

лариса  
суркова

@larangsovet

# РАСТЁМ  
И ИГРАЕМ  
С МАЛЫШОМ  
от 1 до 3 лет

развитие  
и воспитание  
каждый  
день



Лариса Суркова

**Растем и играем с малышом  
от 1 до 3 лет. Развитие и  
воспитание каждый день**

«АСТ»

2017

УДК 159.9  
ББК 88.5

**Суркова Л.**

Растем и играем с малышом от 1 до 3 лет. Развитие и воспитание каждый день / Л. Суркова — «АСТ», 2017

ISBN 978-5-17-093790-5

Вашей крохе уже годик – и каждый день дарит ему новые открытия и удивительные знания! Но как сбалансировано подойти к развитию вашего малыша, одновременно обучая, воспитывая и даря любовь? В своей новой книге Лариса Суркова перешла к абсолютно иному формату подачи материала: каждый день – это задание-совет, направленный на развитие навыков мелкой моторики, изучение окружающего мира или избавление от назойливых детских привычек. В понедельник вы играете на свежем воздухе, укрепляя здоровье ребенка, а в среду – вдумчиво анализируете его дневной сон. Попробуйте построить свою четкую систему воспитания малыша, основываясь на опыте и профессионализме автора!

УДК 159.9  
ББК 88.5

ISBN 978-5-17-093790-5

© Суркова Л., 2017  
© АСТ, 2017

## Содержание

Январь	6
1-я неделя. Ура! Новогодние каникулы!	6
2-я неделя. Переселяем малыша в отдельную кроватку	8
3-я неделя. Наблюдаем за природой: зима	10
4-я неделя. Боремся с гаджетами (31 января – Международный день без Интернета)	13
Февраль	15
5-я неделя. Играем с водой	15
6-я неделя. Шкодничество	17
7-я неделя. Изучаем цвета	19
8-я неделя. Воспитываем мальчика	21
Март	24
9-я неделя. Боремся с детскими страхами	24
10-я неделя. Готовимся к 8 марта. Делаем красивые открытки	26
11-я неделя. Приучаем к горшку	29
12-я неделя. Изучаем геометрические фигуры и формы	31
13-я неделя. Неделя театра (27 марта – Всемирный день театра)	34
Конец ознакомительного фрагмента.	35

# Лариса Суркова

## Растем и играем с малышом от 1 до 3 лет. Развитие и воспитание каждый день

*Ваш ребенок – личность с первых дней своей жизни.  
Взаиморезание – залог хороших отношений и качественного  
взаимовоспитания.*

*Лариса Суркова*

© Суркова Л.

© ООО «Издательство АСТ»

## Январь

### 1-я неделя. Ура! Новогодние каникулы!



Новогодние и рождественские праздники – это время, когда семья собирается вместе. И чтобы не провести все каникулы перед телевизором, стоит заранее составить программу досуга. Совсем не обязательно иметь четкое расписание семейных развлечений, распечатывать его и вешать на стену. Просто продумайте заранее, что любит ваш ребенок, от каких мероприятий не откажется папа, узнайте расписание новогодних елок и спектаклей в ближайшем театре и действуйте по настроению! Будет замечательно, если различные виды активности на свежем воздухе (катание на коньках, лыжах, санках) будут сочетаться со спокойным домашним времяпрепровождением. Ведь лучший отдых – это смена деятельности. При этом помните, что для малыша важен режим. Он должен выспаться и иметь возможность перекусить чем-нибудь вкусненьким и полезным даже в круговерти праздничных дней.

#### Понедельник

Сделайте то, о чем давно мечтали, но до чего никак не доходили руки. Поставьте домашний спектакль или навестите родственников и друзей, которые далеко живут. Главное – всей семьей!

#### Вторник

Как можно больше времени проведите на свежем воздухе. Если есть возможность, отправьтесь за город, на дачу. Прогуляйтесь в парке, лесу, покатайтесь на лыжах, коньках, санках, ватрушках. Постарайтесь провести на улице всю светлую часть дня. Ведь когда закончатся выходные и вы с супругом (или один из вас) выйдете на работу, погулять всем

вместе уже не получится. Между тем детям прогулки необходимы, а уж если они проходят в компании родителей – это еще и весело!

### **Среда**

Если вам интересен культурный отдых, то сходите в театр, на елку, в музей. Совсем маленькие детишки будут в восторге от зоопарка. Сейчас много «контактных» питомников, где можно погладить козочку или подержать на руках кролика.

### **Четверг**

Устройте день рождественских подарков, но пусть они будут сделаны своими руками. За пару дней до праздника организуйте дома волшебную мастерскую. Купите книгу о поделках и мастерите вместе с детьми! Сделайте витраж, нарисуйте картину на дереве или на холсте, вырезайте фигурки и клейте аппликации.

### **Пятница**

Организируйте праздник прямо во дворе! Так вы и поиграете, и погуляете. Нарядите елку, поиграйте в ручеек и другие активные игры, чтобы не замерзнуть. Поверьте, такая веселая прогулка понравится и детям, и взрослым. Заодно и соседей своих поближе узнаете.

