

Содержание

Введение	6	Успокаивающие запахи	34
С рождения до 3 месяцев	11	Развиваем осязание . . .	35
Игры для новорожденных . . .	12	Вверх, вниз и вокруг . .	36
Сердечко бьется!	13	Как тебя зовут?	37
Я тебя люблю	14	Соединяем нейроны . .	38
Детский лепет	15	Повторяющиеся звуки	39
Игра с ветерком	16	На животике	40
Вот мой палец	17	От 3 до 6 месяцев	41
Привет	18	Смотри, что я вижу . .	43
Куда он прячется?	19	Кто этот малыш?	44
Посмотри, что я делаю	20	Поиграем с носочками	45
Игра со шляпами	21	Давай посмотрим	46
Сенсорное восприятие	22	Похихикаем	47
Тени	23	Где мой малыш?	48
Помечтаем	24	Высоконько, высоконышко, вверх . .	49
Велосипед	25	Маленький музыкант . .	50
Сгибаем ножки	26	Прыг-скок!	51
Поупражняемся вместе	27	Вверх по эскалатору . .	52
Смешные звуки	28	Поговорим вдвоем . . .	53
Пеленальные песенки . . .	29	Связь через беседу . . .	54
Мы — это мир	30	Ба-ба-ба	55
Пеленальная игра	31	Олимпийский переворот	56
Тянемся за игрушкой . . .	32	Жили у бабуси два веселых гуся . . .	57
Катимся, катимся	33	Давай качаться	58

Я люблю музыку	59	А-а-а-бум!	89
Ту-ту-у	60	Сюрприз! Сюрприз! . . .	90
Качание	61	Прятки — это сплошное веселье . . .	91
Изгибания и извивания	62	Музыка и прятки	92
Подтолкните малыша	63	Резиновые игрушки . . .	93
Движущаяся цель	64	Как приятно потрогать	94
Меняем руки	65	Я тучка, тучка, тучка	95
Куда подевалась игрушка?	66	Пойте и говорите	96
Развиваем любопытство	67	Абракадабра	97
Игра с шарфиками.	68	Колыбельная.	98
Пообщайтесь с малышом	69	Как здорово играть с ключами!	99
По порядку, не спеша	70	Помашем ручкой	100
Учим слова	71	Слушаем с удовольствием	101
Достань-ка!	72	Подсказки для чтения	102
Чудеса музыки	73	Давай сюда вскарабкаемся	103
От 6 до 9 месяцев	75	Игра в знаки.	104
Зеркальные игры	77	Раз, два, три, встали!	105
Звуки повсюду	78	Качаемся и поем	106
Живое представление	79	Почитаем!	107
Что ты сказал?	80	Носик к носику	108
Трам-пам-пам.	81	Покажи-ка!	109
Веселые погремушки	82	От 9 до 12 месяцев	111
Раз, два.	83	Исследуем окружающий мир	112
Пальчики	84	Ищите и найдете	113
Я сильный.	85		
Катаем мячик	86		
Прятки с куклой.	87		
Я знаю, что ты где-то здесь	88		

Где находится...	114	Музыкальный ротик	129
Прикосновения	115	В зоопарке	130
Так интересно!	116	Я уже большой	131
Ножка Топ и ножка		Ответные действия .	132
Дрыг.	117	Зубная песенка. . . .	133
Моем игрушку	118	Ванька-встанька . . .	134
Всё заново	119	Мыльные пузырьки .	135
Раз, два, три, удар . .	120	Прогулка в коляске .	136
Меняем кулачки. . . .	121	Малыш открывает	
Забавные гримаски .	122	книжку.	137
Поиграем с		Мы идем за	
пирамидкой.	123	покупками	138
Шалтай-Болтай	124	Прыг-прыг-прыг. . . .	139
Кружимся.	125	Где мишка?	140
Делай как я.	126	Да, я могу.	141
Тянем-потянем	127	Тонет или плавает . .	142
Медленные и быстрые		Смотри, к нам	
ритмы	128	идет	143

Введение

Поздравляем, вы стали родителями! Ваш кроха такой милый и беззащитный! Давайте вместе поможем ему расти и развиваться. Каждый день разговаривайте с ребенком, качайте его и пойте ему песенки. Это будет способствовать развитию его мозга. Поверьте, малыш почти сразу начнет узнавать и понимать вас.

С самого рождения младенец может:

- концентрировать внимание на лицах, находящихся на расстоянии не более 20 сантиметров от него;
- узнавать ваш голос и поворачивать головку в вашу сторону;
- реагировать на прикосновения;
- сосать;
- зевать, чихать и икать;
- брать вещи, которые кладут ему в ручки;
- общаться — с помощью плача.

К трем годам в мозге ребенка будет сформировано уже 1000 триллионов связей — почти в два раза больше, чем у взрослого человека.

Некоторые клетки мозга, называемые нейронами, уже до рождения прочно связаны с другими клетками. Они контролируют сердцебиение малыша, его дыхание, рефлексy и регулируют множество других функций,

необходимых для нормальной жизнедеятельности. Остальные связи ждут своего «подключения».

