Пенни Уорнер

160 развивающих игр

для детей от рождения до трех лет

Penny Warner

Baby Play And Learn

160 Games and Learning Activities for the First Three Years

Пенни Уорнер

160 развивающих игр

для детей от рождения до трех лет

Перевод с английского

Москва
2013

УДК 372.3
ББК 74.100.57
У64

Переводчик Мария Кульнева
Редактор Роза Пискотина

Уорнер П.

У64 160 развивающих игр для детей от рождения до трех лет / Пенни Уорнер. Пер. с англ. — М.: Альпина нон-фикшн, 2013. — 352 с. (Серия «После трех уже поздно»).

ISBN 978-5-91671-273-5

За первые три года жизни в ребенке можно заложить много важных и полезных качеств, которые в старшем возрасте развить очень трудно. Многие молодые мамы и папы знают об этом, но не понимают, как сделать это на практике. Эта книга — ответ на вопрос «Как». Игра — лучший способ обучить ребенка навыкам. В книге обобщены наработки лучших мировых специалистов по обучению детей с помощью игр. Некоторые игры могут показаться знакомыми, а некоторые совсем нестандартными и неожиданными, но все игры объединяет то, что они увлекательны и помогают ребенку развиваться. Книга не упускает из внимания важные детали веселых занятий с малышами — от материалов и предметов, которые можно использовать для развивающих игр, до особенностей хрупкой детской психики, которые нужно учитывать, поощряя ребенка к новым подвигам и достижениям.

УДК 372.3
ББК 74.100.57

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу lib@alpinabook.ru.

© Penny Warner, 1999
Публикуется с разрешения MEADOWBROOK PRESS (США) при содействии Агентства Александра Корженевского (Россия)

© Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО «Альпина нон-фикшн», 2013

ISBN 978-5-91671-517-6
(Серия «После трех уже поздно»)
ISBN 978-5-91671-273-5 (рус.)
ISBN 0-88166-328-X (англ.)

Содержание

Вступление 11

От рождения до трех месяцев

А теперь нет! 18
Детский мячик 20
Детский массаж 22
Ванна с пузырьками 24
Пчелка Жу-Жу 26
Глазик мигает 28
Лицо на руке 30
Веселые пинетки 32
Попался! 34
Ладушки 36
Веселые ножки 38
Волшебное зеркало 40
Человек-оркестр 42
Музыкальные моменты 44
Ку-ку 46
Падающие звезды 48
Лицо с картинками 50
Переворачивания 52
Разговор с животиком 54
Червячок 56

От трех до шести месяцев

Песенка с именем 60
Малыш в автобусе 62
Лодочка 64

Лети, крошка, лети 66
Рыбалка 68
Шляпы долой 70
Футболист 72
Маленькая машинка 74
Звоночки и трещотки 76
Старина Макдональд 78
Разожми и сожми 80
Веселая кукла 82
Скачем на пони 84
Дождик 86
Лошадка 88
Блуждающий огонек 90
Шустрый паучок 92
Раздави банан 94
Оп-ля! 96
Маленький пловец 98

От шести до девяти месяцев

Абракадабра 102
Зоопарк 104
Гороховые друзья 106
Барабанщик 108
Сейчас поймаю! 110
Счастье! 112
Ледяной дворец 114
Возьми горошину 116
Родитель из табакерки 118
Дикобраз 120
Секретное местечко 122
Плавает или тонет? 124
Снежок 126
Давай сожмем! 128
Веселые качели 130
Потрогай и скажи 132

Туннель 134
Вверх и вниз по лестнице 136
Птичка 138
Где игрушка? 140

От девяти до двенадцати месяцев

Давай поговорим 144
Бубенцы звенят 146
Поймай светлячка 148
Живые пальчики 150
Пальчики и пяточки, ротик и животик 152
Миска в миске 154
Переправа 156
Дуй, ветерок! 158
Тяни-толкай 160
Горка 162
Червячки из спагетти 164
Веселые губки 166
Липкие игрушки 168
Волшебная футболка 170
Страна ощущений 172
Чудесный пластырь 174
Колесо 176
Туннель 178
Строим и ломаем 180
Сто одежек
и куча застежек 182

От года до полутора

Домик для малыша 186
Боди-арт 188
Автогонки 190
Коробка в коробке 192
Маленький альпинист 194
Пять пальчиков 196