### **Суббота**

Хорошая идея устроить «День вкуснятины». Например, папа мог бы освободить маму от кулинарных обязанностей и сам приготовить с детьми простые и вкусные блюда. Также можно всем вместе испечь печенье: позвольте детям измазаться в муке, в тесте, вылепить неровные фигурки. Главное, чтобы они делали все самостоятельно!

### **Воскресенье**

Устройте домашний детский праздник или маскарад – будет весело и детям, и взрослым! Позовите друзей, соседей, отрепетируйте представление, нарядитесь в костюмы, поиграйте в сказку, приготовьте угощение и соберитесь в конце вечера за одним большим столом.

## 2-я неделя. Переселяем малыша в отдельную кроватку



Чтобы решить вопрос об укладывании ребенка в свою постель, я предлагаю использовать метод постановки целей. Продумайте, что для вас важно. Зачем вы решили переложить ребенка в отдельную кровать? Чтобы выспаться самой, вести нормальную половую жизнь, потому что вскоре должен родиться еще один малыш, или потому что ребенок уже вырос и пора? А быть может, потому что бабушка и все окружающие стыдят вас и говорят, что вы «плохая мать»? Определите свою мотивацию, найдите истинную, то есть ту, которая продиктована интересами вашими и вашего ребенка, а не «доброй тети». Ставьте долгосрочные цели. Применительно к нашему вопросу это может быть: «Через три месяца ребенок спит у себя в комнате всю ночь». Вполне реальный срок! При этом разбейте путь к достижению цели на несколько шагов, детально продумайте каждый шаг и пропишите на бумаге. Поверьте, это настроит мозг на нужный лад и поможет вам идти к намеченной цели.

### Понедельник

Перед тем как переводить малыша спать в свою кроватку, вам следует все тщательно спланировать. Подготовьте кроватку, новую пижаму и постельное белье с изображением любимых героев вашего ребенка, ночник. Купите новую «сонную» игрушку. Это может быть мишка, кукла или трактор – не имеет значения. Вручите ее ребенку именно перед первым засыпанием в своей кровати.

### Вторник

Итак, первое укладывание отдельно. Вечером после ванны садимся около ребенка, даем ему «сонную» игрушку и, рассказывая сказку про чудесного мальчика или девочку, которые спали в своей кроватке, поглаживаем ребенку спинку до полного засыпания.

## **Среда**

Ребенок понял, в чем дело, и плачет, не желая засыпать в своей кровати? Может быть, он просит пить, писать, кушать? Не обращаем внимания, читаем книжку, рассказываем «сонную» сказку, гладим спинку.

## **Четверг**

Делаем вместе с ребенком календарь «Молодец, ты здорово спишь один в своей кровати!», красиво оформляем его и вешаем на стену. Каждое утро в виде поощрения за самостоятельный сон наклеиваем в клеточку наклейку.

## **Пятница**

Записывайте победы! Они бывают каждый день. Малыш пролежал в кровати до 4 часов ночи? Ура! Ведь еще вчера он не мог этого сделать! Ребенок проспал впервые всю ночь? Здорово! Запишите это и позвольте ему и себе съесть кусочек торта. Победа в сражении строится из мини-достижений.

## **Суббота**

Это нормально, что дети противятся сну. Днем так интересно, а спать скучно и непонятно зачем. Переход от активного бодрствования ко сну нужно сделать плавным. Проговорите последовательность действий. Чем ближе время ко сну, тем меньше должно быть света, шума, семейной активности. Ритуал меняется по ходу развития малыша, но всегда это три-четыре последовательных действия, которые увлекают, но не разыгрывают, расслабляют, плавно подводят ко сну, насыщают маминой любовью и заботой.

## **Воскресенье**

Выдайте ребенку первую медаль «За отличный сон всю неделю», которую можно обменять на приз в магазине.

Помните, что «переезд» в собственную кровать – это все же стресс для ребенка. Поэтому не надо его сочетать с другими волнительными моментами, например, с началом посещения детского сада или рождением младшего ребенка. Между этими важными событиями должно пройти два-три месяца.

## 3-я неделя. Наблюдаем за природой: зима



Январь – самый холодный зимний месяц. Но именно сейчас можно показать ребенку настоящую зиму: лес тонет в сугробах, мороз рисует узоры на стекле, нахохлившиеся снегири расселись на ветках рябины – как много интересного вокруг! Каждый день на прогулке наблюдайте за природой, отправляйтесь в ближайший лес, парк или сквер, подальше от дорог и машин. Вдруг вам посчастливится встретить юркую белочку – сколько эмоций будет у ребенка! Все увиденное на прогулке можно закрепить дома: лепите, мастерите, рисуйте. Долгие зимние вечера как будто созданы для творчества и тихих игр.

### Понедельник

Что же происходит с травой и цветами зимой? Интересно, как на этот вопрос ответит ребенок. Раскопайте снег и покажите малышу, как зимуют растения. Рассмотрите деревья и кустарники в парке, найдите уже знакомую малышу елочку.

### Вторник

Расскажите ребенку, что делают зимой звери: медведь спит в берлоге, белочка тоже большую часть дня спит, просыпаясь лишь для того, чтобы подкрепиться. Осенние запасы очень выручают ее. Зайцы меняют свою серую шубку на белую, так они маскируются от хищников – волка и лисицы. Рассказывать о повадках жителей зимнего леса можно бесконечно!

