

**ИКБ им. Куваевых**  
**Детская поликлиника № 8**  
**Отделение медицинской реабилитации**

**Программа развития ребенка второго года жизни**  
**(1 год-1 год 6 мес.)**

1. Физическое развитие

1. Мяч (фитбол, большой, маленький, для настольного тенниса) - очень полезная игрушка для развития мелкой моторики и социального взаимодействия. Игры: катайте мяч поочередно; бросайте, а ребенок будет приносить; толкайте мяч ногами; держите равновесие, сидя на мяче; качайтесь на животе (и на спине) на фитболе; бросайте мяч об стенку, когда будет отскакивать - старайтесь поймать двумя руками (вместе с ребенком).

2. Играйте с ребенком в игру "догони". Ничего, что малыш еще не очень хорошо ходит - удерживайте его, а затем отпустите, чтобы он немного от вас оторвался, затем его "догоняют", и начинается веселая суматоха.

3. Если ребенок начал что-то есть сам - поощряйте это независимо от того, руками он ест или ложкой. Главное, чтобы получал удовольствие от еды.

4. Кормите ребенка за семейным столом. Если семья не может собраться за завтраком или обедом - пригласите пообедать с малышом любимого медвежонка. Пусть малыш покормит вас, мишку, а заодно и себя.

5. В ванной познакомьте малыша со всеми предметами: "Здравствуй, меня зовут Мыльце, я помою твои ручки", "Будь здоров, меня зовут Полотенце. Я вытираю твое личико". Малышу будет легче смириться с не очень-то приятными процедурами.

6. Если вы видите, что ребенок начал на себя надевать одежду (ботинки, носки или шапку), радостно присоединяйтесь к этому занятию. Не важно, нужно это или нет - отнеситесь к этому занятию, как к игре. Заодно оденьте и медвежонка, и маму. Тренировка поможет малышу лучше справляться с этим непростым делом, а радость игры с мамой может предотвратить такие обычные для этого возраста бегства малыша от торопящейся мамы, которая пытается его одеть.

7. Если мама решила, что малыша уже пора приучать к горшку, пусть это сначала будет веселой игрой с куклой или нашим старым знакомым мишкой. Мама высаживает на горшок друзей своего малыша и очень радуется. Пусть это же делает и сам ребенок. Очень скоро малыш и сам захочет, чтобы мама порадовалась и его собственным успехам.

8. Когда малыш сидит на горшке, не торопите его, пусть сидит, смотрит книжки или мажет кремом голые колени. Главное для малыша - почувствовать себя комфортно на горшке. Громко радуйтесь, когда горшок удалось использовать по назначению.

## 2. Эмоционально-социальное развитие

1. Производите ритуал заключения дня перед сном на ночь. Выберите мягкую игрушку (мишку, зайку или собачку), которую вы положите спать вместе с ребенком. Пожелайте "спокойной ночи" игрушке, а потом своему малышу, укройте их и идите из детской комнаты. Можно ввести в ритуал и чтение книги (книгу, уходя, тоже можно оставить в кровати). Важно, чтобы ритуал отхода ко сну был постоянным и ожидаемым ребенком, тогда он не будет капризничать и плакать, когда мама или папа отойдут от его кровати.

2. Кроме произведенного ритуала, важно соблюдать и время, когда ребенок ложится спать. Для малыша даже один час - очень большой срок. И если взрослые "опаздывают" с укладыванием или пытаются сделать это слишком рано, малыш перестает "понимать", что происходит, и, как следствие, может хуже спать, стать беспокойным и капризным. Особо важным является соблюдение режима сна и процедур отхода ко сну для детей со склонностью к судорожным припадкам.

3. Если ребенку нужно от чего-то оторваться и уйти (из ванны, от игры, от вас - на ночь), играйте в "Пока": "Пока, телевизор!", "Пока, полотенце!", "Пока, тарелочка!", "Пока, машинка!", "Пока, папа!". Пусть ребенок прощается со всеми, а потом, снова встретив (например, утром), опять всех приветствует.

2. Любая разновидность прятков - очень полезно для тренировки умения прощаться и встречаться вновь. Но важно, чтобы было не очень трудно найти того, кто спрятался, или то, что спрятано. Прячьте конфетки в кармашки, папу за кресло, кубики в кастрюльки! Дети, которые умеют весело играть в прятки, легче расстаются с мамой, если ей нужно куда-то выйти, и смелее заводят новые знакомства.

