

Программа развития ребенка 9-12 месяцев жизни

1. Физическое развитие

1. Подсуньте под живот лежащего на ковре ребенка полотенце или сложенное одеяло. Поднимите его так, чтобы он принял позу, необходимую для того, чтобы ползти. Держите так, чтобы ему было легко ползти, и время от времени поднимайте его и переносите вперед на небольшое расстояние.

2. Если в доме есть доска-скейт, положите на нее малыша на животик. Сядьте на пол на расстоянии двух-трех шагов перед малышом и позовите его к себе. Перебирая ручками, он сможет покататься к вам.

3. Главная способность, которую ребенок должен развить, учась ходить, - это способность удерживать равновесие. Вы можете ему в этом помочь. Посадите малыша себе на колени, разведите его ручки в стороны и держите их. Поочередно поднимайте то одно, то другое колено, так, чтобы ребенок наклонялась то вправо, то влево. Помогайте ребенку сохранять равновесие, держа его за руки. Можете включить песни, или пойте сами, главное, чтобы музыка была веселая. Поднимайте и опускайте колени в такт музыке.

4. Поставьте ребенка лицом к себе и возьмите его за руки. Начинайте слегка наклонять его то вправо, то влево, переместив ее центр тяжести с одной ноги на другую. Пойте при этом песенку так, чтобы ребенок покачивался в ритме песни. Держите руки ребенка на уровне плеч, или даже ниже. Постепенно уменьшайте вашу поддержку так, чтобы ребенок продолжал качаться самостоятельно. Пусть он потом держится только за ваши указательные пальцы своими ручками. Сделайте так, что его ручки опустятся и располагаться почти вертикально по бокам. И сами пошатайтесь в ритме песенки: это будет стимулировать ребенка – он попытается подражать вам.

5. Поставьте малыша ножками на ваши ноги спиной к вам. Подержите его за плечи. Скажите: "Давай, пойдём"- и пройдите короткое расстояние. Посмотрите, как он реагирует на эту игру. Если она ему понравится, повторяйте ее в разные дни. Пусть вместо вас это делают другие члены семьи, включая старших детей. Такая игра способствует не только развитию моторики, но и укреплению контакта между ребенком и взрослым и полезна с этой точки зрения. Если малыш не выражает удовольствие от игры, отложите ее, и через некоторое время попробуйте снова.

6. Приучите ребенка "петь" под музыку. Включайте магнитофон или радио. Пойте сами, используя те слоги ("ма-ма-ма" или "па-па-па"), которые ребенок без напряжения произносит. Предлагайте ей присоединиться к вам. Повторяйте такую игру много раз, пока она не станет самостоятельно петь под музыку.

7. Продолжайте играть с ребенком в "Ку-ку, где я?". Сначала сам и закрывайте ручками ребенка его глаза и восклицают: "Где же Коля, куда он пошел?". Убрав его ручки, радуйтесь: "Коля здесь!". Затем приучите малыша самого закрывать глаза

руками и ждать ваших возгласов: "Куда Коля исчез?". Выражайте восторг, когда он уберет ручки от лица. Можете также научить его самого закрывать себе лицо салфеткой или пеленкой, а потом ее срывать. Ваша радость, когда салфетка срывается или ручки убираются от глаз, должна способствовать эмоциональному развитию ребенка. Если малыш не может сам управлять своими ручками - играйте втроем: пусть кто-то и из родных или друзей станет помощником малыша. Помощник сидит позади ребенка и делает его ручками то, что нужно в игре. Когда малыш справляется сам, помощник не мешает.

8. В этом возрасте ребенок начинает понимать, как привлечь или поддерживать внимание взрослого – и начинает повторять действия, вызвавшие смех окружающих. Вы можете поддерживать и развивать у него такое поведение и участвовать вместе с ним в самых разных играх. Например, поиграйте с ребенком в игру "Идет коза рогатая", где сначала вы изображаете козу, а потом козой будет ребенок. Испугайтесь, когда ребенок взмахнет руками в вашу сторону, а потом начинайте смеяться. В эту игру тоже можно играть с помощником.