За мной! 198
С головы до ног 200
Веселый жонглер 202
Послушай! 204
Маэстро 206
Бумажки 208
Пузырьки 210
Мячики из носков 212
Соберем оркестр 214
Чудо-веревочка 216
Разговор с рукой 218
Разговор через тубу 220
Пройдись по лестнице 222
Желатиновые червячки 224

От полутора до двух лет

Ходим, как животные 228
Детский баскетбол 230
Клад 232
Маленький повар 234
Догонялки на четвереньках 236
Танцующий малыш 238
Одень папу 240
Веселые льдинки 242
Палец-привидение 244
Смесь для кексов 246
Радужное тесто 248
Красный свет,
зеленый свет 250
То же самое или другое? 252
Обувной магазин 254
Смешные башмачки 256
Паук в паутине 258
Веселые наклейки 260
Парад с лентами 262

Потрогай это! 264
Звуки зоопарка 266

От двух до двух с половиной лет

Клоунский рот 270
Танцуем до упаду 272
Карнавал 274
Фланелевая сказка 276
Веселый, грустный и злой 278
Одно к другому 280
Где прячется музыка? 282
Мама, можно? 284
Бумажный костюм 286
Ходим-ходим
мы по кругу 288
Каляки-маляки 290
Что звучит одинаково? 292
Волшебные наклейки 294
Сказочник 296
Попробуй и скажи 298
Детский боулинг 300
Мяч в корзине! 302
Уборка 304
Что внутри? 306
Что не так? 308

От двух с половиной до трех лет

Веселый мешок 312
Имитатор 314
Раскопки 316
Игра в шляпы 318
Разложи белье 320
Угадай звук 322
Волшебные очки 324
Все смешалось 326

Картинки из пудинга 328
Подбери пары 330
Песок и вода 332
Игра в «Наперсток» 334
Смешные истории 336
Запахи 338
S. O. S. 340
Найди наклейки 342
Театр сказок 344
Канатоходец 346
Водные чудеса 348
Что случилось? 350

Вступление

Добро пожаловать на веселые страницы книги «160 развивающих игр для детей от рождения до трех лет». Именно в первые три года ваш малыш быстрее всего растет и развивается. Ребенок преображается:

- *физически* — тренируя мелкую и общую моторику;
- *умственно* — развивая мышление и способность решать проблемы;
- *вербально* — учась понимать слова и выражения;
- *психологически* — узнавая все больше о себе самом;
- *социально* — обучаясь взаимодействию с другими людьми;
- *эмоционально* — выражая собственные чувства.

Ни в какой другой период, за исключением внутриутробного развития, ребенок не растет, не меняется и не учится так быстро, как в эти первые годы жизни. И вы как родитель, воспитатель или няня можете обеспечить ребенку наилучшую среду для полного раскрытия его потенциала.

Имейте в виду следующие важнейшие вещи:

1. Ребенок учится в первую очередь через игру.
2. Лучшая игрушка для ребенка — это вы.
3. Веселитесь вместе с малышом!

Поскольку вы — самая лучшая игрушка для вашего малыша, то большая часть игрового «оборудова-

ния» у вас всегда под рукой: ваше лицо, руки и другие части тела. Все, что вам нужно, — это немного стимулирующих идей, материалов для творчества и времени, чтобы повеселиться.

В книге мы предлагаем вам 160 специальных игр и занятий, в частности задания и формы вознаграждения, способствующие развитию ребенка. Каждая игра построена с учетом рекомендаций современных специалистов по развитию. В результате длительных исследований они обнаружили массу способов помочь ребенку полнее раскрыть свой потенциал и при этом получать удовольствие. Будучи в течение 20 лет инструктором по развитию, я знаю, как нравится родителям играть с детьми, единственное, чего им не хватает, — это новых идей для веселых игр.

В этой книге вы найдете:

- Рекомендуемый возраст для каждой игры и занятия.
- Список всего, что необходимо для каждой игры или занятия.
- Пошаговые инструкции для каждой игры и занятия.
- Дополнительные возможности познавательных развлечений.
- Советы по безопасности, гарантирующие, что ребенок не пострадает во время игры.
- Список навыков, которыми овладевает ребенок в игре.

Не забывайте, что:

- *Ребенок учится посредством своих органов чувств.* Ему нужно много стимулирующих

объектов, чтобы он мог их разглядывать, пробовать на вкус, ощупывать и нюхать. Помните, что лучшая игрушка для ребенка — та, что стимулирует все пять его чувств, и это вы!

