



Министерство
социальной защиты
Алтайского края



ДВА СЕРДЦА
ВМЕСТЕ

Дневник материнства



Первый год жизни

Авторский коллектив:

Кузнецова Ю.Е. директор КГБУСО "Краевой кризисный центр для женщин"

Малашкина И.С., заместитель директора КГБУСО "Краевой кризисный центр для женщин"

Страхова А.С., заведующий организационно-методического отделения КГБУСО "Краевой кризисный центр для женщин"

Черных И.Г., психолог КГБУСО " Краевой кризисный центр для женщин"

Дурманова Т.Ю., методист КГБУСО " Краевой кризисный центр для женщин"

Визуальное оформление:

Рапин Г.Г., специалист по связям с общественностью КГБУСО "Краевой кризисный центр для женщин"

Тинибаева В.А., специалист по социальной работе КГБУСО "Краевой кризисный центр для женщин"

© Краевой кризисный центр для женщин, 2023.

Реализован в рамках проекта "Два сердца вместе" поддерживающего фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации

МАЛЫШ РОДИЛСЯ

Мир женщины, которая недавно родила ребенка, сильно меняется. Эти трудности временны, главное — принять ситуацию и постараться найти комфортный для тебя режим:

- ♥ *Не стоит пытаться жить, как раньше и делать вид, что с появлением ребенка ничего не изменилось, потому что это не так;*
- ♥ *Если тебе тяжело, проси о помощи;*
- ♥ *Ты не обязана справляться со всем одна;*
- ♥ *Не думай, что ты никому не нужна со своими проблемами;*
- ♥ *На деле оказывается, что многие рады быть причастны к заботе о младенце.*

Ты наверняка чувствуешь огромное счастье от того, что в вашей семье появился маленький, но такой важный человечек. Чтобы забота о нем доставляла тебе только положительные эмоции, постарайся больше отдыхать, высыпаться и не отказываться от помощи близких.



Важно знать!

Потеря веса

Во время первых 3-5 дней жизни ребёнок может потерять 10% своего веса. Это нормальная реакция на изменения внешней среды.

Уход за кожей и слизистой малыша

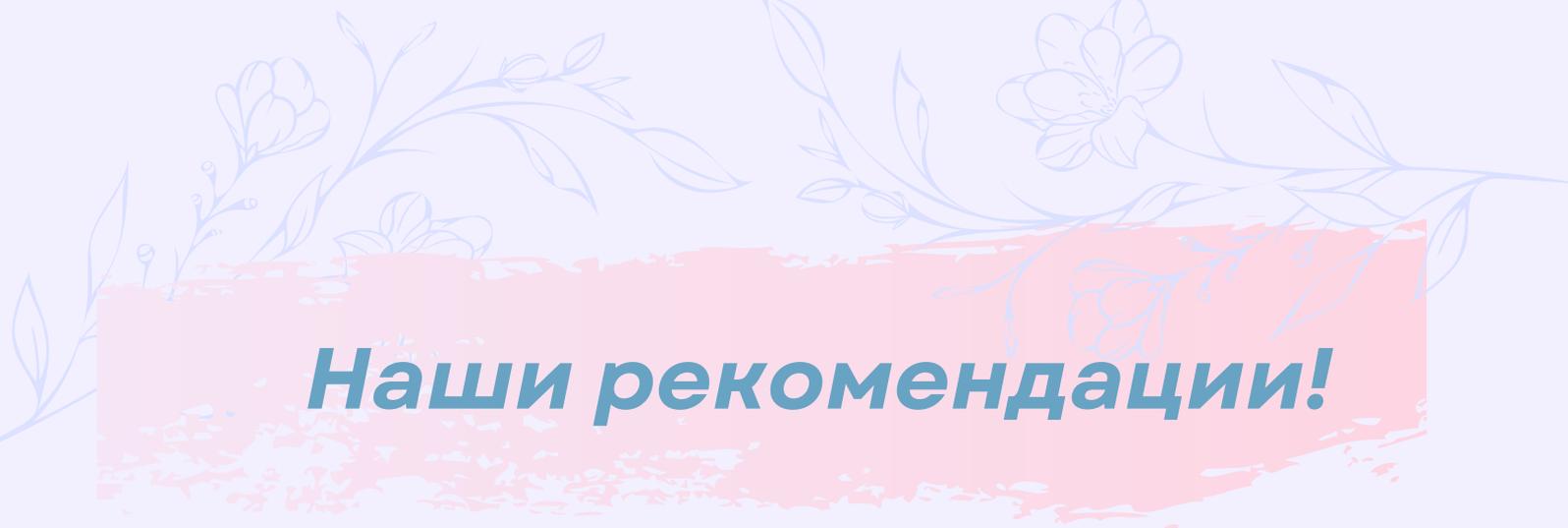
Кожа младенца нежная и чувствительная, поэтому требует бережного ухода. Необходимо ежедневно проводить гигиенические процедуры - умывание, уход за ушками и глазами, подмывание, стрижка ногтей.

Распорядок дня

О режиме в первый месяц говорить рано, в этот период важно адаптироваться к новому ритму.

Комфортные условия для ребёнка

Условия для малыша дома должны быть комфортными. Температура 18-22 градусов, влажность воздуха 50-70%.



Наши рекомендации!

- ♥ *Когда ребенок плачет, не воспринимайте это как недовольство вами лично. Плач – это единственный способ общения ребенка с миром, ведь такие маленькие дети не могут разговаривать.*
- ♥ *Просите о помощи и принимайте ее. Быть мамой сложно, а ведь еще нужно стирать, убирать, готовить, заниматься другими делами. Вы не получите награду, если будете тянуть все на себе.*
- ♥ *Если вы хотите, чтобы ваш партнер помогал вам по дому или с ребенком, не критикуйте то, как он справляется с этим. Важнее сделать что-то, а не сделать это правильно. Просто убедитесь, что ребенок будет в безопасности.*
- ♥ *Если ребенку и вам хорошо, значит, вы все делаете так, как надо.*

Первый месяц

Имя _____

Дата рождения _____

Рост при рождении _____

Вес при рождении _____

Важно знать!

При уходе за ребенком первого месяца жизни у родителей возникает множество вопросов и волнений, которые в большинстве случаев вызваны естественными особенностями развития малыша.



Органы чувств ребенка в первый месяц жизни

Вкус. Вкусовые рецепторы у новорожденного развиты достаточно хорошо. Например, при попадании на язык подслащенной воды ребенок не проявляет никаких особенных реакций, а при добавлении в воду кислого яблочного или лимонного сока малыш может продемонстрировать признаки неудовольствия.

Обоняние. Именно благодаря обонянию ребенок узнает маму, безошибочно находит грудь, отказывается от кормления, если чувствует неприятный запах (например, если мама обработала сосок мазью для заживления трещин или антисептиком с лекарственным запахом).

Осязание. Кожа новорожденного очень чувствительна к воздействию механических и термических раздражителей, но при этом количество рецепторов распределено неравномерно. Так, ребенок более активно реагирует на прикосновения к ладоням, стопам, лицу и не настолько выражено – при поглаживании спины и живота.

Зрение. В первые недели жизни зрение ребенка не отличается остротой. Изображения в поле зрения новорожденного выглядят размыто и нечетко, а определять конкретный объект малыш сможет только через 10–12 дней после рождения.

Слух. В первые месяцы после рождения внешние звуки редко вызывают у малыша выраженные реакции. Кроме того, слуховой нерв у новорожденных развит недостаточно, более высокие звуки он слышит лучше, низкие – хуже.

Как видит новорожденный ребенок



0 месяцев



1 месяц



2 месяца



3 месяца



6 месяцев



взрослый

Основы гигиены ребенка первого месяца жизни

Гигиена питания. Питание – самый важный фактор для ребенка первых месяцев жизни. Именно он задает правильные темпы роста и развития малыша.

♥ При грудном вскармливании рекомендуется перед кормлением обрабатывать соски и ареолы водой с детским мылом, затем тщательно ополаскивать грудь чистой водой и насухо вытирать ее салфеткой.

♥ При искусственном или смешанном вскармливании обязательна обработка всех аксессуаров для кормления с помощью кипячения или специального парового стерилизатора.

♥ Так как в первые недели и месяцы после рождения высока вероятность развития у новорожденного кандидоза ротовой полости (так называемой молочницы), педиатр может рекомендовать после кормления давать малышу несколько капель воды. Это позволяет смыть со слизистой рта остатки грудного молока или смеси, которые являются питательной средой для грибка.

Личная гигиена

♥ Кожа ребенка, особенно в первые месяцы жизни, очень чувствительна к любым раздражителям. Поэтому для купания новорожденного следует выбирать средства, предназначенные именно для ухода за детской кожей.

