**План развития ребенка от 1 года до 2 лет: игры и развивающие упражнения**

***За год малыш научился многому: садиться, ползать, даже ходить, но следующий год для малыша должен стать не менее насыщенным и интересным. Ребенок научился ходить, а значит, наступил этап активного познания окружающего мира, это надо использовать во благо и в целях развития нашего малыша.***

Обучение крохи будет более эффективным, если оно будет направлено и организовано взрослым. А для того, чтобы родителям понимать, в какую сторону двигаться в части совместных занятий с ребенком, предлагаем вам план. План охватывает все сферы жизнедеятельности малыша, и направлен на развитие его когнитивных процессов.

***Упражнения для развития логики ребенка***

***в период с 1 года до 2 лет***

1. «Собери только» (учиться выбрать из разбросанных предметов только определенные - по заданию мамы. Например – сложи в коробочку только шишки, только красные предметы и т.п.).

2. Учиться сортировать предметы (по форме, по размеру, по цвету).

3. Собирать [простейшие пазлы](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=1204)или картинки разрезанные на части (в полтора года это будут пазлы из двух деталей, более сложные формы средний ребенок обычно учиться складывать самостоятельно после двух лет).

4. Собери из частей – игры из мягких конструкторов (ковролин, фетр) или бумажных шаблонов, играя с которыми, ребенок учится складывать простейшие фигурки - домик, грибочек и т.п. из 2-3 деталей (самодельные конструкторы подойдут намного лучше, так как у мамы возникает возможность сделать конструктор, исходя из индивидуальных особенностей ребенка).

5. Игры с [рамками-вкладышами](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=1196) и их бумажными аналогами:

6. Ближе к двум годам – собирание пирамидки из [кубиков разного размера](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=1102):

7. [Сложи стаканчики](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=687), построй башню из стаканчиков:

8. Задание на усложненную классификацию по типу «найди большой желтый кружок», «найди маленький синий квадрат» (такие задания больше подойдут детям ближе к двум годам, при условии, что ребенок уже хорошо различает предметы по форме и цвету и освоил простейшую сортировку).

9. Игры со всевозможными сортерами.

***Упражнения для развития внимания детей***

***в возрасте от 1 года до 2 лет***

1. Игра в «Найди пару» - с носочками, варежками, [карточками (лото)](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=1235), [игра «Угодай-ка»](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=1384)

2. Игра «Что в этой комнате?» - по заданию мамы искать «что в этой комнате красное, твердое, мягкое и т.п.».

3. Игра «Где в этой комнате»? (найди, где в этой комнате белый медвежонок, твоя любимая кукла и т.п.).

4. «Найди по звуку» - мама прячет в комнате играющую музыкальную игрушку – малыш должен найти ее по звуку.

5. «Найди маму» - игра в прятки (мама прячется так, чтобы найти ее было очень легко, иногда подсказывает – зовя малыша к себе).

6. «Найди похожий узор» - разновидность игры «найди пару» - найди предметы (платочки, варежки, шапочки) с одинаковым узором (обычно для этого используют нарисованные или распечатанные пособия).

***Изучение свойств предметов***

В процессе игр с ребенком, общения, чтения книг, уделяйте внимание следующим понятиям:  
1. Большой-маленький.  
2. Название цветов, можно использовать игру [«Цветик-семицветик»](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=489)  (как базовых – синий, красный, желтый, зеленый, а позже познакомить со всеми цветами радуги и нетипичными цветами, например, салатовый).  
3. Изучение геометрических фигур (круг, квадрат и т.п.).  
4. Один-много.  
5. Горячий-холодный.  
6. Высокий-низкий.  
7. Вверх-вниз.  
8. Предлоги.  
9. Грустный-веселый.  
10. Твердый-мягкий.  
11. Грязный-чистый.  
12. Спереди-сзади.  
13. Сухой–мокрый.  
14. Колючий.  
15. Гладкий.  
16. Шершавый.  
17. Легкий –тяжелый.

***Лексические темы***

С ребенком важно постоянно общаться и рассказывать ему о том, что происходит вокруг, давать понятийное обозначение предметов, с которыми сталкивается ребенок.  Таким образом, мы работаем над развитием словарного запаса и понятийного аппарата ребенка. Ощупывание предметов, игры с ними, будут способствовать быстрейшему усвоению новых знаний.