### Среда

Покажите малышу, как прыгает зайчик или как ходит вперевалочку медведь. Какие следы они оставляют? Разучите с ребенком следующее подвижное упражнение на стихи

Ирины Токмаковой. Выполняйте его утром в качестве зарядки, а еще оно поможет вам согреться на улице.

**Как на горке – снег, снег,**  
(ребенок медленно поднимает руки вверх)  
**И под горкой снег, снег,**  
(медленно приседает, опускает руки)  
**И на елке – снег, снег,**  
(вновь встает и поднимает руки)  
**И под елкой снег, снег.**  
(приседает и опускает руки)  
**А под снегом спит медведь.**  
(На цыпочках бежит по кругу,  
держа руки на поясе.)  
**Тише, тише... Не шуметь!**  
(Грозит пальчиком или делает «Тссс!»,  
приложив палец к губам.)

### **Четверг**

Понаблюдайте за птицами, которые остались на зимовку: что они едят, как себя ведут. Расскажите ребенку, что им холодно и голодно, и предложите насыпать пшено в кормушки во дворе и парке. Или смастерите свою кормушку и повесьте ее за окном или в ближайшем сквере.

### **Пятница**

В морозный день привлеките внимание ребенка к снежному убранству деревьев, рассмотрите вместе с ним иней, лед, сковавший водоемы, потрогайте рассыпчатый снег. В теплую погоду покажите, что снег становится рыхлым, побросайте снежки. Можно слепить снежную бабу, маленьких зверушек. Поговорите о «зимних» ощущениях: мороз щиплет щеки, изо рта идет пар, от дыхания на шарфе может появиться иней и так далее.

### **Суббота**

Хорошая идея – «законсервировать» зиму! Для этого достаточно взять любую стеклянную банку и собрать в нее все, с чем ассоциируется у вас зима и что вы нашли на прогулках. Конечно, сохранить снег будет сложно (хотя благодаря морозильной камере вполне возможно), а вот шишки, еловые веточки, мандариновые корочки и кусочки серпантина, напоминающие о новогодних праздниках, будут замечательно смотреться вместе и напоминать об этом времени года.

### **Воскресенье**

И конечно, запечатлеть зимние пейзажи и все ваши наблюдения можно с помощью фотоаппарата. Не поленитесь в хорошую погоду, когда светит солнце и искрится снег, взять с собой на улицу фототехнику, либо сделайте снимки на телефон. Пусть ребенок поваляется

в пушистом снегу, сделает снежного ангела, встанет рядом с огромным снеговиком – идей для фото множество! Такая зимняя фотосессия станет не только веселым развлечением, но и сохранит счастливые зимние моменты на долгие года.

## **4-я неделя. Боремся с гаджетами (31 января – Международный день без Интернета)**



Многих родителей волнует вопрос, как отучить ребенка от компьютера (или планшета). Давая ребенку гаджет, мы преследуем собственные цели: посидеть в тишине десять минут, спокойно поесть или пообщаться в соцсетях. Годовалый ребенок прекрасно обойдется без интерактивной азбуки, трехлетний – без различных игр, а уж компьютер не нужен, по крайней мере, до первого класса. Для развития малыша гораздо полезнее играть, гулять, быть с родителями и читать книги. Но если сами родители не расстанутся с гаджетами, то чего ждать от ребенка? Как же выправить ситуацию и не довести дело до компьютерной зависимости?

### **Понедельник**

Если вы даете ребенку гаджеты, делайте это дозированно! Отныне начните ограничивать время их использования. Купите будильник, объясните ребенку, сколько времени можно играть на планшете, чтобы не заболели глазки, и когда следует выключить его и заняться другими игрушками.

### **Вторник**

Активно используйте свободное время: займитесь спортом, творчеством, отправьтесь в поездку. Вы должны загрузить ребенка новыми впечатлениями, чтобы у него не появилось желания сесть за планшет.

### **Среда**

Не берите планшет, отправляясь в кафе или парк. Ребенок должен уметь отдыхать иначе. Помните: у него образное мышление, ему очень важны новые картинки. Именно картинки будоражат его воображение и развивают!

### **Четверг**

Не делайте компьютер или планшет средством поощрения. Положительная обратная связь должна идти от человека, а не от машины!

### **Пятница**

Чтобы технику изжить, ее надо сломать. Это значит, что не играет никто! Это экстремальный метод, но он действует на ребенка в любом возрасте.

### **Суббота**

Чтобы ребенок не вспоминал о планшете, увлеките его интересными играми – как активными, так и спокойными. Играйте в сюжетно-ролевые игры (дочки-матери, магазин), больше рисуйте, лепите, занимайтесь с кинетическим песком, стройте дома и башни из конструктора, показывайте кукольный театр – у планшета огромная конкуренция!

### **Воскресенье**

Еще один вариант отвлечь ребенка от планшета – занять его домашними делами. Идете на кухню готовить ужин? Позовите его с собой: пусть чистит вареные овощи или расставляет тарелки. Малыш может вытирать пыль, мыть посуду, некоторые очень любят пылесосить. Ребенка можно увлечь массой полезных вещей! Главное в этом – ваше желание!