♥ Температура воды для купания должна быть в пределах 33–34 °С в первые недели, после чего, когда ребенок уже привык к водным процедурам, ее можно постепенно снижать (не больше чем на 1 °С в неделю), доводя до комнатной температуры. Но снижение температуры воды для купания должно проводиться только после консультации с педиатром.

♥ При смене подгузника следует каждый раз очищать наружные половые органы, а также кожу в паховых и ягодичных складках ребенка с помощью специальных гигиенических салфеток без содержания спирта.



Наши рекомендации!

Что бы вы не делали: пеленали, кормили, поворачивали его - разговаривайте с малышом тихо и ласково, объясняя свои действия: «А сейчас ты перевернешься. Во-от так!» или «помогай мне, дай мне ножку, ручку и т.д.»



Общаясь с малышом говорите обычным языком, не коверкая слова, ребенку очень важно слышать правильную речь

Чтобы помочь малышу быстрее развить остроту зрения и концентрацию внимания в первые месяцы жизни черно-белые мобили и игрушки



Игры и развивающие упражнения

Воздушные ванны

Уже с первых дней можно начинать закаливание. Во время пеленания давайте малышу минут 15-20 полежать голеньким. В это время общайтесь с ним, ласкайте его. А еще лучше – сделайте ему легкий массаж: погладьте его ручки и ножки, животик, называя части его тела или что-то напевая.

Подвесные игрушки

Можно подвесить подвесные игрушки на расстоянии 50-70 см от груди ребенка. Лучше, если это будет контрастный цвет, а не пестрая игрушка. Привлеките к нему внимание малыша: покачайте ее вправо-влево, слегка потрясите, извлекая звук, и остановите ее движение. Убедитесь, что ребенок ее увидел. Отойдите от него, дайте ему самостоятельно рассмотреть игрушку. Через 2-3 дня можно поменять.

Игра “Где мама?”

Привлеките внимание ребенка к своему лицу: наклоняйтесь над малышом и отдаляйтесь от него, покачивайте его, напевно, с различными интонациями поговорите с ребенком.



Игрушки

Цель



Черно-белые набивные игрушки с человеческим лицом

Удерживание в поле зрения неподвижного предмета



Яркая погремушка размером 15-18 см с ручкой.

Фиксация взгляда и слежение за предметом

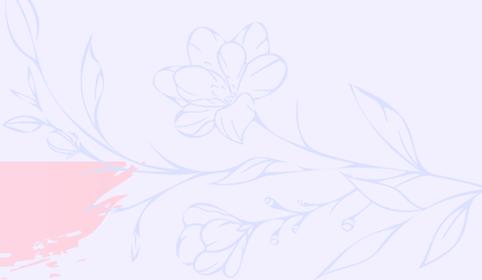
□ ○ ☆ Нарисованные черно-
△ □ ◇ белые фигуры
□ ☆ ○

Зрительное сосредоточение

Лесенка успехов

Успехи малыша	✓	✗
Малыш уже фиксирует взгляд на вашем лице.		
Во сне малыш уже улыбается, это еще не осознанная улыбка, но вскоре он улыбнется и вам.		
Следит за ярким предметом, который перемещается перед его глазами на расстоянии 20-30 см.		
Вы проводите пальцем по основанию ступни, и ребенок, рефлекторно отдергивает ножку.		
Вы вкладываете ребенку палец в ручку, и он крепко сжимает ее.		

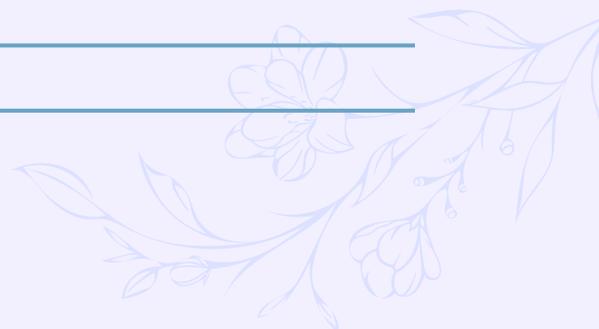
***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Достижения крохи

Наши игрушки

Игры и упражнения



Второй месяц

Ласковое имя _____

Рост _____

Прибавка в росте _____

Вес _____

Прибавка в весе _____

Важно знать!

Если в течение первого месяца жизни основные усилия малыша направлены на адаптацию всех органов и систем к самостоятельному функционированию вне организма матери, то на втором все направлено на развитие умений и на рост.



Органы чувств ребенка во второй месяц жизни

Слух. Малыш уже лучше обрабатывает сигналы внешнего мира и учится их соединять, поэтому, услышав звук, может поворачивать головку в поисках его источника.

Зрение. Процесс формирования зрительного восприятия будет продолжаться в течение года, поэтому сейчас оно продолжает развиваться, и ребенок еще не видит мир так, как мы.

Обоняние. Обоняние развито лучше и позволяет малышу ориентироваться, в частности узнавать маму и папу – их запах успокаивает.

Наши рекомендации!

Любовь, тепло и нежная мамина забота - вот что прежде всего необходимо малышу для нормального развития



Малыш должен чувствовать, что окружающий мир надежен и безопасен и что все его потребности будут удовлетворяться

Как только малыш заплакал возьмите его на руки, прижмите к себе, приласкайте; телесный контакт источник спокойствия для малыша



Игры и развивающие упражнения

Нежная колыбель

Почти все младенцы успокаиваются, если их покачивать.

Это очень хорошо снимает напряжение и помогает при коликах в животике. Положите малыша лицом вниз на сгиб локтя одной руки, а вторую просуньте между ножками под животик. Покачайте ребенка вперед-назад, напевая мелодичную песенку.

Раскройся, цветочек!

Придерживая ножку малыша одной рукой, большим пальцем другой проведите с нажимом по основанию ступни от пальчиков к пяточке – малыш сожмет пальчики, затем в обратном направлении – и пальчики растопырятся, и так несколько раз. В заключении перебирайте по одному пальчики от мизинца до большого, приговаривая:

Наши уточки с утра – Кря-кря-кря! Кря-кря-кря!

Наши гуси у пруда – Га-га-га! Га-га-га!

Наши гуленьки вверху – Грру-грру-грру!

Наши курочки в окно – Ко-ко-ко! Ко-ко-ко!

А как Петя-петушок Ранним-рано поутру Нам споет:
Ку-ка-ре-ку!



Игрушки

Цель



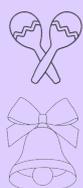
Черно-белые мобили –
приходят в движение от
сквозняка

Слежение за
движущимся предметом



Неваляшка с
человеческим лицом

Формирование интереса
к предметному миру



Музыкальные игрушки: бубен,
колокольчик, шарманка,
музыкальная шкатулка

Слуховое
сосредоточение,
накопление звуковых
впечатлений

Лесенка успехов

Успехи малыша		
Малыш способен сам некоторое время удерживать головку.		
Способен удерживать ручками погремушку и играть с ней.		
Может переворачиваться со спины на бок.		
Узнает близких и знакомых.		
Активно двигает ручками и ножками, часто их рассматривает, играет с пальчиками, тянет ручки в рот, сосет кулачок.		

***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Достижения крохи

Наши игрушки

Игры и упражнения



Третий месяц

Ласковое имя _____

Рост _____ Прибавка в росте _____

Вес _____ Прибавка в весе _____

Важно знать!

Малыш продолжает стремительно развиваться, приобретает новые навыки, может держать головку и умело владеет ручками, стремится к большему общению.

Безопасность дома

Главное правило:

- ♥ **Никогда, ни при каких условиях, даже на долю секунды не оставляйте ребенка в потенциально опасных условиях.**
- ♥ **Если надо оставить малыша на минуту-две самого, положите его в кроватку, в манеж – не оставляйте на поверхности, с которой он теоретически может упасть.**
- ♥ **Поскольку ребенок уже учится хватать предметы и, конечно, все тянет в рот, очень тщательно изучайте все, чем вы даете ему играть. Представьте, что малыш обязательно потянет это в рот.**



Наши рекомендации!



Как можно держать ребенка в 3 месяца. В этом возрасте можно носить младенца на руках, прижав его к себе или отвернув от себя – лицом к миру, поддерживая на уровне груди и бедер. Не забывайте придерживать голову - не все дети уверенно держат ее в этом возрасте, и иногда им еще нужна помощь

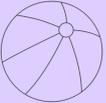
Игры и развивающие упражнения

Дили-дили-дон!

Привяжите к ножке ребенка колокольчик (или два с разным звучанием). Ребенок будет дрыгать ножками и прислушиваться к звону колокольчиков, что доставит ему массу удовольствия.