***Итак, в возрасте от 1 года до 2 лет, для развития речи ребенка, вводим следующие понятия:***

1. Посуда.  
2. Рыба.  
3. Растительность (деревья, кусты, трава, цветы, листья).  
4. Машины.  
5. [Кораблик](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=1013).  
6. Домики.  
7. Цветы.  
8. Грибы.  
9. Мой дом (кухня, ванная, туалет, прихожая, гостиная, спальня, детская, шкафы).  
10. Город (улицы, дома, дворики, проезжая часть, общественный транспорт, парки).  
11. Овощи, фрукты, для этих целей, можно сделать наглядный материал: [овощи и фрукты своими руками](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=1088).  
12. Продукты, еда.  
13. Животные домашние.  
14. Животные дикие.  
15. Одежда, отлично подойдет [игра «Одевалка».](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=1197)  
16. Мебель.  
17. Птицы.  
18. Части тела, части лица.  
19. Насекомые (муравей пчелка и т.п.).  
20. Солнышко, тучки, месяц, луна, звезды, дождь, снег, лужи.

***Творчество для детей в возрасте от 1 года до 2 лет***

1. Рисование: восковыми мелками, красками, фломастерами (лучше брать на водной основе  – они хорошо отстирываются). Карандашами в этом возрасте деткам рисовать как правило трудно – нужно делать сильное усилие, чтобы оставить след на бумаге, кроме того они быстро ломаются.

2. Учить пользоваться красками – мыть кисточку после каждого цвета, смачивать кисточку в воде.

3. Рисование пальчиками.

4. Рисование губкой (полосочками и [штампиками,](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=325" \t "_blank) вырезанными из губки для мыться посуды, для рисования губкой используется гуашь или пальчиковые краски).  
5. Рисование силуэтов: из листа бумаги делается трафарет - внутри листа вырезается простой силуэт - например, елочка, домик, грибочек. Трафарет накладывается на чистый лист бумаги, малыш разукрашивает окошко трафарета (силуэты елочки, грибочков и т.п.). В конце работы трафарет удаляется и на нижнем листе бумаги остается симпатичное детское творчество.

6. В игровой форме начинать учиться рисовать линии (вертикальные, горизонтальные), ближе к 2 годам – кружки. Важно – навыки рисования линий и кругов в этом возрасте очень индивидуальные, кто-то учится этому позже, кто раньше, обязательно нужно учитывать интерес и способности малыша.

7. Ближе к двум годам можно начинать осваивать раскрашивание (тоже очень индивидуально: все - таки большая часть детей успешно осваивают это умение где-то после двух). Учиться раскрашивать лучше красками – такая техника намного легче для ребенка. Можно начинать обучение, раскрашивая вырезанные из бумаги силуэты рыб, грибочков и т.п.

8. [Лепка из пластилина](http://www.mamac.ru/interest/interest?id=196), теста: учить отщипывать комочки, прикреплять их к бумаге (выполнять композиции «покорми курочку зернышками, сделай собачке котлетку" и т.п.), делать колбаски, лепешечки, прятать в пластилин/тесто предметы и находить их, резать тесто ножичком, раскатывать скалочкой, оставлять на тесте отпечатки, вырезать фигурки специальными формочками (похожими на формочки от печенья). В описанных навыках лепки все также индивидуально – что-то ребенок легко усвоит в 1,5 года, что-то «придет» уже после двух – у всех по-разному.

9. [Аппликация из бумаги](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=717) (различной фактуры), аппликация из рваной бумаги, аппликация из «скомканной» бумаги.

10. [Аппликация крупой](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=973).

11. Аппликация на тесте (на тесто выкладываются различные предметы (фасоль, мозайка, желуди и т.п и вдавливаются в тесто - получаются интересные орнаменты).

12. Поделки, сочетающие в себе различные техники (лепка и моделирование, аппликация и лепка и т.п.).

***Упражнения для развития речи и артикуляции ребенка в возрасте от 1 года до 2 лет***

1. Продолжать учиться звукоподражанию. Учить, как говорят животные (ква-ква, бум-бум и т.п.) - если малыш еще плохо говорит. Если развитие речи в норме – продолжаем осваивать те звукоподражания, которые еще не освоили – тренируем речевой аппарат (учимся произносить сложные звуки в простых звукосочетаниях).