## Февраль

### 5-я неделя. Играем с водой



Все дети любят играть с водой! Для этого необязательно ждать теплых летних деньков и поездки на море. Начать интересные эксперименты можно дома.

#### Понедельник

Покажите ребенку, какими свойствами обладает вода: она льется, то есть она жидкая. Пусть ребенок выльет немного воды, а потом соберет ее тряпочкой или губкой. Можно налить в баночки воду разной температуры и попросить ребенка опустить в них пальчик, чтобы ощутить разницу. Посмотрите через прозрачный сосуд с водой – вода прозрачная, чистая. А теперь налейте в стакан молоко или макните в воду кисточку с краской – через непрозрачную жидкость ничего не видно. Вода не имеет запаха – понюхайте воду вместе с ребенком и сравните ее, например, с компотом. Экспериментировать с водой можно бесконечно!

#### Вторник

Предложите ребенку такую игру: возьмите два стакана, наполните один из них водой. Теперь малыш должен с помощью ложки переместить воду в пустой стакан. Позвольте ребенку самому понять, какой ложкой ему будет удобнее это делать – чайной или столовой. Также можно вылавливать ложкой и перекладывать из одной емкости в другую легкие шарики от пинг-понга.

## **Среда**

Поиграйте в дождик с помощью лейки. Малыш может полить игрушки или комнатные растения. После того как «дождик» закончится, дайте ребенку полотенце, чтобы он вытер промокших кукол.

## **Четверг**

Игра «Плавает или тонет» наверняка понравится маленькому исследователю. Наполните таз с водой и подготовьте различные предметы (камешки, пуговицы, перья, лоскутки ткани, палочки, кубики и так далее). Пусть ребенок опускает их по очереди в воду, наблюдая, что плавает, а что тонет. Объясните малышу, почему так происходит.

## **Пятница**

Проведите эксперимент с пеной: ее можно взбить в тазике с помощью венчика, либо устроить настоящую пенную вечеринку! Капните на губку пены для ванной и дайте ребенку самому опустить ее в воду. Несколько нажатий – и вот уже появились пузыри!

## **Суббота**

Устройте игрушкам банный день. Пусть малыш сам орудует мочалкой или губкой, а вы в это время называйте части тела игрушки, которые он будет мыть.

## **Воскресенье**

Пускать кораблики можно не только в весенних ручейках. Флотилия легко поместится в обыкновенном тазике. Ребенок сможет управлять ею, подув на кораблики. Можно заменить фрегаты мелкими суденышками из небольших кусочков бумаги.

## 6-я неделя. Шкодничество



Ребенок по природе своей ничего не сделает вам назло. Нет у него такой потребности. То, что для родителей шкодничество, для детей – способ изучения мира. Например, ребенок льет воду на диван – ему это очень интересно, особенно в первый раз. А если это вызывает бурную реакцию у мамы, то становится еще интереснее. Помните: все, что дети делают (и будут делать еще долго, вплоть до подросткового возраста), они делают с целью получения обратной связи. Какой она будет, им, в принципе, все равно. Вы можете похвалить, а можете накричать, но и то и другое – реакция, которая воспринимается ребенком как «Я есть, и я управляю этим человеком (да и миром заодно)». Разберем действия мамы в ситуациях, подобных поливанию водой «бедного дивана».

### Понедельник

Начните с четкой и конкретной детализации, что является абсолютным табу для вас и вашей семьи. Очень важно, чтобы этих «нельзя» было строго ограниченное количество. В возрасте полутора-двух лет речь идет о пяти-семи абсолютных запретах. Приоритеты у каждого свои: в одной семье нельзя есть кошачий корм, в другой – ходить по дивану. Но самые важные – это, конечно, запреты, связанные с безопасностью, и они одинаковы для всех (нельзя трогать горячее на плите, брать ножи, открывать окна). Есть другая категория запретов – «можно, но вместе с мамой». Например, корм коту можно сыпать вместе с мамой, воткнуть пылесос в розетку и потом пылесосить тоже только вместе.

### Вторник

Ребенок очень четко понимает привязку действий к месту. Лить воду на диван – это очень интересно! Она впитывается, исчезает, в этом есть некая магия, которую дети обожают. Просто говорить «Иди в ванну и играй там» ребенку в возрасте до трех лет бесполезно. Это очень длинный и сложный для ребенка порядок действий. А вот в момент, когда вода уже льется на диван, нужно не ругаться, а подхватить малыша, унести в ванну, положить там

полотенце или губку и разрешить лить воду туда! В результате и желание открытий будет удовлетворено, и диван останется цел.

### **Среда**

Говорите четко и конкретно! Основной принцип – фраза, смысл которой вы хотите донести ребенку, должна состоять из трех-четырех слов. Откажитесь от отрицаний и частички «не». Старайтесь расширять словарный запас запретных слов: «нельзя», «опасно», «мокро», «грязно» и так далее.

### **Четверг**

Суть «я-сообщений» становится ясна детям ближе к трем годам. До этого возраста «я-сообщения» могут выглядеть так: «Я предлагаю лить воду в ванной» или «Я рада буду вместе с тобой лить воду в ванной» и так далее. Ваши чувства ребенку пока не понятны.