9. Начинайте показывать ребенку различные действия при игре в мяч. Используйте для этого не один, а два-три мячи. Очень хорошо, если ребенок полюбит играть с мячом. Показывая ему мяч, а потом, пряча его в разные места, вы сможете развивать у ребенка навыки поиска. Катая мяч в определенном направлении, вы задаете ребенку маршрут, по которому он должен научиться передвигаться.

10. Научите ребенка звонить в колокол. Придумайте игру, при которой вы делаете что-то для него приятное, например, начинаете его щекотать, если он позвонит в колокольчик. Таким образом, вы сделаете звонок любимой игрушкой и сможете использовать его при обучении ребенка новым умениям.

11. Обязательно подарите ребенку машинку и покажите, как катать ее вперед и назад. Сопровождайте катания какими звуками, типа "др-р" или "би-би", которые малыш сможет дальше предпринимать для обозначения машины. Если же он не начнет сразу же следовать вашим действиям, поместите его руки на машину и подкатите ее его руками. Катайте потом машину по очереди, или используйте в игре две машины: одну катать вы, другую – ребенок.

12. После того как вы научите малыша катать машину руками, привяжите к ней веревку и покажите, как ее можно катать за веревку. После этого предложите ему взяться за веревку - и когда он везет, и если стоит, и когда пытается ходить. Возможно, он воспользуется вашим предложением.

13. Когда малыш уже научился катать одну машину (руками и за веревку), предложите ему машину другого цвета, размера и формы и посмотрит, станет ли он ее катать. Если он этого не сделает, объясните ему, что это тоже машина (назовите ее "др-р" или "би-би"), и что ее тоже катают. Но не показывайте катания руками. Проверьте, поймет ли он вас. Если не поймет, привяжите к этой новой машины веревку и дайте ему в руки. Если и это не поможет, покажите, как вы катаете новую машину. После того, как он тоже начнет ее катать, постарайтесь проверить с помощью

еще нескольких игрушек, с каким набором предметов связывает ребенок действия катания: катает только те, в которых колеса? Или те, в которых квадратная форма? Попробуйте понять, как "рассуждает" ваш ребенок.

14. Машина интересна еще и потому, что в ней можно возить разные предметы. Покажите, как это делается. Если среди игрушек является грузовик, дайте ребенку небольшие предметы, которые он не может проглотить, и покажите ему, как их можно складывать в машину и потом везти в какое-то место, где их можно высыпать.

2. Эмоционально-социальное развитие

1. Твердо и решительно говорите "нельзя", когда ребенок делает нечто недозволенное или когда она может оказаться в опасности. Качают при этом головой и выражайте свое неодобрение мимикой и жестами. Если она не слушается, остановите ее или вообще уберите из опасной обстановки. Не стоит употреблять "нельзя" очень часто. Говорите "нельзя" только когда это безусловно необходимо, по возможности избегайте опасных ситуаций, убрав вещи, которые бьются или опасные, подальше от ребенка. Будьте настойчиво и, если вы уже сказали "нельзя". Если ребенок послушалась или вы сами физически ее остановили, переключите внимание на какое-нибудь интересное для нее занятие.

2. Используйте куклу для того, чтобы научить ребенка прекращать действия, когда ему говорят "нельзя" или "прекрати" разыграют сцену, когда кукла делает что-то плохое и вы говорите ей "нельзя". Пусть кукла прекратит это делать немедленно. Обратите внимание ребенка на поведение куклы.

3. Если ребенок обращается с игрушкой так, что ее портит (например, бьет машинкой о пол), скажите сначала: "Не надо, перестань", а затем возьмите у нее из рук игрушку и покажите, как надо с ним обращаться (например, начните катать машинку). Сделайте эту игру привлекательной и приятной для малыша!

