть игрушки и как с ними играть .....	12
Развиваем музыкальные способности ребенка .....	12
Занимаемся физическим развитием ребенка .....	13
<b>Методика раннего развития Сесиль Лупан</b> .....	13
Принципы воспитания .....	14
Оптимальный возраст для начала обучения .....	14
Как нужно заниматься с ребенком .....	14
Развитие органов чувств .....	15
Развитие двигательной активности ребенка .....	16
Развитие речи и обучение чтению .....	17
Обучение счету .....	18
Обучение истории и географии .....	18
<b>«Новая математика» Золтана Дьенеша</b> .....	20
<b>Методика Глена Домана</b> .....	21
Как заниматься физическим развитием ребенка .....	22
Как учить ребенка читать .....	23
Как обучать ребенка математике .....	23
Как дать ребенку энциклопедические знания .....	23

<b>Методика Марии Монтессори</b> .....	24
Основные принципы методики .....	25
Ценность методики .....	27
<b>Система воспитания Никитиных</b> .....	27
Основные принципы системы.....	28
Развивающие игры «ступеньки творчества» .....	29
<b>Методика Н. А. Зайцева</b> .....	32
Основные принципы методики .....	33
Обучение чтению .....	33
Обучение математике .....	34
<b>Студии для детей</b> .....	35
<b>РАЗВИТИЕ МЛАДЕНЦА</b> .....	38
<b>1-й месяц</b> .....	38
<b>Первое обследование новорожденного</b> .....	38
<b>Нормы роста, веса и окружности головы младенца</b> .....	40
Развитие здорового ребенка .....	40
Развитие недоношенного ребенка.....	41
<b>Малыш в период ранней новорожденности</b> <b>(Первая неделя жизни)</b> .....	41
<b>Как выглядит новорожденный</b> .....	42
<b>Переходные состояния новорожденного</b> .....	47
Ускоренное сердцебиение.....	47
Неравномерное дыхание.....	47
Малыш сопит носиком.....	47
В глазах ребенка стоят слезы .....	47
Физиологическая желтуха новорожденных.....	48
Физиологическая убыль массы тела.....	48
Половой криз .....	49
Транзиторный дисбактериоз кишечника.....	50
Мочеиспускание .....	52
<b>Малыш в период поздней новорожденности</b> .....	53
<b>Основные рефлексы новорожденного</b> .....	53
<b>Роднички</b> .....	54
Зачем нужны роднички .....	55
Изменения родничков по мере роста ребенка .....	55
Опасные симптомы .....	56
<b>Как понять желания и потребности малыша</b> .....	56
Научитесь наблюдать за ребенком .....	56

Язык плача .....	57
<b>Мальчики и девочки</b> .....	60
Различия между мальчиками и девочками в младенчестве .....	60
Общение с мальчиками и девочками .....	61
<b>Пеленание</b> .....	62
<b>Выбор одежды</b> .....	63
<b>Как правильно держать младенца на руках</b> .....	64
<b>Как поднимать младенца</b> .....	64
Малыш лежит на спине .....	64
Поднимаем с бока .....	64
Поднимаем с живота .....	65
<b>Как класть ребенка</b> .....	65
Кладем на спину .....	65
Кладем на бок .....	65
<b>Соска-пустышка</b> .....	65
<b>Прогулки с младенцем</b> .....	67
Значение прогулок для развития ребенка .....	67
Первая прогулка .....	68
Когда стоит отказаться от прогулки .....	68
Летняя прогулка .....	68
Прогулки в прохладную погоду .....	68
Безопасность ребенка во время прогулок .....	70
<b>Заботы и дела для родителей</b> .....	70
<b>Детские игрушки</b> .....	71
Покупные игрушки .....	71
Самодельные игрушки .....	72
<b>Игры для малышей</b> .....	73
Игра — универсальный способ общения .....	73
Игра — путеводитель по окружающему миру .....	74
Игра — гимнастика для воображения .....	74
<b>Воспитание грудничка</b> .....	75
<b>Правила развития ребенка</b> .....	76
<b>Развитие зрения</b> .....	76
<b>Развитие слуха</b> .....	78
<b>Развитие ребенка к концу 1-го месяца</b> .....	79
<b>2-й месяц</b> .....	80
<b>Режим дня</b> .....	80
<b>Сон ребенка</b> .....	80