Тянем репку, потянем

Вложите свои большие пальцы в ладошки малыша, лежащего на спине. Остальными пальцами крепко обхватите кисти ребенка и потяните за ручку, чтобы он приподнялся. Приговаривайте: «тянем репку, потянем – вытянуть не можем». Делайте такое упражнение каждый день по три-четыре раза, и вы почувствуете, как день ото дня крепнут маленькие ручки.

Игрушки	Цель
 <p>Браслеты с колокольчиками</p>	Концентрация внимания на ручках
 <p>Гирлянды, низко подвешенные над грудью</p>	Зрительно-моторная координация
 <p>Мяч диаметром 50-70 см</p>	Формирование рефлекса отталкивания ступней и раскрытия ладоней при соприкосновении с поверхностью

Лесенка успехов

Успехи малыша		
Малыш способен сам некоторое время удерживать головку.		
Способен удерживать ручками погремушку и играть с нею.		
Может переворачиваться со спины на бок.		
Узнает близких и знакомых.		
Активно двигает ручками и ножками, часто их рассматривает, играет с пальчиками, тянет ручки в рот, сосет кулачок.		

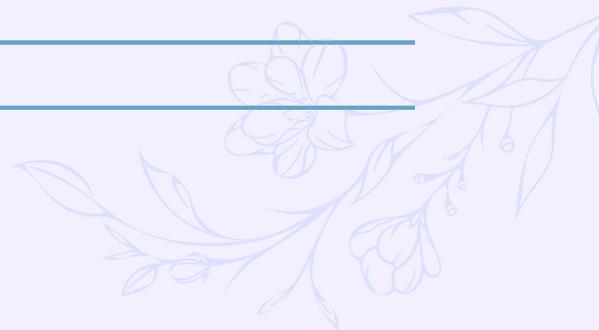
***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Достижения крохи

Наши игрушки

Игры и упражнения



Четвертый месяц

Ласковое имя _____

Рост _____ Прибавка в росте _____

Вес _____ Прибавка в весе _____

Важно знать!

Способность малыша владеть своим телом все больше совершенствуется, поскольку нормализуется тонус мышц, созревает нервная система, в том числе благодаря вашим совместным тренировкам в предыдущие месяцы.

Если ребенок находится на искусственном вскармливании, то с 4 месяцев вводится прикорм.

4 месяца – возраст, в котором возможно введение первого прикорма. Однако, как правило, малышу вполне хватает для полноценного развития грудного молока или молочной смеси. Если вы все же решите вводить прикорм малышу в возрасте 4 месяцев, посоветуйтесь с врачом.

Признаки готовности малыша к введению прикорма:

- ♥ ребенок хорошо держит головку;
- ♥ открывает рот, если поднести ложку;
- ♥ отворачивается от ложки, если не хочет есть;
- ♥ закрывает рот, когда ложка в нем;
- ♥ держит еду во рту и потом ее проглатывает, а не выталкивает изо рта;

***Если ваш малыш еще не имеет признаков готовности к введению прикорма, не следует спешить – так можно только навредить ребенку.**



Наши рекомендации!

Расширьте поле зрения малыша, отдавая и приближая предметы, чтобы он следил за ними и находил, разнообразьте цвета игрушек



Используйте мобили и подвешенные игрушки с различным звучанием, по которым нужно стучать и которые можно трясти. Подбирайте как можно больше вариантов по форме, звуку.



Для сохранения привязанности, доверия, чувства безопасности у малыша поддерживайте приветливое общение и разговаривайте с ним лицом к лицу



Игры и развивающие упражнения

Прыг-скок

Возьмите малыша на руки. Одну руку положите под его шею и голову, другой придерживайте его ягодицы (поза «на весу»). Поднимайте малыша вверх на вытянутых руках и приближайте его лицо к своему.

Играя в «бодашки», напевайте песенку.

Прыг-скок, прыг да скок, Села птичка на дубок. Посидела на дубочке, Отдохнула в холодочке.

Повороты головы

Возьмите неваляшку. Положите малыша на живот.

Покажите ему неваляшку. Поднимите игрушку медленно вверх, а затем опустите. Повторите игровые действия несколько раз, напевая песенку.

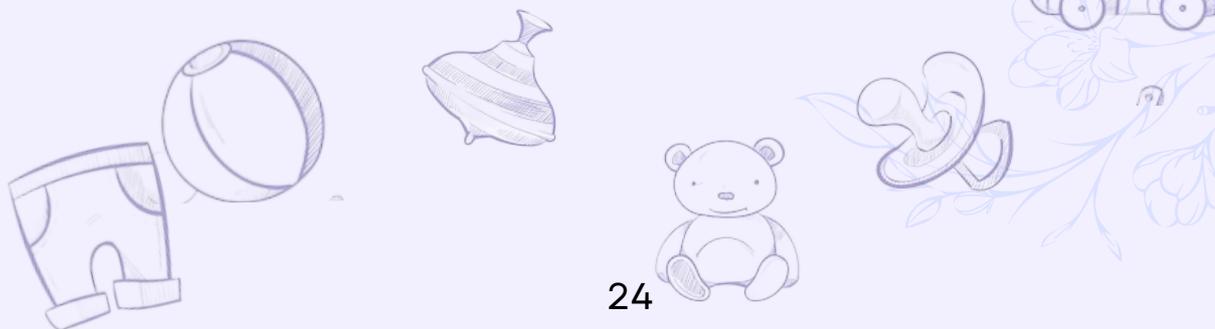
Мы веселые матрешки, Ладушки, ладушки! На ногах у нас сапожки, Ладушки, ладушки!

Под платочком

Вам понадобится цветной платок или пеленка. Положите малыша на диван или большую кровать, а сами лягте напротив него. Закройтесь платочком или пеленкой.

Позовите ребенка по имени, а затем покажитесь, сказав: «А вот и мамочка!». Вновь спрячьтесь. Зовите малыша, говорите ему ласковые слова, побуждая его прислушиваться к вашему голосу, искать вас. Снимите с себя платочек, повторив все, что вы только что говорили.

В ходе игры малыш научится узнавать вас по голосу.



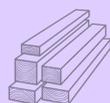
Игрушки

Цель



Погремушка с ручкой удобной для захвата, т.е. по диаметру ручки, без лишних деталей

Захватывание предмета



Бруски круглой и квадратной формы удобные для захвата (диаметр 2-3 см)

Захват предметов разной формы



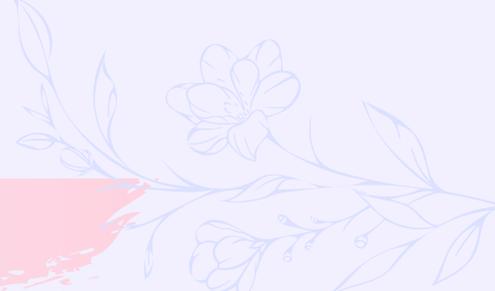
Резиновые игрушки для ванной комнаты

Захват предмета

Лесенка успехов

Успехи малыша		
«Комплекс оживления» возникает часто и легко.		
Ребенок узнает маму, радуется.		
Поворачивает голову в сторону у невидимого источника звука и находит его.		
Громко смеется в ответ на эмоциональное и речевое общение.		
Рассматривает и захватывает низко висящие игрушки.		

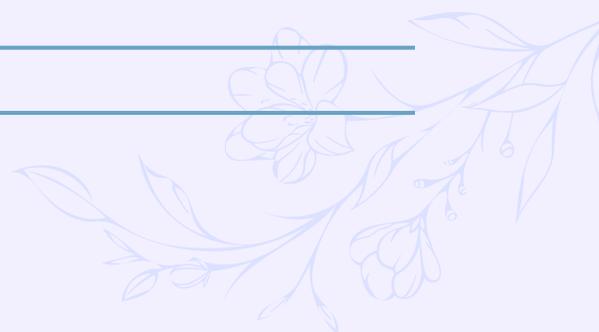
***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Достижения крохи

Наши игрушки

Игры и упражнения



Пятый месяц

Ласковое имя _____

Рост _____ Прибавка в росте _____

Вес _____ Прибавка в весе _____



Зрение. Поскольку малыш уже может различать не только базовые цвета, но и их оттенки, его очень интересуют яркие цветные игрушки, ткань, рисунки в книге, которые он, кроме того, захочет изучать и на ощупь.

Эмоциональное развитие. Малыш определенно стремится к общению, комплексное оживление устойчивое и выраженное, однако направлено только на знакомых людей. Взрослых, которых он не знает, малыш воспринимает настороженно, может расплакаться. Лучше дать ребенку время привыкнуть к незнакомым ему людям.

Развитие речи. Малыш внимательно наблюдает за вашей мимикой, смотрит на артикуляцию, когда вы разговариваете с ним, и если медленно отчетливо произносить отдельный звук, будет пытаться подражать вашему выражению лица и его повторить.

