

ИНСТРУКЦИЯ К МАЛЫШУ


Книги для начинающих родителей

ДАРЬЯ ЧЕРНУХИНА

педагог раннего развития,
игропедагог

Развивающие игры для малышей

250 идей для дома и улицы

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

УДК 373.2
ББК 74.902
Ч-49

Чернухина, Дарья Владимировна.

Ч-49 Развивающие игры для малышей. 250 идей для дома и улицы / Дарья Чернухина. — Москва : Эксмо, 2025. — 256 с.

ISBN 978-5-04-215232-0

Нужно ли учить ребенка буквам с года? Какие мультики вредны, а какие — допустимы? Как играть с малышом, если совсем нет времени? В первые годы у родителей больше вопросов, чем ответов. Но игра — лучший и естественный способ помочь малышу расти, развиваться и познавать мир.

Дарья Чернухина, игропедагог, мама и педагог раннего развития, собрала в этой книге 250 простых, понятных и увлекательных игр и занятий для детей от 0 до 3 лет. Все идеи легко встраиваются в повседневную жизнь — без подготовки, лишних покупок и перегрузки. Эта книга не только о детях, но и о родителях, которые растут вместе со своими малышами. Здесь много заботы, поддержки и вдохновения — для тех, кто хочет проводить время с ребенком с радостью, пользой и теплом.

УДК 373.2
ББК 74.902

ISBN 978-5-04-215232-0

© Чернухина Д., текст, 2025
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2025

Оглавление

От автора	7
Глава 1. ЧТО ТАКОЕ РАННЕЕ РАЗВИТИЕ? ...	11
Глава 2. ЧТО И КОГДА РАЗВИВАТЬ?	51
Глава 3. ОРГАНИЗАЦИЯ СОВМЕСТНЫХ ЗАНЯТИЙ И ИГР С РЕБЕНКОМ ДОМА	80
Глава 4. ПРИМЕРЫ ИГР. МАЛЫШИ ДО ГОДА	104
Глава 5. ПРИМЕРЫ ИГР. МАЛЫШИ 1–2 ЛЕТ	143
Глава 6. ПРИМЕРЫ ИГР. МАЛЫШИ 2–3 ЛЕТ	188
Глава 7. НА ЧТО ЕЩЕ НУЖНО ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ В РАЗВИТИИ РЕБЕНКА?	224
Заключение	252

От автора

Рождение ребенка — серьезное, трансформирующее событие, благодаря которому наш мир больше никогда не будет прежним. Безусловно в нем становится много счастья, радости и приятных открытий: чего только стоит первая улыбка ребенка, его первый переворот, неуверенные шаги и первое «мама» или «папа». Теперь это одни из самых ярких воспоминаний нашей жизни, верно? Однако вместе с огромным счастьем приходит и большая тревога буквально за все, что связано с нашими детьми.

А все ли хорошо? А правильно ли малыш(ка) развивается? Такие вопросы появляются у молодых родителей уже с первых дней жизни ребенка. Я, как мама, на себе ощущаю, как много вокруг разной, порой противоречивой информации. Мы живем в век информационных тех-

нологий, что, с одной стороны, дает нам прекрасную возможность всего лишь за несколько кликов получить ответы на интересующие нас вопросы, а с другой — плодит тонны некачественных данных. Поиск и попытки вычленить из всей этой массы то, что окажется полезным, только усугубляют тревожность и без того часто уставших и вымотанных бессонными ночами и другими «прелестями» воспитания мам.

В этой книге я бы хотела рассказать вам о развитии детей. Речь пойдет о детях раннего возраста: с рождения и до трех лет. Я, как педагог раннего развития, игропедагог и мама, постараюсь развеять сложившиеся о раннем развитии мифы и объяснить, что же это собой представляет и нужно ли вообще нам и нашим детям?

По работе мне регулярно приходится взаимодействовать с детьми раннего возраста, а также много общаться с их родителями, поэтому я очень хорошо понимаю, с какими сложностями преимущественно сталкиваются мамы. Я делаю акцент именно на женщинах, потому что они чаще всего находятся в отпуске по уходу за ре-

бенком и больше времени проводят с малышами. На женщинах лежит большая нагрузка: восстановление после беременности и родов, бытовые дела, воспитание ребенка (а то и не одного), а если мама еще и работающая... О каком раннем развитии тут может идти речь? Какие игры и занятия с ребенком? Однако в действительности, при правильном подходе, на это нужно совсем немного времени. Я помогу вам найти направление и объясню, что необходимо делать для развития вашего ребенка.

Раннее развитие — это не сидение за партой, буквы, цифры и чтение. Это куда интереснее! А самое главное, гораздо важнее для формирования наших детей. В этой книге я расскажу вам о том, что именно нужно развивать малышам до трех лет, что такое сенсомоторные навыки, какие игрушки действительно полезны, а без чего можно и обойтись. Мы поговорим с вами об организации пространства в детской и дома, о возрастных нормах развития детей, о речи и мультфильмах, бытовом воспитании, о прогулках и об активных играх. В отдельных главах я приведу примеры игр, расскажу, что помогает развить каждая

игра, как можно ее упростить или усложнить в зависимости от возраста. Кроме того, я подготовила для вас печатные шаблоны игр, доступ к которым вы сможете получить абсолютно бесплатно.

И главное: помните, что вы — самая лучшая мама для своего ребенка!

Глава 1

ЧТО ТАКОЕ РАННЕЕ РАЗВИТИЕ?