2. Учимся дуть (выдуваем мыльные пузыри, задуваем свечки, сдуваем ватные шарики и т.п.) – навык индивидуальный – у многих он развивается уже после двух лет.

3. Выполнять [пальчиковую гимнастику](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=979), развивать моторику.  
«Мама-радио» - стараемся много говорить с ребенком, сопровождать обсуждением большинство действий и дел (давай одевать шапочку, штанишки, сейчас будем кушать, смотри, какой цветочек и т.п.). Стараемся говорить с ребенком медленно и четко (чем медленнее и четче в обычной жизни говорит мама, тем легче, быстрей и правильней начинает говорить ребенок).

4. Читать книги, для малышей лучше предлагать [мягкие книжки](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=667), которые можно сделать самим или из плотного картона.

5. Если ребенок говорит достаточное количество слов – совместно рассказывать стихи (мама начинает – «наша Таня громко…» ребенок продолжает– «плачет!») - обычно это возможно осуществить в среднем - к двум годам (у всех индивидуально).

6. По возможности, побуждать ребенка к речи и звукоподражаниям (скажи "дай!", "скажи, что это", "скажи, как мяукает кошечка", и т.п.).

7. Обыгрывать различные ситуации с игрушками, в процессе которых ребенок будет говорить простые слова и звукоподражания ("давай покачаем куклу, спой ей "а-а", "побибикай машинкой - "би-би", "попроси у мишки чашку, скажи, "дай, мишка!" и т.п.).

***Упражнения для развития музыкального слуха и чувства ритма у детей в возрасте от 1 года до 2 лет***

1. Логоритмика - танцы под музыку (например, [методика Железновых](http://www.mamac.ru/knowledge/188.htm)).  
2. Игра на детских музыкальных инструментах (в том числе самодельных).  
3. Знакомимся с понятиями «громко – тихо» (играем на ложках, барабане громко-тихо).  
4. Знакомимся с понятиями «быстрая - медленная музыка».  
«Прислушайся! (прислушиваемся к разным звукам – как капает вода из крана, чирикают птицы, шумят деревья, едет машина и т.п.).  
5. Знакомимся с понятиями «шум – тишина».  
6. Прослушивание классической музыки фоном.  
7. Активное слушанье классической музыки – обсуждение («вот это быстрая и веселая музыка, она рассказывает нам как быстрые птички летают по небу, мы вот так быстро и весело танцуем под нее. А вот грустная, спокойная музыка, это кошечка скучает - мы вот так медленно танцуем под нее» – ребенок вслушивается в музыку, интуитивно начинает понимать, что у каждой музыки свой характер и особенности).  
8. Просить ребенка выполнять просьбы шепотом (развивает слух – "принеси куклу, дай мячик").

***Упражнения для развития сенсорики у детей в возрасте от 1 года до 2 лет***

Игра с разными материалами – кусочками ткани разной фактуры, клубочками, щеткой и т.п. родители могут сами сделать [сенсорные ладошки](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=1202) или [сенсорные мешочки](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=1096), для организации занятий с ребенком в домашних условиях.

1. Аппликация из материалов разных фактур (гофрированной, бархатной, наждачной бумаги, ваты, ткани и т.п.).

2. Ощупывание различных предметов дома (диван мягкий, пол твердый, чашка с чаем теплая, кефир из холодильника холодный, кошечка пушистая, щетка колючая и т.п.).

3. Ощупывание природных материалов на улице – кора деревьев шершавая, вода мокрая, листик гладкий, стебель тысячелистника, одуванчик, верба – пушистые, железная скамейка твердая и холодная и т.п.)

4. Играть в игру «найди пару» с кусочками ткани.