Наши рекомендации!

Для стимуляции ползания положите вблизи ребенка яркую игрушку так, чтобы он не мог дотянуться до нее руками и был вынужден немного проползти. Под ножки подставьте свою ладонь, от которой ребенок сможет отталкиваться



Приобретая новые игрушки, показывайте малышу, как с ними обращаться. Пусть он увидит, что мячик можно покатать или бросить, колечки от пирамидки – разбросать или сложить.

Не забывайте о безопасности и чистоте всех игрушек, ведь кроха обязательно попробует их на вкус.

Во время бодрствования чаще разговаривайте с младенцем, чтобы он слышал новые слова и вашу интонацию. Часто называйте малыша по имени.



Игры и развивающие упражнения



Где наш носочек?

Приготовьте яркий носок. Положите ребенка себе на колени. Если он уже не помещается на ваших коленях, подложите ему под голову небольшую подушку. Покажите яркий носочек и наденьте его малышу на руку. Приподнимите локоть ребенка так, чтобы он мог увидеть яркий носок. Дайте ему возможность последить за своей рукой. Внимательно наблюдайте за поведением ребенка. Если он не пытается схватить носок другой рукой, помогите ему. Подтолкните его руку по направлению к яркому носку, помогите ему захватить и потянуть носок. Далее попробуйте выполнить эти игровые действия с другой рукой ребенка.

Браслет

Сделайте браслет из детских резиночек для волос с деревянными или пластмассовыми украшениями. Наденьте браслет на руку ребенка. Приподнимите его локоть так, чтобы он мог увидеть браслет. Дайте ему возможность последить за своей рукой. Внимательно наблюдайте за поведением ребенка. Если он не пытается схватить браслет другой рукой, помогите ему. Подтолкните его руку по направлению к браслету, помогите захватить другую руку и потянуть за браслет.

Кусочки ткани

Вам понадобятся кусочки ткани размером с детский носовой платок, различные по фактуре и цвету. Покажите малышу кусочки ткани, держа их поочередно над его правой и левой рукой. Легко прикоснитесь тканью к тыльной стороне руки, а когда ребенок раскроет пальцы – к их кончикам. Он схватит край ткани. Дайте ему возможность ощупать ее и подержать в руке. С каждым занятием ребенок будет все увереннее схватывать и удерживать кусочки ткани.

Игрушки

Цель



Яркие, контрастные кубики из ткани, дерева, пластмассы

Хватание и удержание предмета



Движущиеся заводные игрушки

Стимулирование ползания



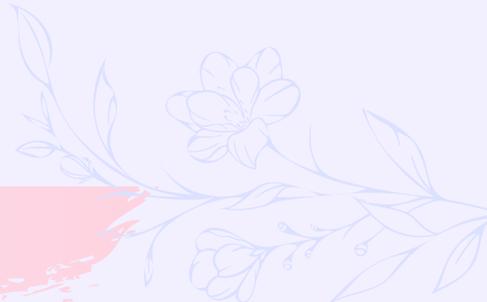
Резиновые или пластмассовые кольца

Удержание и переключивание из руки в руку

Лесенка успехов

Успехи малыша		
Подолгу певуче гулит		
По-разному реагирует на лицо знакомого и незнакомого человека		
Различает строгую и ласковую интонации обращенной к нему речи		
Берет игрушку из рук взрослого, удерживает ее в руке		
Переворачивается со спины на живот		

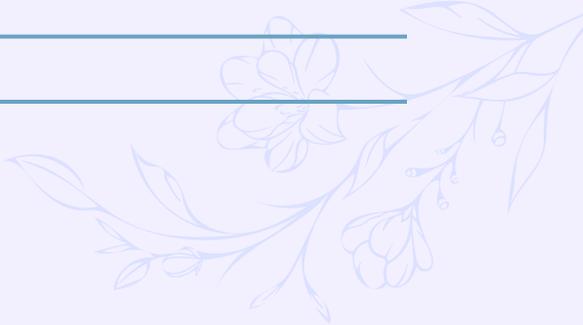
***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Достижения крохи

Наши игрушки

Игры и упражнения



Шестой месяц

Ласковое имя _____

Рост _____ Прибавка в росте _____

Вес _____ Прибавка в весе _____

Органы чувств ребенка в шестой месяц жизни

Зрение. Зрение продолжает совершенствоваться – малыш может фокусировать взгляд на предмете, который расположен на расстоянии 7–8 см от его глаз. Благодаря такому зрению, он может оценивать расстояние до предмета.

Слух. Слух ребенка продолжает развиваться, и теперь он слышит на расстоянии до 3–4 метров. Важно наблюдать за реакциями ребенка, чтобы понять, формируется ли его слух должным образом.

Обоняние. Поскольку шесть месяцев, именно тот возраст, когда малыш обязательно начинает получать прикорм, его вкус и обоняние получают мощную сенсорную стимуляцию для развития.

Речь. В этом возрасте гуление может заменяться лепетом, то есть малыш от отдельных звуков переходит к слогам: кроме «э-э-э», можно услышать «ма-а-а», «гу-у-у» – повторяющиеся цепочки.



Наши рекомендации!

Игрушки должны провоцировать ребенка на простые действия – сжатие, надавливание, складывание. Хорошо, если действия сопровождаются звуковыми сигналами, приятной песенкой, голосами зверей, птиц, звуками окружающего мира.



Первые книжки лучше выбирать с крупными картинками из плотного картона, винила или текстиля. Популярны электронные книги, дополненные звуковыми кнопками.



Приучайте малыша кушать с нагудничком, и активно давайте самостоятельно пользоваться ложкой



Игры и развивающие упражнения

Пальчики погладим

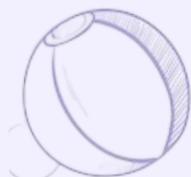
Положите малыша на спинку и спросите: «Где твои ножки?». Помогите ему захватить свою ногу рукой и потянуть ее на себя. Пощекочите его пальцы на ноге, покажите, как можно перебирать и ощупывать пальцы руками.

В огороде зайчики

Подложите себе под голову валик или подушку перед тем, как лечь на коврик. Положите малыша себе на грудь так, чтобы ваши лица были друг против друга.

Мы на луг ходили...

Положите малыша на спину на пеленальном столе. Напевая песенку, выполняйте следующие действия: потряхивая, разводите руки ребенка в стороны, а затем прижимайте их к груди (2-3 раза); потряхивая, сгибайте и разгибайте его ноги; поглаживайте руки и ноги, наклоняйтесь над ним, щекочите, тормошите за грудку.

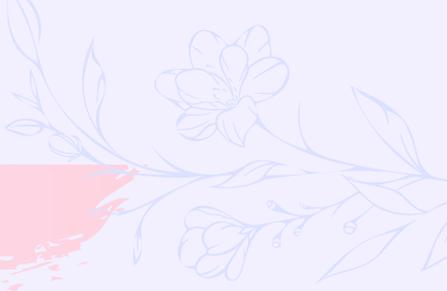


Игрушки	Цель
Резиновые кольца-прорезыватели разной формы и цвета, с рельефной поверхностью	Удержание и манипулирование предметом. Массаж десен в период прорезывания зубов
Круговые гирлянды из предметов разных по фактуре, форме, размеру	Перебирание пальцами, рассматривание, подстройка пальцев под разную конфигурацию предмета
Игрушки прозрачные с водой и плавающими предметами внутри	Рассматривание, удержание и манипулирование предметом

Лесенка успехов

Успехи малыша	✓	✗
По-разному реагирует на свое и чужое имя.		
Свободно берет игрушки из разных положений, перекладывает из руки в руку		
Переворачивается с живота на спину		
Произносит отдельные слоги (начало лепета).		
Хорошо ест из ложки, пьет из чашки или блюдца.		

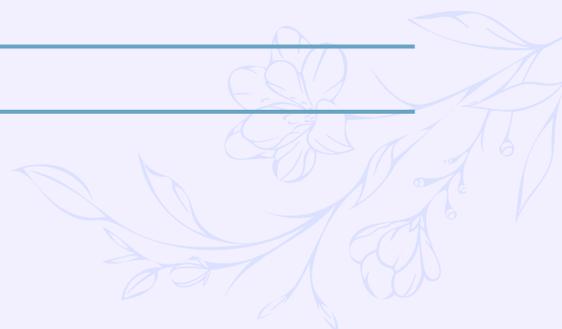
***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Достижения крохи

Наши игрушки

Игры и упражнения



Седьмой месяц

Ласковое имя _____

Рост _____

Прибавка в росте _____

Вес _____

Прибавка в весе _____

Важно знать!