МИФЫ О РАННЕМ РАЗВИТИИ И НЕМНОГО НАУКИ

Иногда мне кажется, что термин «раннее развитие» в последние годы стал близок к ругательству. Довольно часто я встречаю громкие заголовки «ВАШИМ ДЕТЯМ НЕ НУЖНО РАННЕЕ РАЗВИТИЕ» или «ВАШЕМУ РЕБЕНКУ НЕ НУЖНЫ НИКАКИЕ РАЗВИВАШКИ», перехожу к соответствующим статьям и начинаю изучать мнение автора, преимущественно специалиста. В процессе чтения понимаю, что озвученный термин воспринимается не совсем верно. А бывает так, что и вовсе не верно.

Однако с авторами таких заголовков я точно могу согласиться в одном: ребенка до трех лет не

нужно водить в какие-то специальные развивающие центры. Все очень просто: все возникающие потребности данного возраста можно удовлетворить в домашних бытовых делах, совместных играх со взрослым и прогулках на детских площадках. Развивающие центры в этом возрасте нужны только в двух случаях: первое — это рекомендация специалиста (например, если у ребенка задержка речи или проблема иного рода), второе — если маме самой хочется разнообразить будни малыша.

Нужно понимать, что когда мы говорим о раннем развитии, то имеем в виду детей от рождения до трех лет, поскольку именно этот возраст принято считать ранним. Дети с трех до семи лет — это уже дошкольный возраст (3–4 года — младший дошкольный возраст, 4–5 лет — средний дошкольный возраст, 5–6 лет — старший дошкольный возраст).

Так что же такое раннее развитие? Под данным термином обычно понимается всестороннее развитие ребенка 0–3 лет. Однако я бы добавила еще и такое определение: раннее развитие — это организованный процесс игр и занятий с ребенком. Это действия взрослых, которые стимулируют интерес малыша к изучению

окружающего мира, мотивируют его на самостоятельность и раскрывают его потенциал. И, конечно же, эти игры и занятия соответствуют потребностям ребенка и его возрасту. Но что же это за деятельность, которая отвечает запросам и возрасту ребенка до трех лет? Предлагаю для наглядности обратиться к схеме ниже. Как вообще происходит развитие нервной системы?

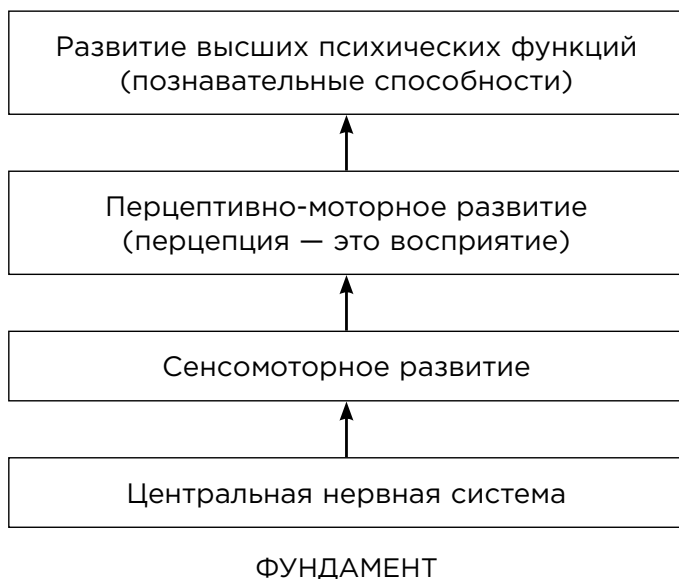


Схема 1. Этапы развития высших психических функций человека

Эта схема является основой развития любого ребенка и человека в целом. Давайте рассмотрим ее подробнее.

Я не врач и не ученый, поэтому заранее прошу прощения у всех специалистов в области развития головного мозга и центральной нервной системы человека за, возможно, не очень корректные и точные примеры, которые приведу дальше. Я стараюсь писать так, чтобы меня поняли в первую очередь мамы.

Основа развития любого ребенка (и человека в целом) кроется в центральной нервной системе, а именно в нашем с вами головном мозге, который содержит огромное количество нейронов. Нейроны (клетки головного мозга) принимают информацию, хранят ее, обрабатывают и передают с помощью электрических и химических сигналов. Нейроны очень важны, поскольку собирают все сигналы, поступающие к нам от нашего организма или из окружающей среды, обрабатывают их и принимают решение о том или ином нашем действии. Нейроны имеют связи с другими такими же клетками (с другими нейронами) благодаря специальным от-

росткам. С их помощью нейроны контактируют друг с другом и образуют целые сети, нейронные связи.

Наше развитие, освоение новых навыков, адаптация к окружающему миру и многое другое происходят именно благодаря образованию новых нейронных связей. Как они формируются? При встрече с новым опытом. Например, ребенок дотронулся до горячей кастрюли пальцем и тут же отдернул руку. В этот момент у него в мозге образовалась новая нейронная связь, потому что был получен новый опыт. Или еще: ребенок взял мячик и первый раз бросил его в круглое отверстие в коробке (в сортере), мяч провалился. Этот опыт позволил еще одной новой нейронной связи сформироваться. Наше с вами развитие и даже интеллект зависят от количества и качества этих самых нейронных связей. Развивать ребенка — значит помогать выстраивать новые нейронные связи в его мозге. Из интересных фактов: максимальное количество нейронных связей образуется у человека примерно к возрасту 7 лет. Именно поэтому очень важно в этом возрасте давать ребенку как