Спальное место.....	80
Как уложить малыша спать .....	81
<b>Спокойствие, только спокойствие!</b> .....	83
<b>Заботы и дела для родителей</b> .....	83
<b>Массаж</b> .....	84
Польза массажа.....	85
Место и время для массажа.....	86
Готовимся к массажу.....	87
Приемы массажа.....	88
<b>Полезные упражнения с элементами массажа</b>	
для грудничка .....	92
Гимнастика для малышей с 1,5 до 3 месяцев .....	93
Детские игрушки.....	93
Игры для малышей .....	94
Развитие ребенка к концу 2-го месяца.....	94
<b>3-й месяц</b> .....	95
Режим дня .....	95
Сон ребенка .....	96
Заботы и дела для родителей .....	96
Общение с малышом .....	98
Игры и игрушки для малышей.....	99
Развитие ребенка к концу 3-го месяца.....	99
<b>4-й месяц</b> .....	101
Режим дня .....	101
Заботы и дела для родителей .....	101
Игры и игрушки для малышей.....	102
Развитие ребенка к концу 4-го месяца.....	103
<b>5-й месяц</b> .....	104
Режим дня .....	104
Заботы и дела для родителей .....	104
Гимнастика для малышей с 4 до 6 месяцев .....	105
Игры и игрушки для малышей .....	106
Развитие ребенка к концу 5-го месяца.....	107
<b>6-й месяц</b> .....	108
Режим дня .....	108
Приучаем ребенка к режиму сна.....	109

<b>Заботы и дела для родителей</b> .....	109
Не форсируйте события! .....	109
Общение с ребенком .....	110
<b>Появление зубов</b> .....	110
Сроки появления зубов .....	110
Признаки прорезывания зубов .....	111
Как облегчить состояние малыша .....	112
<b>Игры и игрушки для малышей</b> .....	113
<b>Развитие ребенка к концу 6-го месяца</b> .....	114
<b>7-й месяц</b> .....	115
<b>Режим дня</b> .....	115
<b>Прогулки</b> .....	115
Ношение малыша в «кенгуру» .....	115
Познавательные прогулки .....	117
Положение ребенка в коляске .....	117
<b>Заботы и дела для родителей</b> .....	117
<b>Общение с ребенком</b> .....	118
<b>Расставание с пустышкой</b> .....	119
<b>Гимнастика для малышей с 6 до 9 месяцев</b> .....	119
<b>Детские игрушки</b> .....	120
<b>Игры для малышей</b> .....	121
<b>Развитие ребенка к концу 7-го месяца</b> .....	122
<b>8-й месяц</b> .....	124
<b>Режим дня</b> .....	124
<b>Первая обувь</b> .....	124
<b>Заботы и дела для родителей</b> .....	124
<b>Общение с ребенком</b> .....	125
Зона общения .....	125
Учимся понимать жесты ребенка .....	126
<b>Развитие ребенка к концу 8-го месяца</b> .....	127
<b>9-й месяц</b> .....	128
<b>Режим дня</b> .....	128
<b>Прогулки</b> .....	129
<b>Заботы и дела для родителей</b> .....	129
<b>Общение с малышом</b> .....	129
<b>Детские игрушки</b> .....	130
<b>Игры для малышей</b> .....	132



Развитие ребенка к концу 9-го месяца.....	133
<b>10-й месяц</b> .....	134
Режим дня .....	134
Заботы и дела для родителей .....	135
Гимнастика для малышей с 9 до 12 месяцев .....	135
Игры и игрушки для малышей .....	136
Развитие ребенка к концу 10-го месяца .....	138
<b>11-й месяц</b> .....	139
Режим дня .....	139
Заботы и дела для родителей .....	139
Развитие ребенка к концу 11-го месяца .....	139
<b>12-й месяц</b> .....	140
Режим дня .....	140
Заботы и дела для родителей .....	141
Стричь ли малыша в 1 год .....	141
Детские игрушки .....	142
Игры для малышей .....	143
Развитие ребенка к концу 12-го месяца .....	143
<b>УХОД ЗА МЛАДЕНЦЕМ</b> .....	146
Косметический распорядок дня .....	146
Подготовка к гигиеническим процедурам .....	147
<b>Ежедневные гигиенические процедуры</b> .....	148
Уход за глазами .....	148
Уход за носом .....	148
Уход за ушами .....	149
Уход за ротовой полостью до появления зубов .....	150
Уход за зубами .....	150
Уход за лицом .....	151
Уход за волосами .....	151
Уход за кожей новорожденного .....	152
Интимная гигиена .....	153
<b>Многоразовый подгузник</b> .....	156
<b>Одноразовый подгузник (памперс)</b> .....	157
Преимущества от использования одноразового подгузника .....	157
Меняем подгузник .....	159