3. Сделайте трубу из картона и покажите малышу, как в нее можно шептать и кричать, издавая разнообразные звуки. Пусть сначала послушает ваши, прижав ушко с другой стороны трубы, а потом вы - его, точно так же прижав ухо. Будет интересная "коммуникативная труба".

4. Начинайте пробовать "выводить малыша к людям". Для годовалого малыша и страшно, и интересно, и полезно иногда бывать, например, в магазине или в кафе. Это не просто для родителей: ведь малыш может с непривычки не очень "хорошо себя вести". Но хорошую услугу может оказать представление ситуации в виде игры. Например, на прогулке:

"Мишка (игрушка, которую вы взяли на прогулку) проголодался, пойдем, покормим его в кафе или в большом магазине", "Давай подкатимся/подъедем на коляске, я положу в тележку вещи, а ты будешь рулить и везти их". Возможно, малыш захочет трогать и рассматривать продукты, которые вы покупаете. А дома, вероятно, он захочет участвовать в разложении пакетиков и баночек на кухне. Позвольте ему это, объясняя и то, как называются разные вещи: "Это булочка", "Вот колбаска", "Где же наша морковка?". Годовалый малыш не сможет долго находиться в публичных местах, но несколько минут "общественной жизни" в день будут очень полезны для развития его коммуникативных способностей.

5. Если у вашего малыша есть возможность пообщаться со своим ровесником - никогда не отказывайте ему в этом. Взрослым, которые наблюдают за годовалыми малышами, кажется, что они вовсе не хотят играть друг с другом. Они ходят, не обращая друг на друга внимание, или толкают друг друга, или отбирают игрушки, или дергают друг друга за волосы. Но они хотят общаться. Просто не умеют. Позвольте им немного поиграть самим, а потом покажите, как еще можно. Катать друг к другу мячик или машинку; строить башню, поочередно ставя кубик на кубик; вместе прыгать, взявшись за руки с мамой; меняться игрушками, а потом - выпить чашку чая с печеньем за одним столом.

6. Позвольте малышу и его друзьям играть с большим картонным ящиком (как из-под телевизора). В этот ящик, лежащий на боку, можно положить несколько игрушек и показать ребенку, как ему можно спрятаться. У малыша будет домик. Когда он в него залезет, говорите: "До свидания! Пока!". Спрашивайте: "Кто-кто в домике живет?". И громко удивляйтесь и радуйтесь, когда малыш появляется из домика. Эта игра поможет ему понять, что он может оставлять маму, а затем к ней возвращаться. Об этом чувстве он вспомнит, когда утром пойдет в садик и будет ждать возвращения домой.

### 3. Познавательное развитие

1. Дайте ребенку несколько пустых коробок из-под сока, покажите, как поставить коробки друг на друга. То же самое сделайте с кубиками, с закрытыми стаканчиками из-под сметаны, с книгами. Одни башни будут более устойчивыми, другие - менее. Не беспокойтесь, если на первых порах ребенку больше понравится разрушать их, а не строить.

2. Так же, как и башни, стройте поезда. Друг за другом можно выстраивать в ряд не только кубики, но и машинки, и кукол - в очередь, и мамыны туфли, и журналы. Ребенок строит поезда или дороги, а мама может подсказать, как дальше использовать дорогу из журналов или куда поедет поезд из туфель.

3. Игра в машинки становится громче и разнообразнее. Машинки могут скрываться, гоняться друг за другом, ездить по папе, маме, самому малышу, мебели. Когда машинки скрываются – тихо гудят, когда гоняются - громко рычат моторами "др-др-ррр!" или "дж-ж-ж!", а также сталкиваются и падают "ба-бах!". А когда машины ездят по мебели и частям тела, сообщаем малышу, как все это называется "Ура, мы заехали на стол!", "А сейчас - по серванту ...", " Это - папина спина, это - папина нога".

4. Играть с куклой или мягкой игрушкой нужно начинать маме. Малыш очень полюбит эту игру, но начать он ее пока не может. Мама качает куклу, показывает, как она ее жалеет, укладывает спать, говорит ее голосом: "Привет! Давай мыть руки (и т.п.)...", а затем предлагает малышу сделать то же самое, помогает ему. Скоро малыш научится быть мамой своему мишке, а мишка станет для него утешителем, когда мамы нет рядом.

