



# РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ТРЕНИРОВКИ МОЗГА

## ДОМАШНИЕ ЗАНЯТИЯ С НЕЙРОПСИХОЛОГОМ



Дневник  
мамы



Экспресс-  
диагностика



Нормы  
развития

**1-3  
ГОДА**

«МАЛЫШ»

УДК 327.3/.4  
ББК 74.102  
Т41



Серия «Домашние занятия с нейропсихологом»  
Издание развивающего обучения  
Дамыту біліміне арналған баспа  
Для занятий взрослых с детьми (текст читают взрослые)  
Для дошкольного возраста



**Елена Геннадьевна Тимощенко**  
**РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ**  
**ДЛЯ ТРЕНИРОВКИ МОЗГА**  
**1–3 ГОДА**

*Дизайн обложки Н. Сушковой*  
*Редактор Т. Гавердовская. Корректор Р. Низяева*  
*Технический редактор Е. Кудиярова. Дизайн и вёрстка М. Мельниковой*

Общероссийский классификатор продукции ОК-034-2014 (КПЕС 2008) — 58.11.1 — книги, брошюры печатные  
Книжная продукция — ТР ТС 007/2011

Подписано в печать 08.06.2022. Формат 84x108/16

Произведено в Российской Федерации. Дата изготовления: июль 2022 года

Печать офсетная. Бумага офсетная. Гарнитура Pragmatica. Усл. печ. л. 6,72. Тираж экз. Заказ №

Изготовитель: **ООО «Издательство АСТ»**

129085, Российская Федерация, г. Москва, Звёздный бульвар, д. 21, стр. 1, ком. 705, пом. I, 7 этаж

Наш электронный адрес: ask@ast.ru. Home page: www.ast.ru

**Адрес места осуществления деятельности по изготовлению продукции:**

Российская Федерация, г. Москва, 123112, Пресненская набережная, дом 6, строение 2

Деловой комплекс «Империя», 14, 15 этаж

**Мы в социальных сетях. Присоединяйтесь!**

<https://vk.com/ast.deti>; <https://t.me/astdeti>; <https://ok.ru/ast.deti>;

<https://zen.yandex.ru/astdeti>



«АСТ баспасы» ЖШҚ 129085, Мәскеу қ., Жұлдызды гүлзао, 21-үй, 1-құрылыс, 705-бөлме, I жай, 7-қабат.

Біздің электрондық мекенжаймыз : [www.ast.ru](http://www.ast.ru) E-mail: [ask@ast.ru](mailto:ask@ast.ru)

Интернет-магазин: [www.book24.kz](http://www.book24.kz) Интернет-дүкен: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республику Казахстан и Представитель по приему претензий в Республике Казахстан — ТОО РДЦ Алматы, г. Алматы.  
Қазақстан Республикасына импорттаушы және Қазақстан Республикасында наразылықтарды қабылдау бойынша өкіл — «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ.,  
Домбровский көш., 3«а», Б литері, офис 1. Тел.: 8(727) 2 51 59 90,91, факс: 8 (727) 251 59 92 ішкі 107;

E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz), [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Тауар белгісі: «АСТ». Өндірілген жылы: 2022. Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген. Сертификаттау қарастырылған

**Тимощенко, Елена Геннадьевна.**

**Т41** Развивающие игры и упражнения для тренировки мозга. 1–3 года / Елена Тимощенко. — Москва : Издательство АСТ, 2022. — 60, [4] с. : ил. — (Домашние занятия с нейропсихологом).

ISBN 978-5-17-148269-5.

Все родители хотят, чтобы малыш развивался гармонично. Есть ли общие нормы для каждого возраста или нужно ориентироваться на особенности ребёнка? Из-за чего бывает задержка развития? Когда обращаться за помощью к специалисту? На эти и многие другие практические вопросы отвечает специалист с 20-летним опытом работы, логопед, нейропсихолог Елена Тимощенко. Дневник мамы с понятно представленными нормами развития, диагностический тест и комплекс специальных упражнений для детей 1–3 лет помогут организовать эффективные занятия с ребёнком на дому.

Для дошкольного возраста.

© Степанов В. А., текст, 2022  
© Тимощенко Е. Г., текст, 2022  
© Чуковский К. И., текст, наследники, 2022  
© Бордюг С. И., Треленок Н. А., ил., 2022  
© ООО «Издательство АСТ», 2022



В оформлении использованы материалы, предоставленные фотобанком Shutterstock/FOTODOM



## СОДЕРЖАНИЕ

### НОРМЫ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА

Ответы на вопросы родителей ..... 2

### ДНЕВНИК МАМЫ

Основные этапы развития ребёнка

от 1 года до 3 лет ..... 6


ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКА ..... 9

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ..... 13

### К. Чуковский. ЦЫПЛЁНОК

Рис. С. Бордюга и Н. Трепенюк ..... 52





## **ДНЕВНИК МАМЫ**

### **Основные этапы развития ребёнка от 1 года до 3 лет**

Мой малыш, я так люблю тебя и с большой радостью отмечаю твои первые успехи и достижения!