В возрасте семи месяцев особенно выделяется выборочная реакция на знакомых и незнакомых людей. Проявляется она в настороженности, плаче, застенчивости. Такая реакция является защитной для ребенка, который хочет остаться рядом с мамой и избежать посторонних лиц.

Органы чувств ребенка в седьмой месяц жизни

Слух. В этом возрасте малыш начинает откликаться на свое имя, радостно реагирует, когда к нему обращаются. Обязательно при общении с малышом говорите не только название объекта, но и как что звучит, к примеру: «это собака, она лает – гав-гав», «это часы – тик-так».

Зрение. В возрасте семи месяцев появляется способность замечать мельчайшие детали вокруг. Малыш будет пытаться схватить пальчиками (ниточку или даже изображенную на ткани деталь (цветочек, животное). Никогда не оставляйте малыша наедине с потенциально опасными предметами и мелкими деталями.

Речь. Ребенок начинает понимать простые слова и даже короткие фразы, внимательно прислушивается к речи окружающих, а также активно требует общения. Малыш все больше учится путем подражания, и это касается, конечно же, и речи.

Прорезывание зубов

Ориентировочное время появления первых зубов – 6–7 месяцев, хотя нормой будет появление зубов как до шестимесячного возраста, так и после 7 месяцев. Если у вашего малыша уже есть первые зубы (а это два нижних средних резца), то сейчас могут прорезаться следующие два зуба – верхние средние резцы. Для облегчения процесса прорезывания зубов стоит приобрести.

Наши рекомендации!

Поиск игрушек – это весело. Детям нравится играть с родителями. Частично спрячьте игрушку под тканью перед ребёнком и спросите: «Куда она пропала?». Хвалите малыша, когда он находит игрушку. Он будет в восторге от себя.



Для прикорма выбирайте время, когда малыш не устал, в хорошем настроении и не слишком голоден.



Читайте книги и разговаривайте с малышом каждый день.



Игры и развивающие упражнения



Лошадка

Сядьте на стул, посадите ребенка к себе на колени так, чтобы ваши лица были обращены друг к другу. Крепко держа малыша, имитируйте езду на лошади.

Занимательная подушка

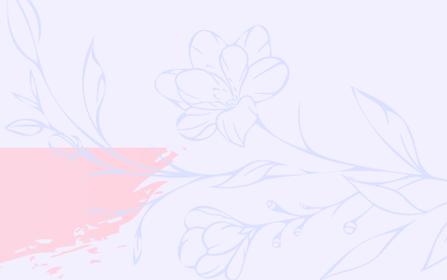
Вам понадобится небольшая подушка с нашитыми на нее большими и маленькими пуговицами и бусинками (все предметы должны быть хорошо закреплены). Расположитесь рядом с малышом на полу. Пододвиньте к нему подушку. Рассматривайте, ощупывайте пуговицы и бусинки вместе с малышом. Называйте цвет и величину заинтересовавшего ребенка предмета.

Игрушки	Цель
 <p>Мягкие игрушки с мелкими деталями (шуршащие, звенящие, блестящие)</p>	<p>Перебирание пальцами, манипулирование</p>
 <p>Тематические игрушки: собака (гав-гав), кошка (мяу-мяу), кукла (ляля). Все игрушки небольшие по размеру</p>	<p>Развитие импрессивной речи – соединение слова и предмета</p>
 <p>Мячи разного диаметра, в том числе с погремушкой внутри</p>	<p>Стимулирование ползания</p>

Лесенка успехов

Успехи малыша	✓	✗
Хорошо ползает		
Перекладывает игрушки из руки в руку, держит по игрушке в каждой руке.		
Находит знакомую игрушку в определенном месте (на вопрос «Где?»).		
Лепечет, повторно произнося одни и те же слоги.		
Хорошо ест из ложки, пьет из чашки или блюдца.		

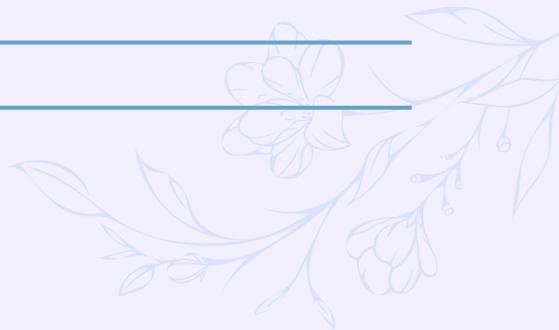
***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Достижения крохи

Наши игрушки

Игры и упражнения



Восьмой месяц

Ласковое имя _____

Рост _____ Прибавка в росте _____

Вес _____ Прибавка в весе _____



Органы чувств ребенка в восьмой месяц жизни

Зрение. Зрение малыша развито достаточно, чтобы воспринимать основные цвета и их оттенки, а также замечать мелкие детали, в частности серьги, цепочки и т.п.

Вкус. Рацион малыша постоянно расширяется, следовательно, обогащается его вкусовой и обонятельный сенсорный опыт.

Психическое развитие. У ребенка начинает формироваться пространственное мышление. Это можно заметить, наблюдая, как малыш изучает предметы.

Речь. С каждым месяцем наблюдается прогресс в речи, лепет становится длительным, возможны частые подражания интонациям взрослого, свойственно длительное повторение одного слога, например «ба-ба-ба-ба-ба».

Наши рекомендации!

Для совершенствования мелкой моторики предложите малышке потрогать разные предметы, игрушки с кнопками и замочками, коробочки с крышками, колечки-пирамидки, мягкие книжки.



Поскольку ребенок в играх копирует действия взрослых, маме следует показывать, как обращаться с новыми игрушками. Вместе покатайте машинки, покачайте куклу, постучите в барабан, и пусть младенец повторит.



Рассматривайте семейные фотографии и просите показать близких людей и самого себя. Ребенку понравится отыскивать себя на фото.



Игры и развивающие упражнения

Ехали

Расстелите легкое одеяло на полу. Положите на него ребенка на живот. Взяв одеяло за два конца, потяните его вперед и чуть в сторону, затем в другую сторону. Передвигая малыша таким образом, напевайте песенку:

Ехали по реке Козлики в челноке, Берегом – зайки В красной таратайке. Ехали по горам, Ехали по долам, К мухе-горюхе, К мухе-цокотухе.

Ударьте в бубен несколько раз, затем подставьте его под ручку малыша, ожидая, что тот повторит ваши действия.

Веселый сапожник

Приготовьте для игры две деревянные ложки. Положите или посадите малыша так, чтобы ему и вам было удобно играть. Привлекайте внимание малыша, постукивая ложками об пол, и напевайте песенку:

Мастер,, мастер, Помоги – прохудились сапоги!
Забивай покрепче гвозди -Мы пойдём сегодня в гости!

Музыкальная шкатулка

Возьмите музыкальную шкатулку и прозрачный платок (шкатулку можно заменить музыкальной игрушкой).

Включите шкатулку, пусть малыш послушает музыку. Когда мелодия отзвучит, спрячьте шкатулку: на глазах у малыша накройте ее платком. И вновь включите мелодию. Побуждайте ребенка подползти к шкатулке и снять с нее платок.

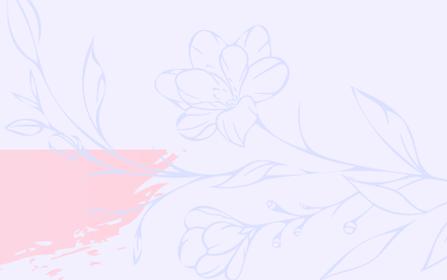


Игрушки	Цель
 <p>Функциональные игрушки: юла, пианино, панель с широкими кнопками со звуком и т.д.</p>	<p>Предметные результативные действия</p>
 <p>Резиновые и пластмассовые игрушки - пищалки</p>	<p>Предметные результативные действия, развитие слуха</p>
 <p>Емкости, бочонки с крышками до 12 см.</p>	<p>Предметные действия: открывание и вытаскивание</p>

Лесенка успехов

Успехи малыша	✓	✗
Сам садится.		
Подражает действиям взрослого с игрушкой. Игрушками занимается долго и разнообразно, бросает их.		
Выполняет различные действия по просьбе взрослого: «Дай ручку!», «Пей» и т.д.		
Громко и четко произносит за взрослым различные слоги.		
Держит в руках корочку хлеба, ест ее. Пьет из чашки, которую держит взрослый.		