5. Начиная обучать ребенка чему-то новому, предлагая новую пищу или новую одежду, проигрывайте новые обстоятельства с помощью любимой куклы, уговаривая ее и отвечая ее голосом. Ребенку будет гораздо легче присоединиться к другу, чем проходить новый путь самому.

6. Среди игрушек годовалого малыша могут появиться простейшие головоломки - это так называемые ящики Монтессори или доски форм. Но можно их сделать и самим:

А) в крышке большой банки из-под растворимого кофе прорезается отверстие, в которое как раз проходит кубик или теннисный шарик (а к концу года - можно два разных по размеру отверстия в одной крышке). Мама показывает малышу, как повернуть кубик, чтобы он упал в банку. Пусть он тренируется бросать кубики и шарики в такое ведерко с крышкой.

Б) в крышке маленькой кофейной банки сделайте несколько отверстий, в которые малыш сможет вставлять карандаши. Вытаскивать и снова вставлять. Эта головоломка не так уж и проста для малыша. Радуйтесь и хвалите его, когда у него получится! И, конечно, помогайте, направляя его руку.

В) возьмите две бутылки с отверстиями разного диаметра и разного размера пуговицы, куколки из "киндер - сюрприза" или другие маленькие предметы, такие, чтобы одни входили в одну бутылку, а другие - в другую. Покажите малышу, как интересно и весело раскладывать их по бутылкам. Начинайте сортировать.

#### 4. Речевое развитие

1. Рассказывайте малышу короткие стишки - занятия со звуками, которые он уже активно использует. Очень много существует потешек, прибауток и детских стихов. Можно использовать те, которые вы слышали от

своих мам и бабушек, можно придумывать свои. Главное - создавать для малыша ситуацию, когда он произносит последние склады ритмичного стихотворения вместе с вами.

2. Кроме внятной и четкой родной речи, используйте в играх детские "слова", которые озвучивают происходящее вокруг. Покажите, что машинка едет "бр-р-р", мячик скачет "оп, оп!", кубик упал "бух!", малыш идет "топ, топ, топ!", паровозик "ту-ту-ту!", трактор "др-др-др!", пистолет стреляет "бах!" и др. Научите малыша озвучивать все свои игры.

3. Пойте детские простые песенки, мелодичные настолько, чтобы ребенок мог присоединиться к вам и говорить нараспев "а-а-а!" в такт вашей песенке.

4. Не приставайте часто к ребенку с требованиями типа: "Скажи мама", "Скажи: дай". Чтобы малыш больше говорил, попытайтесь не "понимать" его. Например: ребенок говорит: "Би-би". Мама знает, что "би-би" - это машинка на полке с игрушками. Но она не "знает", что малыш хочет поиграть с машинкой или поговорить о ней. И мама говорит: "Да, би-би, машинка на полке" - и смотрит на малыша. Тот начинает ерзать и хныкать: "У, у!". Мама: "А, ты хочешь, чтобы я дала тебе машинку би-би! Дай-дай?". Малыш, соглашаясь, говорит: "Би-би!". Вот какой долгий разговор, который бы не вышел, если бы мама сразу все поняла.

5. Просите ребенка о помощи, например, что-то принести из другого конца комнаты, а потом и из соседней комнаты. Конечно, это должен быть предмет, который ребенок видел, трогал и слышал о нем раньше. Проще всего начать с игрушек, но постепенно расширяйте диапазон своих просьб.

6. Играйте в игры с выбором: положите перед ребенком две (а потом три) вещи (игрушки, одежда, предметы для рисования, посуда и др.) и попросите малыша дать вам один из них, назвав ее. Таким образом, он будет учиться и новым словам, и решению проблем выбора.

### 5. Сенсорно-творческое развитие

1. Рассматривайте иллюстрации, рисунки, произведения народного декоративного искусства. Дайте возможность ребенку рассматривать и обследовать прикосновением пальчиков различные по цвету и фактуре игрушки, испытать их на звучание и прочность.

2. Слушайте народную музыку и песни, колыбельные, звуки музыкальных инструментов. Предлагайте отгадать, какой инструмент звучит (гитара, барабан, пианино или дудочки).

3. Танцуйте вместе с ребенком во время звучания музыки.

4. Читайте книги и поддерживайте желание повторять звуки и слова, различает характерную тональность голоса при чтении. Побуждайте ребенка к бережному обращению с книгой.

5. Рисуйте вместе с ребенком карандашами, красками, мелом. Ознакомьте его с приемами работы с карандашом, кисточкой, мелом.