- *Ребенок реагирует на разнообразную среду.* Это не значит, что у него должны быть сотни игрушек. Однако вы должны выбирать игрушки, подходящие для конкретного этапа его развития, предлагать ребенку разные игрушки, и уделять играм много времени. Помните: чем проще игрушка, тем более сложной может быть игра.
- *Ребенок учится путем имитации.* Дети любят копировать то, что делают окружающие. Вначале вы делаете что-то, а ваш ребенок учится повторять за вами. Обязательно используйте различные жесты и выражения лица, демонстрируя ребенку игру, действие или игрушку. Хорошо, если ролевой моделью для малыша станет старший ребенок.
- *Ребенок учится с помощью разных типов игр.* Различные игры и занятия помогают ребенку разобраться в своих ощущениях, страхах и в окружающем мире. Игры бывают:
  - *самостоятельные*, когда дети сами устанавливают темп игры, решают задачи и делают выбор;
  - *с другими детьми*, когда они видят иные типы игр, исследуют окружающий мир и общаются;
  - *спокойные*, когда достаточно собственных пальчиков или языка, книг, музыки, или кукол;

  - *активные*, когда в ход идут руки и ноги, чтобы двигаться, бросать или пинать что-то, танцевать;
  - *ролевые*, когда дети становятся чудовищами, животными, супергероями и персонажами мультфильмов.

- *Ребенок учится в процессе повторов.* Детям нравится проигрывать одно и то же снова и снова. Начните с простых заданий, сделайте их веселыми, а затем постепенно вводите более сложные условия, по мере того как ребенок станет лучше обрабатывать информацию, управлять собственным телом и взаимодействовать с другими людьми. Очень скоро любимыми словами вашего малыша станет: «Давай еще!»
- *Ребенок развивается на личном опыте.* Хотя детские игры и научение начинаются с наблюдения за действиями других, надолго сторонним наблюдателем ребенок не останется. Он захочет делать все сам. Пусть ребенок при любой возможности самостоятельно взаимодействует с окружающей средой. Нет такого возраста, в котором играть или учиться слишком рано. Пусть малыш пытается, а вы предоставите ему помощь, когда она необходима.
- *Ум ребенка развивается в процессе решения задач.* Давайте ребенку простые задания по развитию навыков, и по мере освоения усложняйте их. Задачи должны быть достаточно простыми, чтобы ребенок не испытывал разочарования и не прекращал попыток, но вместе с тем до-

статочно сложными, чтобы ему было интересно и не надоедало заниматься этим. Помогайте ребенку делать маленькие шаги на пути к успеху.

- *Ребенок учится с помощью языка.* Говорите с ребенком во время игры, объясняйте, что и зачем вы делаете. Дети часто понимают больше, чем нам кажется, и у вас должна выработаться привычка объяснять процесс или назначение игры, действия или игрушки. Детям нравятся вербальные игры, поэтому язык должен стать частью любой игры.
- *У каждого ребенка свой темп развития.* Не давите на ребенка и следите, чтобы он не был ошеломлен слишком широким выбором возможностей. Если ребенок еще не готов к чему-либо, не ставьте перед ним непосильных задач. Следите за тем, как играет ваш ребенок, чтобы понять, какой темп для него приемлем, а когда это будет необходимо, усложняйте задания.
- *У ребенка все получается, когда он уверен в себе.* Побольше хвалите и поощряйте ребенка во время игры и настраивайте его на успех, а не на поражение. Помогайте ему находить разные способы игры, решения задач, совершения открытий и обучения. И наслаждайтесь проведенным вместе временем!

Вашему ребенку больше всего на свете нравится играть с вами. Познавательный аспект игры — всего лишь полезное дополнение. Поэтому переворачивайте страницу и начинайте веселиться вместе! Пришло время для игры!

ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ТРЕХ МЕСЯЦЕВ

Раньше считалось, что новорожденный ребенок совершенно беспомощен. Специалисты говорили, что он не может видеть, слышать и мыслить. Однако впоследствии исследования показали, что ребенок способен видеть, слышать и даже учиться еще до рождения; рост ребенка в материнской утробе — период наиболее стремительного развития.

Второй по интенсивности развития период — от рождения до трех месяцев. Как только малыш появился на свет, он активно учится. Это касается множества разных умений — когнитивных, или мыслительных, физических и моторных, развития его личности, в том числе выражения эмоций, самосознания и социальных навыков. Чтобы получить от этого важнейшего периода как можно больше, поддерживать развитие ребенка нужно с самого рождения.