<b>Изменения на коже ребенка</b> .....	160
Опрелости .....	160
Потничка .....	161
<b>Уход за пупочной ранкой</b> .....	162
<b>Уход за ногтями</b> .....	163
Как часто нужно стричь ногти .....	164
Что использовать для стрижки ногтей .....	164
Когда лучше проводить процедуру .....	164
Как подстричь ногти .....	164
Если образовались заусенцы или вы поранили палец малыша .....	165
<b>Купание</b> .....	165
Средства для купания малыша .....	167
Безопасность в ванной .....	167
Готовимся к купанию .....	168
Последовательность купания .....	169
<b>Уход за детскими вещами</b> .....	170
Стирка детской одежды .....	170
Глажка детских вещей .....	171
 <b>РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА ОТ ГОДА ДО ТРЕХ ЛЕТ</b> .....	172
<b>Физическое развитие</b> .....	172
<b>Средние показатели массы тела и роста здоровых детей раннего возраста</b> .....	173
<b>Утренняя гимнастика</b> .....	173
Дыхательные упражнения .....	174
Упражнения для спины .....	175
Упражнения для живота .....	177
Упражнения для ног и рук .....	179
<b>Прогулки</b> .....	180
Знакомство малыша с окружающим миром .....	181
Знакомство малыша с правилами безопасного поведения на дороге .....	183
<b>Сон ребенка</b> .....	184
<b>Ребенок и телевизор</b> .....	184
 <b>От 1 года до 1,5 лет</b> .....	186
<b>Физическое развитие</b> .....	186
<b>Психическое развитие</b> .....	187
<b>Режим дня</b> .....	188

<b>Развитие способностей</b> .....	190
<b>Развитие мышления</b> .....	190
<b>Развитие творческих способностей</b> .....	191
<b>Музыкальное воспитание</b> .....	191
<b>Знакомство малыша с художественной литературой</b> .....	192
Какой должна быть хорошая детская книжка .....	192
Как заниматься с малышом чтением .....	193
Примерный список литературы для детей от 1 года до 2 лет .....	194
<b>Развитие речи</b> .....	194
<b>Игрушки для ребенка от 1 года до 2 лет</b> .....	196
<b>Игры для малышей</b> .....	197
<b>От 1,5 до 2 лет</b> .....	198
<b>Физическое развитие</b> .....	198
<b>Психическое развитие</b> .....	199
<b>Режим дня</b> .....	199
<b>Развитие мышления</b> .....	200
<b>Развитие творческих способностей</b> .....	201
<b>Развитие речи</b> .....	201
<b>Игры для малышей</b> .....	203
<b>Игрушки для развития интеллектуальных операций и навыков мышления</b> .....	205
<b>От 2 до 3 лет</b> .....	206
<b>Физическое развитие</b> .....	206
<b>Психическое развитие</b> .....	207
<b>Режим дня</b> .....	208
<b>Развитие мышления</b> .....	209
<b>Развитие творческих способностей</b> .....	210
<b>Музыкальное воспитание</b> .....	210
<b>Знакомство малыша с художественной литературой</b> .....	210
Какие книжки нужны ребенку с 2 до 3 лет .....	210
Как заниматься с малышом чтением .....	211
Примерный список литературы для детей от 2 до 3 лет .....	212
<b>Развитие речи</b> .....	212
<b>Игрушки для развития мышления</b> .....	214

<b>Игры для малышей</b> .....	215
Игры для девочек .....	215
Игры для мальчиков .....	216
<b>ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА</b> .....	217
<b>Навыки гигиены, которым следует научить вашего ребенка</b> .....	217
1 год — 1 год 6 месяцев .....	217
1 год 6 месяцев — 2 года .....	217
С 2 до 3 лет .....	217
<b>Вредные привычки</b> .....	218
Малыш сосет палец .....	218
Малыш грызет ногти .....	219
Малыш ковыряется в носу .....	219
<b>Забота о зубах</b> .....	220
Гигиена рта после появления зубов .....	220
Зубная паста для малышей .....	220
Профилактика кариеса .....	221
Посещение стоматолога .....	222
<b>Забота о зрении</b> .....	223
<b>Приучаем ребенка к горшку</b> .....	224
Когда начинать приучать кроху к горшку .....	225
Как приучать ребенка к горшку .....	226
<b>Что можно сделать для того, чтобы ребенку нравилось купаться</b> .....	229