

С е к р е т ы у м н ы х р о д и т е л е й

Олеся Малышева

**ЧТО НА САМОМ ДЕЛЕ
НУЖНО УСПЕТЬ ДО ТРЕХ?**

Только работающие
методики раннего развития



Москва
Издательство АСТ

УДК 373.2

ББК 74.9

М20

Все права защищены.

Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.

Мальшева, Олеся Александровна.

М20 Что на самом деле нужно успеть до трех? Только работающие методики раннего развития / О. А. Мальшева. – Москва : Издательство АСТ : Кладезь, 2023. – 304 с. – (Секреты умных родителей).

ISBN 978-5-17-152597-2

С ранним возрастом у родителей связано множество вопросов и переживаний.

- Какие потребности у малышей до трех лет, какие приоритеты в развитии?
- Как правильно подготовиться к детскому саду?
- Как приучить к горшку и к самостоятельному засыпанию?
- Как развивать речь без дорогих логопедов и репетиторов?
- А главное — как развивать, не развивая?

Осознанное родительство — это не про то, как раствориться в своем ребенке. Это про качественный совместный досуг (поверьте, он может быть очень интересным!), про здоровый сон, про личное время. Любые занятия можно легко вписать в быт. Ребенок — не преграда, а стимул для развития.

Если вы хотите, чтобы ваш малыш рос самостоятельным и любознательным, хотите дать ему лучшее, не забывая про себя, свои потребности и желания, то эта книга для вас.

УДК 373.2

ББК 74.9

ISBN 978-5-17-152597-2

© Мальшева О.А., текст, 2022

© Оформление. ООО «Издательство АСТ», 2023

СОДЕРЖАНИЕ

От автора	7
Особенности раннего возраста	15
Психическое, физическое и познавательное развитие малыша	16
Поощрить нельзя наказывать	60
Мифы о раннем развитии	66
Какие игрушки нужны малышам?	89
Самостоятельность ребенка	107
Самостоятельный сон — миф или реальность?	117
Дружим с горшком	128
Когда давать ложку?	135
Учимся одеваться самостоятельно	139
Развивающее пространство.	143
Подготовка к детскому саду	155
Всем ли нужен детский сад?	155
Мифы и страхи про детский сад	158
Подготовка к детскому саду.	164
Что взять в детский сад?	176
Адаптация.	179

Развитие и запуск речи в раннем возрасте	189
Что влияет на запуск речи?	189
Важность сенсорного развития.	206
Мелкая, но такая важная — мелкая моторика.	211
Игры на запуск и развитие речи.	222
Досуг с малышами	239
Первые рисунки.	244
Аппликация	256
Учимся лепить	261
Игры на прогулке	267
Опыты для самых маленьких	275
Играем на кухне	278
Что и как читать малышам?	283
Вместо заключения.	
Счастливая мама — счастливый малыш	291
Литература.	299

ОТ АВТОРА

*Любящим мамочкам
и бабушкам посвящается.*

2011 год. Родилась у нас с супругом любимая долгожданная доченька. Все бы ничего, но малышка росла беспокойной, ночами не спала, кричала навзрыд. Не помню того дня, чтобы я спала больше 2 часов подряд. Я молодая, неопытная мамочка, не понимаю, что происходит. Интуитивно понимаю, что что-то не так. Предполагаю, что не должен ребенок кричать круглосуточно на протяжении почти года. Обошли всех врачей, сдали кучу анализов, ездили в другие города на обследования. Только в 9 месяцев нам смогли поставить диагноз — у ребенка подвывих шеи. Начали лечение. Стало получше. Но доченька все еще росла беспокойным ребенком. Очень плохо спала, ничьи советы не помогали, ходили «по бабушкам», но безуспешно. Я всегда смеялась, что у нас будто растет не одна девочка, а 3 мальчика. Уложить ребенка спать — это был такой квест, что сейчас могу уложить любого. Зато малышка росла любознательной и быстро развивалась. Рано стала сидеть, стоять и ходить. Требо-

вала к себе много внимания. Просила почитать, тыкала пальчиком в предмет и вопросительно смотрела: «Мама, ну что это? Расскажи». А как только стала разговаривать, ее было не остановить. Я все так же интуитивно понимала, что если я сейчас не уделю ребенку время и скажу: «Потом, отстань, подожди, не задавай глупых вопросов», то через несколько таких попыток ребенок не станет больше ко мне подходить. И как бы сильно я ни уставала на работе, обязательно уделяла время ребенку. Мы очень много читали, занимались по тетрадкам, играли в развивающие игрушки. Кстати, именно это и сподвигло меня открыть в своем городе магазин развивающих игрушек, который потом 9 лет благополучно развивался.

К слову, в игрушках я была тоже полным чайником, вообще не понимала, что покупать, во что играть с ребенком, как вообще его развивать и что с ним делать. Жаль, инструкцию к детям никто не прилагает. Как сейчас помню: пришла я в магазин, купить дочке небольшую игрушку, чтоб поиграть в дороге. Мне продали какую-то ерунду, с которой было непонятно как играть, она долгое время валялась без дела, а потом мы ее и вовсе выбросили. Совершенно не функциональная вещь. С тех пор я твердо решила, что в нашем магазине будет подбор игрушек для ребенка. Ассортиментом я занималась сама, выбирала поставщиков, проверяла качество. Сейчас могу подобрать игрушку на любой возраст и придумать несколько вариантов игр с ней. Ведь недостаточно купить хорошую игрушку, нужно с ней уметь играть.