4. Говорите "нельзя" и в тех случаях, когда ребенок неправильно ведет себя за едой (например, бросает еду на пол, разливает молоко, стучит посудой). Надо определить, с чем связано такое поведение за столом: если это каприз или проверка границ дозволенного - тогда "нельзя", а если неаккуратность связана с произвольными движениями, с повышенным тонусом рук - тогда, наоборот, поощряйте желание действовать за столом, но придерживайте и направляйте ручки. В этом возрасте ребенок начинает узнавать, какие вещи (игрушки) принадлежат ему, и он может сам ими распоряжаться, а какие - другим людям, и он их или вообще не должен касаться, или же должен каждый раз просить на это разрешение.

5. Возьмите несколько ваших вещей и вещей ребенка. Наденьте на себя шапочку ребенка, скажите: "Мама надела Колину шапку" и начните смеяться. Это рассмешит и ребенка тоже. Затем положите вашу шапку возле себя, а шапку ребенка - около него. Возьмите новый предмет, например, ваши перчатки, стяните их ребенку и спросите: "Это мамыны? Положи к маме". Помогите ему положить их рядом с вами. Затем выполните аналогичную процедуру с ее черевичками. Играйте в такую игру много раз, включая в игру и других членов семьи с их вещами.

6. Путешествуя с ребенком по квартире, показывайте ему разные вещи и говорите: "Это папины ботинки", "Это мамины духи".

7. В этом возрасте малыш протягивает игрушку взрослому, чтобы ее показать - но еще не намерен ее отдать, ею делиться. Показывая, он делает первый шаг к тому, чтобы делиться собственностью с другими. Покажите, что нравится такое общение, вам замените игрушку, чтобы показать ребенку. Просите его: "Покажи мне куклу", "Покажи папе книгу" и т.п. Пусть он держит игрушку в своих руках, когда вы говорите о ней, например, показываєте, где у куклы носик, где очки, где ручки; пусть он держит книгу в своих руках, когда вы показываєте в этой книге рисунки. Таким образом, он усвоит, что можно делиться предметами, не теряя их при этом.

8. Поделитесь пирожком с ребенком: дайте ему откусить, потом откусите сами. После этого дайте ему пирожок, скажите: "Дай маме откусить" и откройте рот. Если нужно, сдвиньте ручку ребенка своей рукой, но постарайтесь сделать так, чтобы ребенок сам кормил вас.

9. Широко используйте ручные куклы (как в кукольном театре). Они не обязательно должны изображать человека: может быть и собачкой, и кошкой, и лисички. Хорошо, если они смогут открывать рот и менять выражение лица. Разыгрывайте сцены, когда эта кукла что-то очень хочет и ребенок может ей помочь. Пусть, например, кукла будет голодна, и вы дадите ребенку ложку, чтобы он ее покормил. После еды кукла будет радоваться, благодарить "кормильца" и может его, например, пощекотать. Комментируйте поведение куклы, говорите, что она хорошая, что вы ее жалеете, гладьте ее. Дайте ребенку возможность увидеть, как надо помогать другому существу.

3. Познавательное развитие

1. Дайте ребенку попрактиковаться, надевая на шею через голову ожерелье из крупных легких бусин. Покажите ему, как надеть это ожерелье вам и кукле. Смотрите только, чтобы он не порвала нитку и чтобы бусины не попали ему в рот.

2. Держите вертикально вашу руку, и пусть ребенок наденет вам браслет на руку. Сделайте это игрой и по очереди надевайте браслет на руку друг другу.

3. Дайте ребенку пирамиду и покажите, как надевать на стержень кольца.

4. Давайте ребенку такие игрушки, с которыми можно играть в разные игры. Например, используйте банки из пластмассы, в которые можно класть разные вещи, такие как кубики, пустые катушки, деревянные бусины, пластмассовые крышки и др. Положив несколько таких предметов в банку, закройте ее крышкой и потрясите ее. Дайте ребенку послушать, затем высыпьте предметы из банки и предложите ребенку их собрать.

5. Когда ребенок купается в ванне, дайте ему игрушки, которые плавают, например, пластмассовую чашку, и игрушки, которые тонут, например, металлическую ложку. Попросите ребенка, чтобы он вынул из ванны и дал вам ту или иную игрушку.