### **Пятница**

С детьми до трех лет можно обойтись без наказаний! Если у вас все же есть потребность наказать ребенка, то просто покажите ему серьезность своих намерений: что вы строги, что вам не нравится его поступок. Можно отойти от ребенка, сесть на расстоянии, понаблюдать за его действиями.

### **Суббота**

Лучший ответ на проказы – это отвлечение. Когда происходит что-то, что вас не устраивает, – отвлекайте ребенка, переключайте его внимание. Еще один вариант – удивить ребенка своей реакцией. Если обычно вы кричите, начните говорить шепотом. Шепот – это отличный метод! И вы успокоитесь, и ребенок будет вынужден включить слух, восприятие и мышление, чтобы вас услышать.

### **Воскресенье**

Шкодное поведение в девяност девяти случаях из ста возникает из потребности отвлечь маму от других дел. Проанализируйте поведение ребенка и сделайте выводы. С чего все началось? Где была мама, когда вода полилась на диван, – может, говорила по телефону? Или сидела в Интернете? Постарайтесь уделять ребенку внимание и делать домашние дела вместе с ним. Малышу всегда можно найти занятие рядом с вами, что бы вы ни делали.

## 7-я неделя. Изучаем цвета



Существует множество методов научить ребенка различать цвета: некоторые родители прибегают к помощи развивающей литературы, другие обращают внимание малыша на зеленый листочек или красную чашку, то есть показывают и проговаривают цвета в повседневной жизни. По-настоящему увлечь ребенка можно «цветными» играми. С их помощью он легко и быстро выучит всю палитру, разовьет свое цветовосприятие, да и время вы проведете весело!

### Понедельник

#### Игра «Бабочки на цветке»

Из цветной бумаги или картона вырежьте четыре больших цветка и четыре бабочки – синего, красного, желтого и зеленого цветов. Покажите их ребенку и скажите: «Вот красная бабочка полетела и села на красный цветок, а синяя летела-летела и прилетела на синий цветок». Потом пусть ребенок сам сажает бабочек на цветочки соответствующего цвета. Когда он поймет принцип, усложните задание: «Посади желтую бабочку на красный цветок» и так далее.

### Вторник

#### Игра «Маленький строитель»

Для этой игры надо вырезать из цветного картона четыре квадрата и четыре треугольника основных цветов. Сложите из деталей домики, при этом цвета крыши и основания у них не должен совпадать. Скажите: «Ой, строители перепутали крыши. Нужно сложить их правильно, по цвету!» Меняйте вместе с ребенком крыши на правильные и называйте цвет.

## Среда

### **Игра «Все цвета радуют»**

Пройдитесь с ребенком по квартире или по улице, указывая ему на предметы одного цвета. Можно посоревноваться, кто найдет больше предметов, например, желтого цвета.

## Четверг

### **Игра «Принеси одежду»**

Собираясь на прогулку, сложите одежду малыша в кучку на пол. Попросите малыша, чтобы он принес вам, например, синие штаны. Если он принес другой предмет одежды, скажите: «Спасибо, но ты принес желтую футболку, надевай ее и принеси синие штаны». Продолжайте, пока ребенок полностью не оденется, просить его приносить по одному предмету за раз, называя вещь и ее цвет. Можно усложнить игру, разложив одежду в разные места комнаты и попросив: «Принеси красную рубашку, она лежит на диване», и так далее.

## Пятница

### **Игра «Сортируем игрушки»**

Рассыпьте на полу игрушки разных цветов: кубики, машинки, детали от крупных конструкторов. Возьмите поднос и вместе с ребенком соберите на него игрушки определенного цвета. Можно устроить соревнование: кто соберет больше игрушек красного цвета, пока звонит будильник (играет песенка и так далее).

## Суббота

### **Игра «Светофор»**

Будет очень весело, если в игре будут участвовать несколько человек, поэтому позовите в команду папу, бабушку или других малышей. Сначала надо вырезать из картона три больших круга: красный, желтый и зеленый. Правила просты: когда горит красный свет, мы стоим на месте, желтый – прыгаем на одной ножке, зеленый – бегаем по кругу. Поочередно показывайте цвета и выполняйте команды вместе с ребенком. Можно усложнить игру – давать задание только голосом или, наоборот, только показывая определенный цвет. Потом можно предложить ребенку роль ведущего.

## Воскресенье

### **Игра «Чудо – радуга»**

Возьмите большой лист бумаги (лучше ватман) и нарисуйте на нем цветные дуги шириной несколько сантиметров – это будет наша радуга. На каждую дугу приклейте вместе с ребенком предметы соответствующего цвета: маленькие игрушки, бусины, комочки цветной бумаги, цветные перышки, пробки от пластиковых бутылок, кусочки ткани, красивые камушки – все, что попадется вам и малышу на глаза. Необязательно делать всю радугу сразу, можно выкладывать цвета постепенно. При этом не начинайте изучать новый цвет, пока ребенок хорошо не усвоит предыдущий. В итоге получится креативный коллаж, от которого ваш малыш будет в восторге!