***Гимнастика и развитие координации ребенка от 1 до 2 лет***

1. Логоритмика – танцы под музыку Железновых и др.  
2. «Пройди по комнате, не задевая предметов» - передвижение по комнате, загроможденной различными препятствиями.  
3. Учиться ходить по дорожке (из книжек, ленточек и т.п.).  
4. Перешагивать препятствия (высоко поднимая ноги).  
5. Катать мячики, машинки.  
6. Учиться прыгать на месте (ближе к 2 годам, можно [учиться прыгать на батуте](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=639)).  
7. Бить по мячу ногой.  
8. Ползать по лабиринту (покупному или самодельному - из стульев и т.п.).  
9. Лазать: на детской площадке, с поддержкой взрослым (горки, стеночки и т.п.) и дома: на спорткомплексе, на диван - с дивана, забираться на стул и т.п.  
10. Учиться переносить различные предметы на подносе.  
11. На улице – побольше ходить (но не заставлять ребенка ходить, если он не хочет). Если ребенок отказывается идти, значит устал или не может! К трем годам малыш окрепнет и сам с удовольствием будет топать на значительные расстояния, если торопить события и «заставлять» ребенка ходить - это может негативно сказаться на развитии суставов и костей.  
12. Ходить по наклонным поверхностям - в горку, с горки, по пандусу, по лестнице.  
13. Толкать тележку, игрушечную коляску.  
14. Тянуть за собой предметы на веревочке.  
15. Играть с мамой в догонялки.  
16. Простая зарядка по возрасту, сопровождающаяся [потешками.](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=171" \t "_blank)  
17. Ходьба по массажным коврикам и массирующим поверхностям (камушкам, каштанам, песку, траве и т.п.).  
18. Учиться водить с мамой хоровод (ближе к 2 годам).  
19. Учиться катать машинку через “тоннель”.  
20. Играть в разные способы ходьбы (как мишка, широко расставив руки и ноги; как зайчик, подпрыгивая; как лошадка, поднимая ноги; как солдат, маршируя).  
21. Ловить выпущенные мамой мыльные пузыри и лопать их.

***Ролевые игры для детей от 1 до 2 лет***

1. Положи куклу, мишку спать (качаем, поем а-а).  
2. Покорми, умой куклу.  
3. Шофер - отвези игрушку на машинке-грузовичке.  
4. Ближе к двум годам – игра с посудкой, в кухню.  
5. Стираем и развешиваем белье.  
6. Изображать других животных (ходить как мишка, прыгать и квакать как лягушка и т.п.).

***Развивающие упражнения для детей в быту***

(Выполнять, исходя из способностей ребенка, значительную роль играет интерес малыша, если не интересно – ребенок может отказаться выполнять задания).

1. Учиться есть ложкой (у всех индивидуально, упор делаем на слово «учиться» - т.е. важен процесс, а не результат, не нужно форсировать события. Очень хорошо помогает освоить еду с помощью ложки игра «пересыпь крупу ложкой из мисочки в чашечку»).  
2. Пить из трубочки, из чашки.  
3. Учиться соблюдать чистоту во время еды («учиться» - концентрироваться на процессе, а не на результате, показывать, что пролитое нужно вытереть, рассыпанное собрать, что лучше не проливать на одежду и т.п. Не ругать за неопрятность, но учить опрятности.)  
4. Учиться вытирать со стола.  
5. Учиться собирать губкой воду и отжимать губку.  
6. Переносить легкие, но крупногабаритные предметы ("помоги поставить тазик на место").  
7. Поливать цветы (лучше всего из леечки летом на улице – не страшно облиться и залить все кругом).  
8. Помогать маме развесить белье (подать одежду, повесить одежду и прикрепить прищепкой).  
9. Помогать маме готовить кашу – насыпать крупу в кастрюлю, с помощью мамы открывать кран (клапан) и мыть крупу, наливать воду в кашу.  
10. Снимать шапку, варежки (некоторым по силам снять носки и штаны).  
11. Помогать маме разбирать сумки после магазина (учить названия продуктов, запоминать места, где они лежат, класть их вместе с мамой на место).

***Социальные навыки малышей в возрасте от 1 года до 2 лет***

Все указанные ниже рекомендации очень индивидуальны, главный критерий обучения социальным навыкам в этом возрасте – большинство действий должны совершаться легко, а если есть затруднения – значит конкретно для вашего малыша еще не пришло время осваивать такие навыки.

1. Здороваться и прощаться (ручкой или голосом).  
2. Жалеть (совершать действия по просьбе мамы – гладить, по настоящему сопереживать чужое горе ребенок научится позже).  
3. Делиться игрушками, вкусняшками и меняться с другими детками или мамой (Не настаивать и не заставлять, а просто учить, показывать собственным примером). Не давить на ребенка, если он не хочет отдавать игрушку – уважать его право играть своими игрушками.  
4. Помогать маме (для мамы это будет шуточная помощь, для ребенка - настоящая) – вешать белье, приносить предметы и т.п.  
5. Показывать ребенку [кукольный спектакль](http://www.mamac.ru/interest/artikle?id=167).