Мышление начинается с первого момента жизни, когда ребенок старается осознать новый для него мир. Хотя первые слова он в среднем произносит только к концу первого года, в этом возрасте он понимает уже около 50 слов. Улучшение когнитивных навыков идет непрерывно. Еще до того, как вы

об этом узнаете, ребенок решает свои проблемы, отвечает для себя на различные вопросы и узнает, как получить желаемое. В этом разделе содержится множество игр, в которые вы можете играть с ребенком, чтобы улучшить его когнитивное развитие.

По мере того как ребенок развивается физически, можно видеть изменения в его моторных навыках, начиная с первых попыток координировать глаза с руками и заканчивая способностью ходить, бегать, лазать, ездить верхом и даже кататься на лыжах! Сам процесс идет небольшими шажками, едва заметно, но вы можете поощрять его с помощью различных веселых игр, представленных в этом разделе.

Так же стремительно совершенствуются его психологические и социальные навыки, от первого зрительного контакта до способности выражать свои эмоции, вступать в новые социальные отношения и понимать собственную исключительность. Игра помогает развивать индивидуальные способности ребенка, гармонизирует его мир в психологическом, социальном и эмоциональном плане.

Так чего же вы ждете? Пользуйтесь каждым мгновением этих первых трех месяцев. Ведь малыш растет так быстро!

А теперь нет!

Появившись на свет, ребенок большую часть времени проводит, пытаясь осознать новую среду обитания. Помогите ему, сыграв в игру «А теперь нет!».

Что понадобится:

- Яркие мягкие игрушки
- Коробка или ведро
- Полотенце, одеяло или кусок ткани

Осваиваемые навыки	• Предвосхищение событий • Когнитивные/мыслительные навыки • Постоянство и стабильность объектов

Что нужно делать:

1. Возьмите несколько ярких мягких игрушек и поместите их в коробку или ведро вне поля зрения ребенка.
2. Удобно устройте ребенка в детском стульчике и сядьте напротив него.
3. Достаньте из коробки одну игрушку и покажите ее ребенку. Держите игрушку близко к своему лицу и разговаривайте с ребенком, чтобы привлечь его внимание.
4. Пока ребенок смотрит, накройте игрушку тканью.
5. Скажите ребенку: «А теперь нет!»

6. Подождите несколько секунд, затем откройте игрушку и радостно сообщите: «Вот она!»
7. Повторяйте с разными игрушками.

Варианты игры. После того как вы несколько раз спрячете игрушку, уберите ее подальше. Понаблюдайте за реакцией ребенка, когда он будет пытаться понять, что случилось; затем снова покажите ему игрушку. Прячьте игрушку в разных местах, чтобы ребенок не терял интереса.

Безопасность. Если ребенок расстраивается, когда игрушка исчезает, прячьте ее медленно, чтобы показать ему, что вы делаете. Не убирайте игрушку слишком надолго.

Детский мячик

Всем нужны упражнения — даже вашему новорожденному малышу! С помощью детского мячика вы улучшите кровообращение ребенка, тонус мышц и гибкость, а также поможете ему научиться контролировать движения тела.

Что понадобится:

- Большой мячик, примерно 60–90 см в диаметре (можно приобрести в магазинах игрушек, спортивных товаров или учебных пособий)
- Большой участок пола, застеленного ковром

Осваиваемые навыки	• Контроль движений и гибкость • Положение в пространстве • Доверие

Что нужно делать:

1. Разденьте малыша до подгузника, чтобы он не скользил по поверхности мяча.
2. Положите мяч на середину комнаты на ковер.
3. Сядьте на пол лицом к мячу. Ребенка поместите с другой стороны мяча, напротив вас.
4. Перекатите ребенка через мяч, аккуратно держа его, чтобы он не упал.
5. Покатайте ребенка на мяче вперед-назад и влево-вправо.
6. Поэкспериментируйте с мячом, пробуя разные упражнения.

Варианты игры. Слегка сдуйте мяч. Если у вас нет мяча, можете воспользоваться диванной подушкой или валиком.

Безопасность. Обязательно все время крепко держите ребенка, чтобы он не упал и не скатился с мяча. Чтобы ребенок не пугался и доверял вам, движения должны быть медленными.

Детский массаж

Ребенок начинает реагировать на прикосновения с момента рождения. Он успокаивается, чувствуя осязательный комфорт, когда вы держите его на руках. Если вы начнете делать ему массаж, он будет в восторге от ваших мягких рук.