## 8-я неделя. Воспитываем мальчика

(23 февраля – День защитника Отечества)



В преддверии Дня защитника Отечества хочется затронуть тему «Как воспитывать мальчика, чтобы из него вырос настоящий мужчина?». Отвечая на этот вопрос, мы пойдем от обратного и рассмотрим те фразы, которые было бы здорово исключить из жизни и которые не стоит говорить в присутствии вашего сына (или внука).

### Понедельник

Наверное, многие ждут, что первым будет выражение «Мальчики не плачут». Но внимание общественности к этой фразе в последние годы излишне. Безусловно, мальчикам надо давать право на проявление чувств. Но и перегибать тоже не стоит. Жалость – не есть любовь. Часто, недополучая именно любви, дети начинают выдумывать болячки, чтобы их пожалели, поцеловали, приласкали.

### Вторник

Проявляя любовь, не жалейте тактильных проявлений. Обычно, когда мальчик достигает пяти-семилетнего возраста, его неосознанно сажают на «ласковую диету», и в результате он вырастает в неласкового мужа и отца. Тем, что вы будете целовать, обнимать или гладить сына по голове, вы ему не навредите.

### Среда

Пусть под запретом будет фраза «Разбирайся сам!». Даже если ему десять лет, он еще ребенок. И чтобы научиться разбираться самому, он должен брать с кого-то пример. Это возможно только с вашей помощью, когда образцом для него будете именно вы. Будет здорово, если вы научите ребенка различным способам решения проблем.

## Четверг

Исключите фразу «Ты уже большой», если ребенку три года, а его брату или сестре еще два. Ох как много проблем у детей-погодков из-за этой фразы! А ведь маленькие оба. У погодков, как и у близнецов, нет «большого и маленького» – это аксиома.

## Пятница

«Девочек не обижают, девочкам уступают» – и мальчики четырех-пяти лет мечтают стать девочками. При этом у них все хорошо с ориентацией, просто позиция девочек преподносится родителями как более выгодная. Лучше говорите мальчику: «Нельзя обижать слабых» или «Девочкам надо помогать, дарить цветы». Главное, нужно, чтобы мама сама была «девочкой»: папа должен заботиться о ней и носить ей вместе с сыном завтраки в постель, а не кричать на нее или, еще хуже, поднимать руку. Необходимо, чтобы сыну и в три года давали помогать маме, пусть даже донести батон хлеба, подержать дверь, подать руку. Тогда у вас вырастет мужчина! Ведь для мальчиков решающее значение имеет пример перед глазами.

## Суббота

Как и при мальчиках, так и при девочках родителям нельзя ругаться! И не ради создания «розового мира». Дети боятся ссор, ощущают себя в них виноватыми и пытаются принять позицию одного из родителей. Поэтому, если у вас есть необходимость выяснить отношения, то уединитесь. По тем же причинам избегайте фраз:

**«Ты весь в своего отца (мать)»** (в оскорбительном контексте).

**«Твой отец (мать) всю жизнь мне испортил(-а)».**

**«Я с ним (с ней) мучаюсь только ради тебя».**

**«Ну вот и иди к своей мамочке (папочке), а ко мне не подходи».**

Во всех этих фразах вы перекладываете вину за ваши отношения с супругом на ребенка, а это в корне неверно и может травмировать малыша. Помните, что ребенок любит вас обоих.

## Воскресенье

Не говорите плохо о бабушках и дедушках. Часто родители жалуются, что ребенок кричит и не хочет оставаться с бабушкой. А потом оказывается, что мама, думая, что ее малыш в три года ничего не понимает, ругала свекровь последними словами.

## Мои шаги в воспитании мальчика

Blank lined writing area consisting of 20 horizontal lines.



## Март

### 9-я неделя. Боремся с детскими страхами



«Ой, боюсь!» – как часто мы слышим это от своих детей. Бояться они могут чего угодно: летающих насекомых, ползающих червяков, собак, кошек, машин, высоты, тишины, темноты – список бесконечный. Что же делать с детскими страхами?

#### Понедельник

Проведите воспитательные беседы с родственниками. Искореняйте бабаек, запирания в темной комнате и крики «Не ходи, там темно и страшно!».

#### Вторник

При встрече с опасностью или неопределенностью, например, в мультиках, проговаривайте это. Гусеницы в «Лунтике» – это не пример вселенского зла, это просто плохо воспитанные червяки, и в жизни таких не бывает, это сказка, выдумка. Покажите ребенку гусеницу хотя бы в банке: она не разговаривает, не кричит и не дерется. Старайтесь таким образом разбирать любую встречу с опасностью.

#### Среда

Сочиняйте сказки про страхи ребенка. Если у самих не получается, воспользуйтесь готовыми книжками из серии «Сказки про...».

## **Четверг**

Пусть ребенок нарисует свой страх. Помогите ему в этом. Обсудите рисунок и потом торжественно уничтожьте его, показывая ребенку конечность и уязвимость страха. Или же дорисуйте ужасному монстру розовый бантик – он превратится в смешного и безобидного персонажа. Страхи можно также лепить из пластилина, вырезать из цветной бумаги и делать аппликации.