6. Покажите малышу, как бросать предмет в пустое ведро. Лучше, чтобы это ведро было металлическое. Как "материал для бросания" можно использовать, например, металлическую ложку, деревянный кубик или пустую катушку от ниток, пластмассовую крышку и т.п. Обратите внимание ребенка на звук при ударе предмета о дно ведра. Помогите ребенку потрясти ведро, чтобы снова услышать звук. Эта игра особенно хороша для детей, у которых есть склонность бросать предметы на пол. Играя в такую игру, дети получают возможность бросать "на законных основаниях" и постепенно перестают сердить маму "неорганизованными" разбрасыванием.

7. Сядьте на пол рядом с ребенком, покажите ему любимую игрушку, спрячьте ее под своей ногой с другой стороны от него. Пусть он попытается перебраться через ваши ноги, чтобы достать игрушку. Поступая аналогичным образом, научите ребенка преодолевать другие препятствия, например, диванные подушки.

8. Используя такой же подход, научите малыша доставать игрушку, обходя ящик с игрушками, зайдя за угол шкафа или выйдя за дверь. Показывайте ему, куда вы кладете игрушку, и обращайтесь на нее внимание малыша.

9. На глазах у ребенка, который приближается к вам, спрячьте интересную игрушку, закрыв ее любым предметом, который ребенок может снять или сдвинуть (пеленкой, детской одеялом, ящиком, бумагой). Используйте привлекательную игрушку и неинтересный закрывающий предмет, чтобы ребенок не отвлекался на него при рассмотрении и исследовании. Например, возьмите яркую игрушку и закройте ее сначала небольшой миской. Затем закройте это сверху ящиком или коробкой от обуви. Наконец, накройте все это полотенцем. Если ребенок потеряет интерес, скажите ему: "Давай искать вместе" - и помогите найти все эти предметы. Изобразите восторг и удивление, когда встретите вместе игрушку.

10. Возьмите ладонью маленькую игрушку, заведите руку за экран (ящик, пеленку, бумага) и оставьте игрушку там. Потом покажите ребенку вашу пустую ладонь и скажите: "Где же она?" Помогите ему самому достать игрушку.

11. Перед ребенком на столе положите тарелку, на которой лежит кусочек апельсина, но она отодвинута на такое расстояние, что можно дотянуться до края тарелки, а не до апельсина. Ребенку нужно передвинуть тарелку к себе. Так как он не может этого сделать, станьте рядом и с ним и покажите, как это делается. Потом снова отодвиньте тарелку и посмотрите, усвоил ли ребенок ваш урок.

12. Привяжите веревки к различным игрушкам (машины, тележки, поезда и др.) и оставьте их на полу. Пусть ребенок таскает игрушки за собой, когда он ползает или ходит по комнате.

13. Начинайте учить малыша складывать игрушки в ящик. Каждый раз перед тем, как он ложится спать, скажите ему: "Помоги мне собрать игрушки". Показывайте пальцем на игрушку и говорите: "Возьми". Потом говорите: "Отнеси в ящик" - и показывайте на ящик, но не настаивайте, если малыш сопротивляется – для него это не обязательно уборка, а только игра.

4. Речевое развитие

1. Малыш уже может повторять услышанные им слоги или простые слова. Научив его говорить, создавайте такие игровые ситуации, когда повторение сказанного вами слова приводило бы к желаемому для малыша эффекту. Когда вы вытираете его после купания, называйте при этом части тела: "Вот ножка, вынимай ножку, хорошая ножка", "Где ручка, вот ручка ...", "А вот живот", "А это спинка. Поглаживайте, щекочет, целуйте ... При одевании попросите его вам помогать: "Давай ножку", "Протяни ручку", "Подними головку".

2. Держа ребенка на руках, спросите у него: "А где у Коли носик?". Возьмите в руки его пальчик, дотроньтесь ним к его носу и скажите: "Вот носик". Затем спросите: "А где у мамы носик?". Дотроньтесь его пальцем до своего носа, говоря: "Вот мамин носик". Прodelайте то же самое относительно рта, глаз, лба. Повторяйте это много раз - до тех пор, пока ребенок не начнет самостоятельно показывать пальцем свой и ваш нос, рот. Когда он уже изучит эту игру, поиграйте в нее перед зеркалом.