Место контакта между двумя нейронами или между нейроном и получающей сигнал клеткой называется синапсом. Одна клетка может соединяться более чем с 10 тысячами других. Каждая область мозга развивается с определенной скоростью, и многочисленные исследования показывают, что период самого активного образования синапсов — от рождения и примерно до десяти лет. В течение этого времени вес мозга утраивается и практически достигает массы мозга взрослого человека. Ученые убеждены, что влияние, оказываемое на маленьких детей, в значительной степени определяет, какие синапсы будут сформированы в мозге.

Как мозг узнает, какие связи необходимо поддерживать?

Именно здесь начинает действовать ранний опыт. Если на первых порах жизни ребенка некая связь используется постоянно, она становится устойчивой. И наоборот, связь, которая используется редко или не используется совсем, имеет очень мало шансов на сохранение. Например, ребенку, с которым в раннем детстве мало разговаривали или которому редко читали, весьма вероятно, будет трудно овладеть речевыми навыками. У того ребенка, с которым в детстве мало играли, впоследствии могут возникнуть определен-

ные сложности с социальной адаптацией. Мозг малыша развивается только благодаря взаимодействию с окружающим миром. Только за счет получения определенных впечатлений мозг превращается в мыслительный и эмоциональный орган. Если с ребенком разговаривать с самого рождения, то весьма велика вероятность того, что он великолепно научится говорить. Ребенок, на лепет которого взрослые отвечают улыбкой, скорее всего, вырастет эмоционально отзывчивым.

Тепло и забота, которые получает малыш, будут сказываться на его развитии, учебе, умении управлять своими эмоциями.

С каждым годом ученые получают все больше информации о функционировании человеческого мозга. Нам уже известно, что человеческий мозг устроен таким образом, что в течение первых лет жизни он извлекает огромную пользу из любого опыта, а ранние впечатления оказывают огромное влияние на формирование мозга малыша. Исследователи также утверждают, что способности к обучению в большой мере зависят от наследственности и воспитания.

Для оптимального развития нейронных связей в мозге ребенка необходимо предоставлять ему все условия: интересную для исследования, безопасную обстановку и общение с людьми, отвечающими интеллектуальным и эмоциональным потребностям малыша, готовыми с ним петь и говорить, читать ему и обнимать его. Такое общение создает потенциал для последующего обучения.

Все игры, описанные в этой книге, направлены на максимальное развитие возможностей мозга ребенка. Используя их, вы сможете заложить прочный фундамент для будущего обучения своих малышей.

Написание этой книги стало для меня удивительным открытием, которое совершилось благодаря проведенным мною исследованиям.

Мне очень нравится изучать малышей и наблюдать за их развитием. Я уверена: младенцы, которым всего десять дней от роду, такие же умные, как выпускники колледжа. Просто у них пока нет возможности выразить себя и обосновать свои знания. Поиграйте со своим ребенком в игры, описанные в этой книге, и вы непременно со мной согласитесь!

с рождения
до 3 месяцев

С РОЖДЕНИЯ ДО 3 МЕСЯЦЕВ

Игры для новорожденных

- Даже младенцы одного дня от роду различают голоса своих родителей. Если вы на протяжении беременности будете слегка похлопывать себя по животу и разговаривать с вашим малышом, то он научится узнавать звук вашего голоса.
- Когда младенец лежит на спине, подойдите к кроватке и позовите ребенка по имени.
- Продолжайте называть имя до тех пор, пока малыш не начнет поворачивать на звук голову или глаза.
- Обойдите кроватку с другой стороны и снова позовите ребенка.
- Нежно массируйте тельце, глядя ребенку в глаза и называя его имя.

Результаты научных исследований

Чем мягче стимуляция вашего малыша, тем большее количество синапсов образуется в его мозге.

Сердечко бьется!

С РОЖДЕНИЯ ДО 3 МЕСЯЦЕВ

- Возьмите младенца на руки и приложите к груди так, чтобы он мог слышать биение вашего сердца.
- Обратите внимание на то, как дышите вы и как дышит ваш малыш.
- Пусть ребенок почувствует близкий контакт с вами и естественные ритмы вашего тела.

Результаты научных исследований

Еще находясь в утробе матери, малыш воспринимает и усваивает ритмические модели, которые он слышит. Слыша, как вы дышите и как бьется ваше сердце, ребенок будет чувствовать себя спокойно и комфортно.

1 год
до 1
лет
для
детей

С РОЖДЕНИЯ ДО 3 МЕСЯЦЕВ

Я тебя люблю

- Как можно дольше смотрите малышу в глаза. Делайте это только до тех пор, пока он не начнет проявлять признаки беспокойства или недовольства, показывая тем самым, что хочет переключиться на другой вид деятельности.
- Возьмите ребенка на руки и покачайте его.
- Произнесите имя своего малыша и добавьте: «Я тебя люблю».
- Помните о том, как важно обнимать ребенка, говорить с ним, успокаивать его и улыбаться ему.

Результаты научных исследований

Забота и любовь способствуют формированию у малыша эмоционального здоровья.