## **Пятница**

Всем известная и с детства любимая игра «Прятки» – отличное средство для преодоления страха темноты, замкнутого пространства и чувства одиночества. Для достижения лучшего результата позвольте ребенку быть ведущим. Заранее обговорите те места, где прятаться нельзя, после чего погасите верхний свет, оставив лишь ночник или работающий телевизор. Однако помните о том, что если ребенок проявляет признаки страха или отказывается от игры, ни в коем случае не принуждайте его, чтобы не усугубить проблему еще больше!

## **Суббота**

Не порождайте у детей страх по отношению к вам! Старайтесь контролировать свои эмоции, не повышайте голос и не применяйте физическое наказание, особенно без повода.

## **Воскресенье**

Делайте все возможное, чтобы не оставлять ребенка с чужими людьми. Ведь даже бабушка, если ребенок видит ее раз в месяц, для него чужая.

## 10-я неделя. Готовимся к 8 марта. Делаем красивые открытки



### Понедельник

Малышам очень нравится рисовать пальчиками, ведь и кисточку, и карандаш, и фломастер они пока держат неуверенно. Обмакнув пальчик в краску, ребенок может нарисовать и солнышко, и домик, и деревце, а ладошкой можно сделать и букет цветов, и грациозного лебедя, дорисовав детали ватной палочкой или зубочисткой. Только представьте, как умилятся бабушка, получив от внучки или внука открытку с оттиском маленькой ладошки!

### Вторник

Создать красочную открытку можно с помощью другой интересной техники – рисования кляксами. Пусть малыш смело поставит на листе бумаги кляксу, а потом подует на нее через трубочку. Так можно надуть солнышко, деревья и попросту красивые абстрактные разводы, которые станут фоном для ваших поздравлений.

### Среда

Восьмерка, бабочка, сердце – все эти рисунки близки по тематике Международному женскому дню. Создать их можно поистине волшебным образом: на правой части листа нарисуйте одну половинку бабочки или сердечка. Пока краска не высохла, соедините две половинки – симметричный отпечаток останется на другой стороне. Восьмерку сделать тоже очень просто: нужно лишь дублировать таким же способом круг. Получившийся рисунок можно украсить и дополнить.

## **Четверг**

Букеты из пластилина – почему нет? Можно вылепить вазу и наполнить ее цветами, взяв за основу зубочистки, либо сделать пластилиновый коллаж прямо на лицевой стороне вашей поздравительной открытки. Даже совсем маленький ребенок вполне справится с раздавливанием шариков пластилина, превращая их в лепестки ромашек.

## **Пятница**

Всевозможные аппликации из бумаги могут украсить любую открытку. Если малыш хорошо справляется с ножницами, попросите его вырезать нужные детали. Если нет, то подготовьте все сами, доверив ему самое важное – наклеить их на лист. Ребенок может рвать салфетки, скатывать из них клубочки или спиральки и наклеивать их по контуру задуманного рисунка. А задумать можно что угодно! Подключите свою фантазию, воспользуйтесь специальными пособиями или Интернетом.

## **Суббота**

Техника разбрызгивания красок позволит детям немного повеселиться и пошалить. Вам понадобятся бумага, краски, кисточки, картон, ножницы. Из картона вырежьте трафареты, которые будут использоваться для рисования. Трафареты положите на бумагу, обмакните кисточку в краску и брызгайте ею на трафарет. Так можно создавать разные сюжеты и картины.

## **Воскресенье**

Кусочком поролона или старым спонжиком очень удобно рисовать пушистых зверушек, ветки мимозы, делать фон для картины. Обмакните поролон в краску, а затем, приложив его к бумаге, создайте фон и рисунки вашей поздравительной открытки.

## **Мои шаги в воспитании девочки**

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

## 11-я неделя. Приучаем к горшку



Оптимальный возраст для приучения к горшку – примерно полтора года. Оценить готовность ребенка к приучению вам помогут следующие признаки.

1. Ребенок умеет ходить, самостоятельно садиться и вставать.
2. Малыш понимает значение слов «писать» и «какать».
3. Если ребенок находится без памперса тридцать-сорок минут, он писает не больше одного раза.
4. Мокрые штанишки доставляют ему дискомфорт.
5. Прежде чем сходить на горшок, малыш замирает или уединяется.
6. Вы видите, что памперс не наполняется два-три часа.

### Понедельник

Выберите горшок (удобный, без музыки и спецэффектов, для мальчиков – овальной формы).

### Вторник

Посадите ребенка на горшок после сна. Когда все случится, выразите бурную радость!

### Среда

Если ребенок выгибается и сопротивляется, попробуйте использовать сиденье на унитаз (пластиковый стаканчик для мальчиков).

### **Четверг**

Не стыдитесь быть примером! Объясните, зачем вы ходите на унитаз. Если стесняетесь – купите писающую куклу (для мальчика – куклу-мальчика).

### **Пятница**

В процессе приучения к горшку можно использовать различные игры. Например, сделайте картонных рыбок и предложите ребенку наполнить горшок, чтобы они всплыли.

### **Суббота**

Купите дочке новые красивые трусики: у девочки сработает желание не пачкать их. А если у вас мальчик, то можете увлечь его такой игрой: нарисуйте мишень в центре горшка или унитаза и предложите сыну попасть в нее.