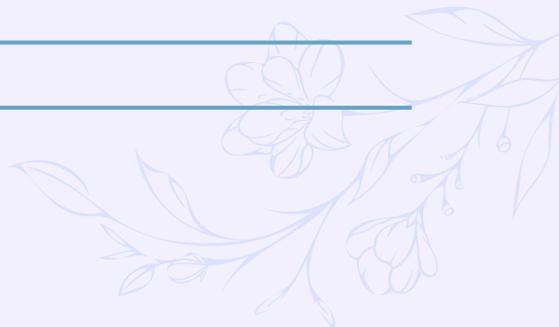
***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Достижения крохи

Наши игрушки

Игры и упражнения





Девятый месяц

Ласковое имя _____

Рост _____ Прибавка в росте _____

Вес _____ Прибавка в весе _____

Психическое развитие. Ребенок ежеминутно активно изучает среду и обогащается новым опытом. Он уже привык к устоявшемуся распорядку дня, домашней обстановке и к людям, с которыми общается, поэтому все новое – игрушки, места, люди – воспринимает с опаской. Однако не стоит ограничивать себя и малыша строгими рамками, неизменными маршрутами – наоборот, малыша следует адаптировать к изменениям.

Зрение. Зрение малыша продолжает развиваться: теперь он различает как основные цвета, так и их оттенки.

Слух и речь. Если все предыдущие месяцы слух малыша развивался в соответствии с возрастом, то сейчас он должен много говорить, и его лепет будет напоминать отдельные отрывки слов.

Безопасность ребенка. Поскольку физические возможности позволяют малышу быстро передвигаться, достигать поверхности стола, полочек и ящиков, нужно позаботиться о безопасной среде для ребенка. Убрать все опасное повыше, поставить резиновые уголки на острые углы, прикрепить стопперы на двери.



Наши рекомендации!

Похвала результативнее порицания. Ведь ругая малыша, мы говорим лишь о том, что делать нельзя. А когда вы покажете ребенку как надо?



Не торопитесь сказать ребенку: «Нельзя». Ведь он тянется за чем-то интересным для него. Своевременно покажите яркие интересные предметы ребенку. Дайте ему возможность при вас его рассмотреть.



Оценивайте действие ребенка, а не его самого. Больше пользы принесет фраза: «Не бросай чашку на пол», чем слова «Ты плохой!»



Игры и развивающие упражнения



Прилетели гули...

Расположите малыша у себя на коленях. Обхватите его руки и помашите ими, как крыльями. Пойте песенку:

Ай люли, люли, Прилетели гули. Прилетели, прилетели, На головку сели!

Пропевая последнюю фразу, положите ручки на головку малыша, а затем помашите его ручкой, как бы отгоняя птичек:

«Кыш, гули, кыш! Кыш, кыш, кыш!».

Плюх и бултых

Вам понадобятся таз с водой и различные по весу предметы. Посадите малыша на высокий стульчик, перед ним на пол поставьте таз с водой. Бросайте предметы в таз, каждый раз приговаривая: «Ай! Плюх! Упала! Ай, бултых, нырнула!». Пусть ребенок повторяет ваши действия с предметами.

Играя в эту игру, малыш не только научится бросать разные по весу предметы, но и познакомится с их скрытыми свойствами: тяжелые предметы тонут, легкие плавают.

Сними колечко с пирамидки

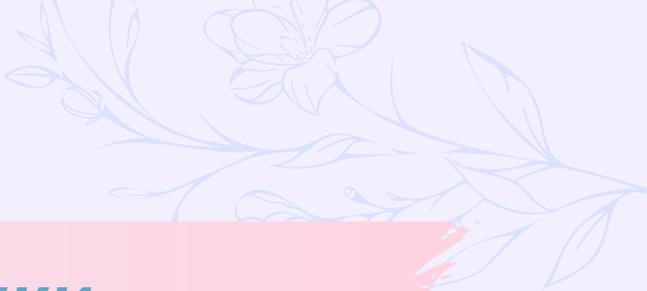
Вам понадобится пирамидка из 2-3 колец с большими отверстиями. Покажите малышу пирамидку, медленно снимите первое колечко, предлагая ребенку снять следующее. Колечки можно снимать по очереди или вместе с малышом. Не забывайте побуждать его словами: «Сними колечко! Вот так! Сними! Так-так!».

Игрушки	Цель
 <p>Ведро, коробка</p>	<p>Манипулятивные действия (складывание)</p>
 <p>Фломастеры</p>	<p>Развитие тонких зрительно-осязательных действий</p>
 <p>Игрушки, обладающие определенными свойствами: - машинка (катание); - губка посудная,</p>	<p>Предметные действия: катание, открывание, нажимание и т.д.</p>

Лесенка успехов

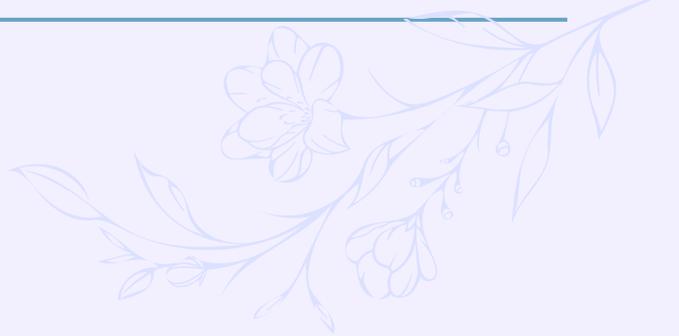
Успехи малыша	✓	✗
Сам встает, переступает от предмета к предмету.		
С игрушками действует в зависимости от их свойств (катает, вынимает и т. д.).		
Находит 2-3 знакомые игрушки в разных местах (на вопрос «Где?»).		
Знает свое имя, оборачивается на обращение к нему		
Хорошо пьет из чашки.		

***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Наши игрушки

Игры и упражнения



Десятый месяц

Ласковое имя _____

Рост _____

Прибавка в росте _____

Вес _____

Прибавка в весе _____



Психоэмоциональное развитие. В плане эмоционального развития начался процесс обособления малыша – он уже не является абсолютно зависимым от взрослого, поскольку может самостоятельно передвигаться. Однако он очень нуждается в поддержке поэтому будьте рядом.

Что запрещать, а что нет? В возрасте 10 месяцев малыш уже может понимать простые запреты. Однако не стоит злоупотреблять этим. Увлеченный чем-то малыш, просто не услышит вас. Поймите, что ему все интересно, он исследует мир и его свойства и никогда не ставит перед собой цель специально обижать или раздражать кого-то.



Наши рекомендации!

Необходимо позаботиться о зоне двигательной активности. Следует разговаривать куда можно забираться ребенку, а куда нет, ни при каких обстоятельствах



Открывайте для проветривания только форточки и ни в коем случае не окно полностью



Предоставьте простор для ползания. Важно, чтобы в доме было чисто, а опасных предметов на дороге малыша не встречалось.



Игры и развивающие упражнения

Погоня

Играйте в эту игру на полу, когда малыш научится хорошо ползать. Передвигаясь на четвереньках, громкошлепая ладонями по полу, приблизьтесь к ребенку, поцелуйте его. А затем таким же образом убегайте от него, приговаривая: «Догони мамочку! Догони-догони!». Когда он начнет вас догонять, развернитесь и, похлопав в ладоши, скажите:

«Догоню детку (имя ребенка)!

Догоню, догоню!». Пусть теперь малыш убегает, а вы догоняйте его. Эта игра доставит большое удовольствие малышу и никогда ему не надоест.

Шлепаем по водичке

Поставьте перед ребенком таз с водой и покажите, как можно ладошкой шлепать по воде. Шлепайте так по очереди и читайте стишок.

Тепики, тепики, По водице хлопика. Хлопика ладошками Да босыми ножками!

Если малышу понравилась игра, повторите ее несколько раз, побуждая его смеяться.

Мыльные пузыри

Посадите ребенка на пол, сядьте рядом. Пускайте мыльные пузыри, а малыш пусть их ловит. Эта игра обязательно понравится ему.



Игрушки

Цель

 Набор деревянного конструктора

Предметные действия, конструирование башни



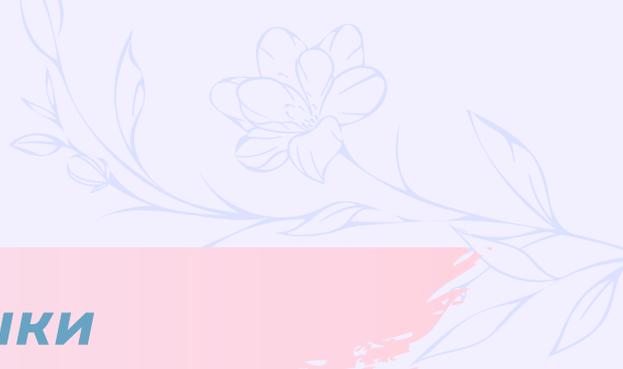
 Игрушки для ванной комнаты, приклеивающиеся к стенам ванны (животные, транспорт, предметы обихода и т.д.)