Так вот, возвращаясь к нашим занятиям. Они переросли в некую манию, я в то время еще ничего не знала о нормах развития, о сенситивных периодах развития, что надо делать, чего не надо. Я ошибочно предполагала, что главное — развивать ребенка интеллектуально. У нас все стены были увешаны плакатами, везде были развивающие карточки, были куплены авторские методики развития. В 3 года доченька знала не менее 20 видов деревьев, цветов, фруктов, овощей, насекомых, а также цифры, буквы и многое другое. Я уже потом искала в интернете, что бы нам еще поучить. Мне казалось, что ребенок уже все знает, и мы начали изучать английский. Но в то же время были частые истерики, кризис трех лет, я думала, не переживу. Я вообще не понимала, как себя вести с ребенком, она просто сводила меня с ума своим непослушанием и криками. Это продолжалось еще год. Я консультировалась у психологов, неврологов — по развитию все хорошо, никаких пререканий от специалистов. Но с поведением нужно было что-то делать. Я понимала, что если не решу проблему сейчас, то ближе к школе будет еще хуже. И я приняла решение пойти учиться на психолога. Тогда-то я и раскрыла для себя очень многие моменты касаясь поведения. Когда я начала понимать, почему ребенок так себя ведет, я стала видеть причину и работать с причиной, а не со следствием (поведением), стала понимать нормы развития: когда все нормально, а когда пора бить тревогу. Самое главное — я вовремя узнала, как готовить ребенка к школе. Это было для меня самым удиви-

тельным открытием! Раньше я считала, что главное — это научить ребенка читать и писать. Как же я ошибалась. Чуть позднее я прошла отдельное обучение по подготовке ребенка к школе и по нейропсихологии. На эту тему я записала целый вебинар и выпустила свой сборник по нейропсихологической подготовке к школе. Конечно, эти знания меня спасли. Отношения стали улучшаться, я изменила свою стратегию поведения, и истерики прекратились. В начальной школе проблем с обучением не было вообще.

Когда родилась вторая доченька, я выучилась на педагога раннего развития, чтобы не повторить ошибки с первым ребенком и выстраивать педагогический процесс сразу правильно. Когда понимаешь, как у детей все устроено, то начинаешь действовать по-другому. На какие-то моменты не обращаешь внимания, понимаешь, что так и должно быть, это нормально. Когда знаешь нормы развития, становится проще ориентироваться. Есть понимание, все ли хорошо или надо обратить на что-то внимание. Так было и у нас. Малышка поздно заговорила. Я понимала, что тянуть нельзя, но в нашем городе не было таких специалистов, и я снова пошла учиться. На этот раз запуску речи. Через пару месяцев ребенок стал говорить предложениями. Как видите, все пройдено с помощью личного многолетнего опыта, постоянных обучений. Параллельно со всем этим я разрабатывала на основе полученных знаний свои игры, развивающие пособия, занималась магазином игрушек (поэтому про

игрушки знаю многое не понаслышке), потом преподавала творческие мастер-классы деткам и занималась с малышами по запуску речи.

Свою первую методичку по развитию ребенка от 0 до 3 лет я написала в 2020 году, и именно тогда я мечтала, чтобы она выросла в эту книгу. Знаний накопилось так много за все эти годы, что я благодарна судьбе, что у меня есть такая возможность поделиться своим опытом с другими мамочками. Рассказать, как же устроены наши детки. Что является нормой, а на что обратить внимание. Как вырастить детей самостоятельными, как правильно развивать и заниматься, как заинтересовать чем-то. Понятно, что у всех случаи индивидуальные, у детей разные характеры, особенности, предпочтения, но все же я постаралась передать в книге фундаментальные знания, на которые можно ориентироваться. Никто не знает вашего малыша лучше, чем вы сами. Но мне очень хочется верить, что данная книга станет для вас палочкой-выручалочкой.

А если все-таки вас что-то смущает в развитии ребенка, лучше не тянуть и своевременно обратиться за консультацией к специалисту. Лучше предупредить появление проблемы, чем ее потом корректировать. Не ждите 3, 5, 7 лет, если интуитивно понимаете, что что-то не так, проконсультируйтесь. Чем раньше обнаружится проблема, тем проще и быстрее вы ее решите. Но в то же время не стоит постоянно тревожиться и выискивать несуществующие проблемы. Не ищите

того, чего нет. Не забывайте заботиться и о себе, своем эмоциональном состоянии. Об этом вы прочитаете в конце этой книги.

Желаю вам вырастить счастливых и здоровых деток, а вашим деткам желаю иметь счастливых и здоровых родителей.

*С уважением к вам,
Олеся Малышева.*



ОСОБЕННОСТИ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Чем отличается ранний возраст от всех остальных возрастов?

- Происходит интенсивное физическое развитие малыша, увеличивается вес, ребенок быстро растет.
- Увеличивается время бодрствования, ребенок проводит время более активно.
- В этом возрасте дети становятся самостоятельнее, начинают ходить, у них активно растут зубки.
- Дети начинают говорить, у них динамично развиваются пассивный и активный словари. К 3 годам малыша могут понять не только родные, но и посторонние люди.
- В этом возрасте идет освоение социальных норм, категорий «можно» и «нельзя», закладываются основы культурного поведения.
- Ребенок учится взаимодействовать с предметами.
- Малыш изучает свойства предметов, поэтому так любит стучать игрушками, пересыпать песок или крупу, переливать, смешивать жидкости.
- Деткам проще отличать форму и величину, чем цвет.