Что понадобится:

- Одеяло или полотенце
- Детское масло или лосьон

Осваиваемые навыки	• Осознание собственного тела • Развитие тактильной чувствительности • Социальное взаимодействие

Что нужно делать:

1. Расстелите одеяльце или полотенце на мягком ковре.
2. Положите голенького малыша на животик на одеяльце.
3. Налейте немного детского масла на руки и потрите ладони, чтобы согреть их.
4. Аккуратно массируйте ребенка от шеи к плечам, вниз вдоль рук, по спине сверху вниз, по ногам от бедер до ступней. Касайтесь тела малыша нежно, не слишком надавливая, но и не слишком легко.

5. Переверните ребенка на спинку и повторите, добавив масла.

Варианты игры. Массируйте ступни и кисти рук ребенка каждый раз во время кормления, купания или сидя на скамейке в парке; масло использовать не обязательно.

Безопасность. Ваши касания должны быть мягкими, чтобы вы не натерли кожу ребенку. Убедитесь, что у вашего малыша нет аллергии на масло или лосьон, которым вы пользуетесь. Не трогайте лицо ребенка, чтобы масло не попало в глаза.

Ванна с пузырьками

Большинство малышей любят купаться, хотя есть и такие, которым вода не очень нравится. Но какой бы ни была реакция вашего ребенка, вы можете сделать купание более веселым, добавив немного детской пены для ванн.

Что понадобится:

- Мягкое махровое полотенце
- Пластмассовая детская ванночка
- Детская пена для ванн
- Полотенце

Осваиваемые навыки	• Осознание собственного тела • Развитие речи • Навыки слушания • Сенсорная стимуляция

Что нужно делать:

1. Положите махровое полотенце на дно ванночки, чтобы малыш не скользил.
2. Наполните ванночку теплой водой и добавьте немного пенного раствора.
3. Опустите ребенка в ванночку, все время крепко придерживая его, чтобы ему не было страшно.
4. Поддерживайте ребенка в сидячем положении, чтобы он мог безопасно радоваться пузырькам и плескаться, если захочет.
5. Мойте ребенка, напевая песенку «Как мы моемся»:

Вот мы моем личико,
Личико, личико.
Аня [имя ребенка] *вместе с мамой*
Моют Ане личико.

Продолжайте петь, называя разные части тела ребенка: «Моем шейку, грудку, спинку, ножки, ручки и т. д.».

Варианты игры. Примите ванну вместе с малышом. Возьмите с собой какие-нибудь игрушки или используйте махровый коврик в виде зверушки или куклы.

Безопасность. Помните о двух правилах, которые помогут ребенку наслаждаться купанием:

- Малыш должен все время чувствовать себя в безопасности — не давайте ему скользить и опускаться под воду.
- Вода всегда должна быть теплой — не слишком горячей и не слишком холодной.

Пчелка Жу-Жу

С самого рождения ребенок познает мир через свои органы чувств. Эта игра развивает способность ребенка определять источник звука, что помогает лучше контролировать положение головы и общую моторику.

Что понадобится:

- Мягкое одеяло
- Ваш рот
- Ваш палец

Осваиваемые навыки	• Контроль над головой и шеей • Расположение источника звука и прикосновения • Контроль моторики • Социальное взаимодействие

Что нужно делать:

1. Положите ребенка на спинку на мягкое одеяльце.
2. Сядьте рядом с ребенком, чтобы он хорошо вас слышал.
3. Издайте звук, имитирующий жужжание пчелы, одновременно приближая палец к ребенку.
4. Через несколько секунд прикоснитесь к ребенку пальцем и скажите: «Пчелка Жу-Жу!»

5. , « > » / >
.

" "J > '
/ #G , > # >
. , / / -
, > / .
/ / . F/? -
> / # * #G
/ # > ' U

< J # / /
+ . V
# , # .

Лицо на руке

С самого рождения больше всего ребенок любит рассматривать человеческие лица. Что-то привлекает его внимание, когда он смотрит на нос, на глаза, на рот. Игра в «Лицо на руке» основана на этой притягательности.

Что понадобится:

- Вязаная перчатка
- Ножницы
- Ваша рука
- Цветные фломастеры

Осваиваемые навыки	• Способность фокусировать зрение • Распознавание лиц • Социальное взаимодействие

Что нужно делать:

1. Отрежьте пальцы от вязаной перчатки.
2. Фломастерами нарисуйте на перчатке лицо. Глаза и рот сделайте крупными, яркими и разноцветными.
3. Наденьте перчатку на руку.
4. Держа ребенка на коленях, поверните лицо, изображенное на перчатке к нему.
5. Теперь шевелите пальцами и медленно двигайте руку с нарисованным лицом, чтобы ребенок испытал радость от общения со своим