3. Играя с ребенком, просите его выполнить простые, уже известные действия: возьми, положи, дай, покажи, брось, иди сюда, подкати, надень. Если он не реагирует на просьбу, сопровождайте слова движением. Если и это не помогает, покажите ребенку, какой эффект вы хотите, чтобы он выполнил, или помогите ребенку сделать то, что вы требуете.

4. Говорите слова "дай", "покажи", "возьми" по отношению к разным предметам домашнего обихода и игрушек. Во время еды положите перед ребенком несколько разных кусочков пищи, например, печенье, пшеничную муку, хлеб, яблоко и др. Скажите: "Возьми хлеб". Если ребенок возьмет не то, что вы попросили, поправьте его. Аналогичным образом разложите перед ним несколько игрушек и поочередно просите у него разные предметы. Чтобы ему было интересно, составьте определенный сценарий игры с использованием тех предметов, которые вы получили от ребенка. Например, сначала попросите машину, затем попросите куклу, которую вы хотите катать в машине. Затем попросите мишку, чтобы он убежал от машины, которая будет пытаться на него наехать.

5. Если малыш еще не выполняет действия типа "дай", "возьми", попробуйте другим способом выяснить, понимает ли он названия предметов и игрушек. Спрашивайте его, где данный предмет, и следите за тем, куда он направит свой взгляд. Если он посмотрит на тот предмет, который вы назвали, хвалите его.

6. Рассматривайте с малышом книжки с изображением игрушек, кошек, собачек, обычных предметов. Попросите его показать пальчиком тот или иной объект. Хвалите его, если он это сделает. Сами показывайте пальцем названные вами предметы или существа. Указывая на собаку или кошку, изображайте, как они "говорят" ("Это кошка, она говорит: "Мяу").

7. Если в комнате находится еще кто-то из членов семьи, попросите ребенка его показать: "Где папа? Покажи папу". Если ребенок ходит и находится в данный момент на полу, скажите ему: "Иди к папе (бабе, деду)". Пусть тот, к кому ребенок пошел, радостно его встретит!

8. Научите малыша качать головой, выражая таким образом "Нет", "Не хочу", "Не надо". Попросите кого-то и из членов семьи предложить ему и вам ту пищу, которую он наверняка не захочет есть. Говорите: "Нет, нет, не хочу" - и качает головой.

9. Используйте такой подход для обучения ребенка кивать головой в значении "Да". Пусть кто-то спросит вас и ребенка: "Хочешь пирожок?" (или нечто иное, что малыш любит). Кивайте головой и говорите "Да, да".

10. Постарайтесь придумать ситуации, которые позволили бы ребенку начать понимать повторяющееся ним слово, связывать его с определенным объектом или событием. Например, скажите ребенку: "Давай звать папу". Пусть отец обернется на ваш призыв, улыбнется вам и ребенку и снова отвернется. В ответ на сказанное ребенком "папа", попросите отца реагировать значительно активнее: подойти к ребенку, поговорить с ним, поласкать. То же можно сделать и с участием других родственников.

5. Сенсорно-творческое развитие

1. Предложите ребенку играть разными моторными игрушками (кузнечики, птички, бабочки, кузнецы).

2. Предложите ребенку поиграть различными народными игрушками: тархтелка, свисток, погремушка. Ребенок будет активно реагировать на звуки, цвет и т.п.

3. Покажите ребенку, как играть с ожерельем. Ребенок будет его с интересом рассматривать, обращать внимание на цвет, форму, фактуру, движения; будет обследовать прикосновением пальчиков и языком, испытать на прочность.

4. Играйте с ребенком в народные пантомимические игры "Гули-гули", "Коза рогатая", "Кую-кую сапожок", "Где ты?", "Ку-ку".

5. Танцуйте (двигайтесь) вместе с ребенком при прослушивании музыки разного ритма.

6. Дайте ребенку возможность самостоятельно поиграть на музыкальных инструментах.

7. Предлагайте ребенку манипулировать кисточкой или мелом.