### **Воскресенье**

Повесьте в туалете «доску достижений» и приклеивайте на нее картонные медальки. Каждые заработанные ребенком десять штук меняйте на мини-приз.

Если ребенок протестует, кричит и выгибается, не надо сажать его на горшок насильно. Запрещены также физические наказания за промахи. Это приводит к психологическим травмам, запорам, «откатам» в приучении, энурезам!

Если в течение двух недель не наблюдается видимых успехов, возможно, вашему ребенку еще рано! Не мучайте его и себя. Длительность приучения ребенка к горшку в среднем составляет от трех до шести месяцев. Поэтому запаситесь терпением и имейте в виду, что у малыша могут быть так называемые «откаты», когда приобретенные навыки временно исчезают.

## 12-я неделя. Изучаем геометрические фигуры и формы



Игры с геометрическими фигурами и формами развивают у ребенка логическое мышление, усидчивость, память, внимание. Это первый шаг в знакомстве ребенка с математикой – «царицей наук». Благодаря игре малыш легко и непринужденно запомнит все основные понятия, названия и характеристики фигур и форм.

### Понедельник

Дайте ребенку несколько кубиков разного размера (можно взять их от разных конструкторов) и предложите построить башню. Пусть ребенок на опыте убедится в том, что в основании должен быть самый большой кубик, а далее их размер следует уменьшать – только тогда башня не будет падать. Сначала помогите ему последовательно выбирать кубики, потом малыш будет справляться с этим сам, сравнивая их между собой.

### Вторник

#### Игра «Что катится?»

Из дощечки или книжки сделайте наклонную горку. Предложите ребенку выбрать, чем он будет играть – шариком или кубиком. А теперь соревнование: чья фигурка быстрее или дальше скатится с горки? Сначала ребенку будет не так важно, какую фигурку выбрать. Но опытным путем он поймет, что выигрывает шарик, и будет выбирать именно его. Вывод: «Шарик катится, а кубик нет. Ему мешают углы». Найдите те предметы и фигуры, которые смогут составить шарiku конкуренцию.

### Среда

Вырежьте из плотного картона различные геометрические фигуры (круг, квадрат, прямоугольник, треугольник и другие). Их должно быть по семь штук. Покрасьте фигуры в

цвета радуги (красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий и фиолетовый). Таким образом, у вас должно получиться по семь разноцветных фигур каждого вида. Выберите несколько фигур и нарисуйте на них смешные рожицы. Представьте их ребенку: «Этих смешных человечков зовут Треугольник, Круг и Квадрат! Давай познакомимся с ними поближе. Хочешь поиграть с ними?» Для начала изучите три фигуры, на каждом занятии вводя нового персонажа. Игры, предложенные ниже, помогут малышам выучить семь основных цветов, фигуры и формы.

Сложите полоску из различных фигур и попросите ребенка построить такую же. Образец можно оставить у него перед глазами.

Сложите незатейливые узоры (круг, квадрат, треугольник и другие). Попросите малыша продолжить узор самому.

Постройте картинку из геометрических фигур (машинку или елочку). Малыш с удовольствием будет повторять за вами или придумает что-нибудь сам.

### **Четверг**

Постройте линию из фигур, например три круга и один квадрат. Спросите: «Что лишнее?» Ответ – квадрат. Можно составлять такие зависимости как по форме, так и по размеру или цвету.

### **Пятница**

Постройте картинку из геометрических фигур (машинку или домик). Попросите ребенка отвернуться и поменяйте какую-нибудь деталь (например, приставьте колеса другого цвета или другой формы). Пусть ребенок скажет, что изменилось.

### **Суббота**

Попросите малыша собрать в одну коробку или стопочку все круги, в другую – все квадраты и так далее. Можно разделить все фигуры по цветам или величине.

### **Воскресенье**

Положите в ряд несколько фигур и попросите ребенка найти ту, которая находится между ромбом и квадратом, или между красной фигурой и кругом. Усложните задание, разложив фигуры в несколько рядов. Тогда ребенку придется учитывать и вертикали, и диагонали.

## **Моя игра на изучение геометрических фигур**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## 13-я неделя. Неделя театра (27 марта – Всемирный день театра)



Театр... Даже взрослый человек, произнося это слово, сразу погружается в особую атмосферу. Вот вы зритель в зале – перед вами разворачивается действие, вы сопереживаете героям, испытываете разнообразные эмоции, выплескивая их в конце в виде бурных оваций. Вот вы актер на сцене – перевоплощаетесь в другого человека, ваш герой поет и танцует без стеснения и боязни быть осмеянным. Вот вы режиссер – объясняете суть и мораль пьесы своим актерам, знаете, где добро, а где зло. А вот вы гример – берете яркие краски и разрисовываете лица: из кого Бармалея сделать надо, из кого – старушку. Сколько всего интересного в театре, правда? Так хочется показать ребенку этот волшебный мир! Но если вы думаете, что он еще мал для настоящих спектаклей, то начните знакомиться с театром дома. Благодаря театрализованным играм ребенок развивается эмоционально, раскрепощается, познает что-то новое и учится четко излагать свои мысли. Итак, занавес поднимается!

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.