Предметные результативные действия (приклеивание), развитие речи как пассивной, так и активной

Лесенка успехов

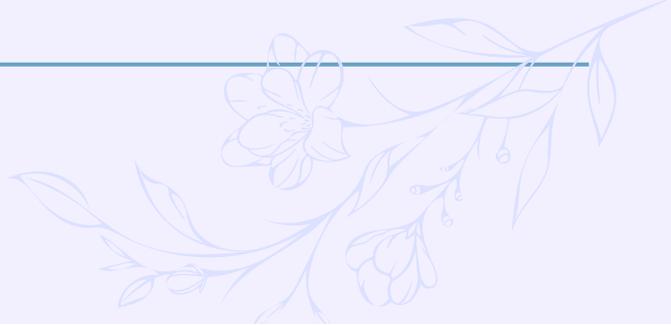
Успехи малыша		
Поднимается по лестнице на 3-4 ступеньки и спускается по ней		
По просьбе «Дай!» дает знакомый предмет		
Подражая, повторяет за взрослым новые слоги		
По просьбе взрослого выполняет соотносящие действия, может выполнять их самостоятельно.		

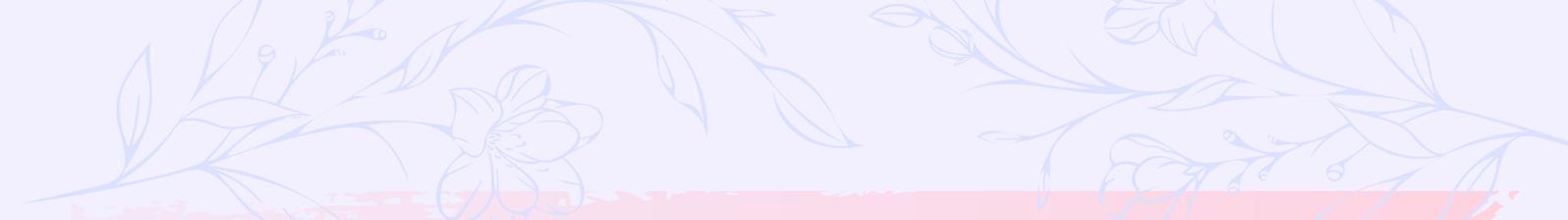
***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Наши игрушки

Игры и упражнения





Одиннадцатый месяц

Ласковое имя _____

Рост _____ Прибавка в росте _____

Вес _____ Прибавка в весе _____

Важно знать!

Физические навыки ребенка все больше совершенствуются. Теперь малыш может не только ползать или стоять с поддержкой, но и передвигаться приставными шагами по невысокой лесенке, держась за перила.

Психическое развитие. Обращаем внимание на то, как по мере расширения двигательных навыков, возможности общения возрастает стремление малыша к самостоятельности.

Развитие речи. Малыш активно использует приобретенные навыки речи в общении. Демонстрируйте ребенку, что вы его понимаете, и активно общайтесь.

Безопасность малыша. В возрасте 11 месяцев исследовательский интерес ребенка растет, возможности в передвижении и доступе к желаемым предметам – тоже. Внимательно следите за малышом во время его путешествий по комнатам. Постоянные запреты не будут восприниматься малышом, ему все хочется взять и попробовать на ощупь, на вкус. Старайтесь заменять слово нельзя на “опасно”, “стоп”, “это нельзя, а это можно”.



Наши рекомендации!

Не торопите ребенка в естественном развитии, и не сравнивайте его достижения с успехами других малышей



Дайте игрушку, завернутую в бумажную салфетку или фольгу, а потом предложите развернуть ее. Также давайте малышу возможность открывать коробочки и банки с завинчивающимися крышками.



Рисуйте и лепите. Давайте ребенку тонкие карандаши, мелки или фломастеры, а также соленое тесто и безопасный мягкий пластилин.



Игры и развивающие упражнения



Колокольчики-бубенчики

Положите на стол перед малышом два колокольчика и два бубенчика. Возьмите колокольчик и позвените, приговаривая: Колокольчик, динь-динь-динь, весело играет!

Предложите малышу взять такой же колокольчик и позвенеть вместе с вами. А потом позвоните бубенчиком.

Трынцы-тринцы, бубенцы, Раззвонились удалцы!

Побуждайте малыша следовать вашему примеру. Звоните то колокольчиками, то бубенцами, и он научится различать их звучание.

Опускаем изюм в пластиковую бутылку

Приготовьте чистый изюм, мисочку и прозрачную пластиковую бутылку. Играйте с малышом за столом. Покажите ему, как нужно брать изюминку и опускать ее в бутылку: «Возьми изюминку, положи ее в бутылочку. Так! Отлично!». Побуждайте его подражать вам, а потом действовать, ориентируясь только на ваши слова.

Открываем и закрываем коробочку

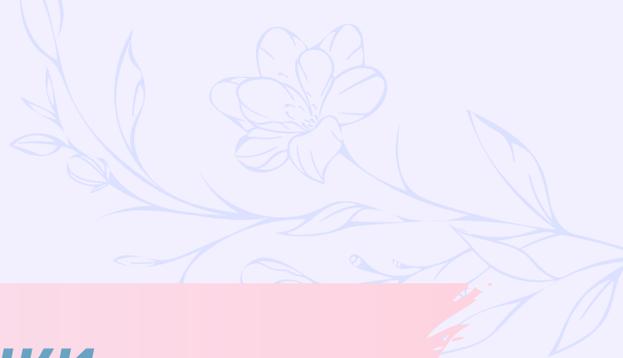
Вам понадобятся коробка с крышкой и бубенцы. Покажите малышу коробку, встряхните ее, пусть он прислушается к звуку спрятанных бубенцов. Предложите ребенку найти то, что звенит. Когда он откроет коробку и найдет бубенцы, поиграйте с ними: звоните бубенцами, перекладывайте их из руки в руку, прячьте за спину, вновь звени и наконец, предложите спрятать их в коробку и закрыть ее крышке. Сначала помогите ребенку, показав действия с коробкой, а потом пусть он действует самостоятельно.

Игрушки	Цель
 <p>Кольца и стержень, пирамидки (высота стержня 20 см, кольца с большими отверстиями)</p>	<p>Координация зрительно-осязательных движений</p>
 <p>Формы овощей и фруктов на липучках;</p>	<p>Формирование эталонов форм</p>
 <p>Тележка или сумочка для перевозки, переноски игрушек</p>	<p>Предметные действия</p>

Лесенка успехов

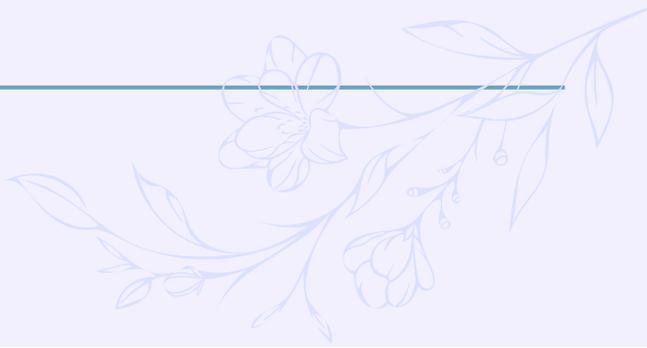
Успехи малыша	✓	✗
Стоит, делает первые шаги.		
По просьбе взрослого приносит любую игрушку (появляются первые обобщения).		
Произносит первые слова.		
По просьбе взрослого делает башенку, снимает и надевает кольца на стержень.		

***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Наши игрушки

Игры и упражнения



Двенадцатый месяц



Ласковое имя _____

Рост _____ Прибавка в росте _____

Вес _____ Прибавка в весе _____

Психомоторное развитие. Часть детей уже способна самостоятельно или с поддержкой ходить, часть – еще нет. Помним, что каждый ребенок развивается в своем индивидуальном темпе. Если в целом развитие малыша соответствует возрасту, он имеет хороший аппетит, активно взаимодействует с вами, играет, интересуется всем вокруг и активно ползает – оснований для беспокойства нет.

На что в развитии слуха стоит обращать внимание?

Если малыш в возрасте 12 месяцев не подражает речи взрослых, не реагирует на ваши просьбы или запреты, его лепет однообразный или вообще угасает, ребенок не интересуется источниками звуков, не реагирует на свое имя – следует обратиться к оториноларингологу в первую очередь и проверить слух ребенка.

Не менее важным является и соответствующее развитие вкуса. Опыт ребенка в этой сфере обогащается с введением новых продуктов прикармливания – овощей, фруктов, круп, мяса и иногда рыбы. Вы могли заметить, что малыш уже имеет свои кулинарные предпочтения.

Наши рекомендации!

*Предлагайте ребёнку разбирать и собирать пирамиду без учета размера колец.
Пирамидка должна стоять максимум из 3-х колец.*



В этом возрасте начинайте учить ребёнка держать ложку, маленькую кружку, манипулировать с мелким предметом в вашем присутствии.



Поддерживайте развитие речи постоянным общением. Называйте игрушки, которые даете или показываете, комментируйте собственные действия.



Игры и развивающие упражнения



Игра с бумагой

Вам понадобятся чистый лист бумаги и корзина. Посадите ребенка за стол. Сминайте лист бумаги и бросайте его в корзинку. Помогите малышу научиться этим действиям.

Разноцветные краски

Разведите гуашь в мисочке. Посадите ребенка на пол, предварительно расстелив рулон обоев. Обмакните в краску его пальчик и проведи' им по бумаге: «Вот так!». Обмакните ручку и оставьте отпечаток. Размазывайте краску одним, двумя пальчиками, всей ладошкой, шлепайте ладошками, оставляя следы. Веселитесь, наслаждайтесь игрой с краскам
Разделите с ребенком его восторг.

Кто как кричит

Читайте стихотворение, рассматривая с малышом книжку с соответствующими картинками. Побуждайте его к звукоподражанию. Возвращаясь к картинке, спрашивайте: «Как гусь кричит?» и т. д.

Гусь с гусятами живет в доме на лужайке.

Кто там голос подает?

Ну-ка, угадай-ка! Га-га-га-га-га!

Вот коза козлят ведет прямо на лужайку.

Кто там голос подает? Ну-ка, угадай-ка! Ме-ме-ме-ме-ме!

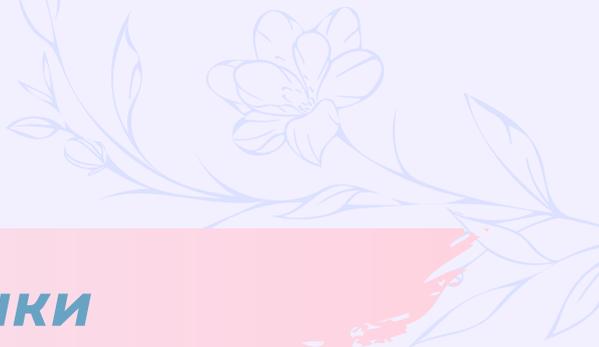
Воронят своих зовет Ворон на лужайку. Кто там голос подает? Ну-ка, угадай-ка! Кар-кар-кар-кар-кар!

Игрушки	Цель
 <p>Конструктор с крупными деталями и круглой верхушкой</p>	<p>Конструирование (предметные действия)</p>
 <p>Первые пазлы 3-6 штук или кубиков с составляющейся картинкой</p>	<p>Целостное восприятие</p>
 <p>Матрешка, игрушки-вкладыши</p>	<p>Ориентировка в величине больше-меньше</p>

Лесенка успехов

Успехи малыша	✓	✗
Самостоятельно ходит.		
Легко подражает новым слогам, произносит 6-10 слов.		
Появляется обобщение в действиях: кормит родителей, подражает всем действиям		
Самостоятельно пьет из чашки, пытается действовать ложкой.		

***Если у малыша, что-то не получается не стоит сильно беспокоиться, каждый ребенок развивается индивидуально, по возникшим вопросам обратитесь за консультацией к неврологу, психологу, педиатру.**



Наши игрушки

Игры и упражнения

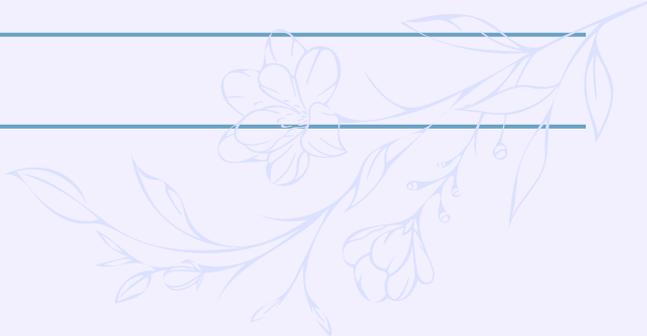
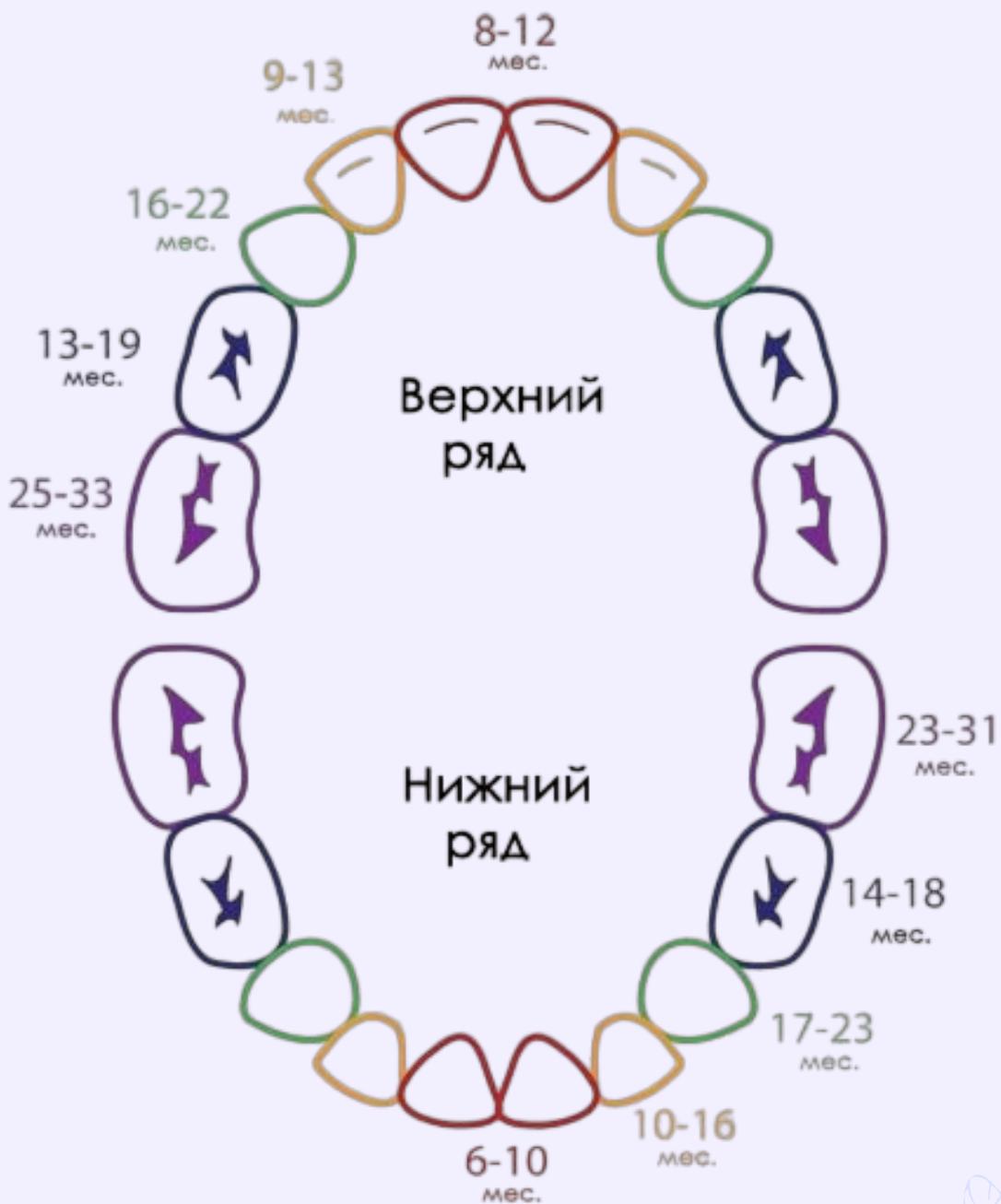


График роста зубов





**Очное и онлайн консультирование психолога,
специалиста по социальной работе, юриста
Групповые развивающие занятия для малышей
от 0 до 4 лет**

*Консультацию по воспитанию детей можно получить:
КГУСО "Краевой кризисный центр для женщин"
656010, г. Барнаул, а/я 3521, ул.Смирнова 79г,*



E-mail: womenkrisis@yandex.ru



Телефон для записи: 8 (3852) 34-22-55



Кризисная линия для женщин: 8 (800) 201-47-17



Сайт: www.womenkrisis.ru



Телеграм: [@altay_women_center](https://t.me/altay_women_center)



ВКонтакте: <https://vk.com/womenkrisis>



**Фильм
о центре**



**Сайт:
womenkrisis.ru**