#### *Недавно тебе исполнился годик...*

Ты стал ещё любознательнее. Легко находишь накрытый предмет. Мы любим играть с тобой в прятки. Ты звонко смеёшься и повторяешь за мной: «Ку-ку, ау-ау!» Среди всей посуды знаешь свою бутылочку, любишь рассматривать свои руки. Внимательно наблюдаешь за другими людьми и интересуешься своим изображением в зеркале. Ты очень ловкий: хватаешь предмет большим и указательным пальцами (пинцетный захват), любишь взять что-то и отпустить. Мне приходится следить, чтобы тебе под руку не попадались хрупкие предметы!

#### *Вот и пролетело время, тебе уже полтора года...*

Ты освоил самостоятельную ходьбу, быстро ползаешь, забираешься на диван и можешь подняться по лесенке. Я знаю, что в это время очень активно развивается твой мозг. Он увеличился в размере в три раза!

В твоём развитии всё важно. Я стараюсь давать тебе разнообразную еду. Нам всем пришлось перейти на правильное питание, ведь ты ешь с нами за одним столом и во всём нам подражаешь. Сам ешь ложкой, пьёшь из чашки. Сейчас много говорят о вреде раннего использования гаджетов, поэтому мы твёрдо решили: за столом никаких телефонов и телевизора! Я убрала все опасные предметы, которые ты можешь достать, и

постаралась дать тебе возможность много двигаться. Ведь ты сейчас активно осваиваешь пространство.

А ещё ты издали узнаёшь папу и бабушку, своего брата, любишь яркие игрушки, катаешь мяч, достаёшь из шкафчика предметы и можешь их сложить обратно (что бывает редко). Хорошо управляешься двумя руками с палочками. У тебя каждый день появляется новое слово и первые короткие фразы: «Баба, дай! Папа, ди! Киса бух!» Мы вместе рассматриваем картинки в книжке, и ты пальчиком показываешь знакомые предметы. Ты такой смешной, когда танцуешь под музыку и хлопаешь в ладоши от радости.

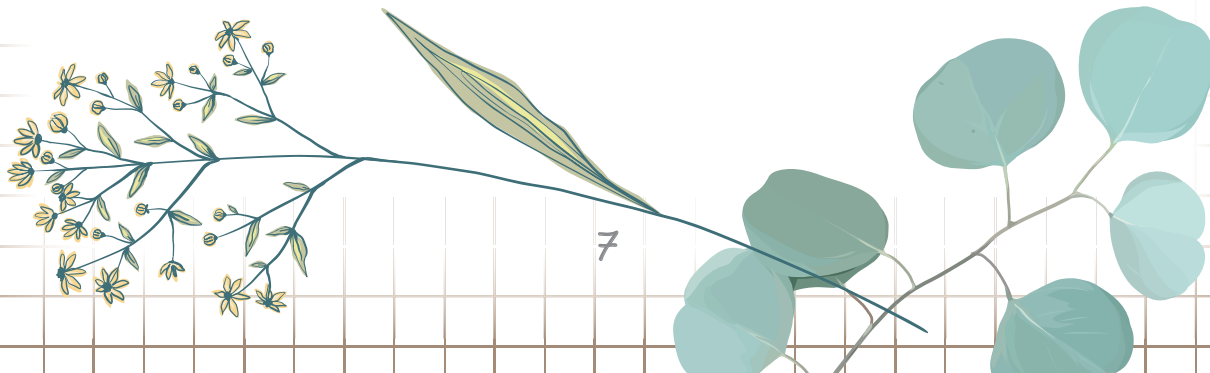
## Поздравляю, тебе два года...



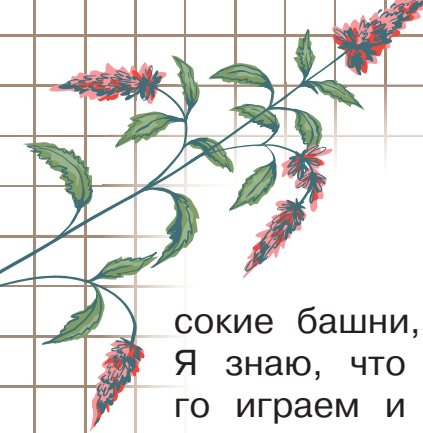
Ты очень любознательный и непоседливый. Ты много говоришь, но мы не всегда тебя понимаем. Свою речь ты прекрасно дополняешь жестами и мимикой. Знаешь части тела у куклы, легко ориентируешься, где что лежит. И даже подсказываешь бабушке, где её очки. Знаешь основные цвета и фигуры (круг, треугольник, квадрат). Строишь башни и железные дороги. Выполняешь наши простые просьбы. Поднимаешься по лесенке приставным шагом. Можешь подобрать картинку к предмету.

## Моему помощнику два с половиной года...

Что бы я делала без тебя?! Ты можешь разложить ложки и вилки. Это теперь твоё любимое занятие! Ты научился соотносить цвета и фигуры, любишь чертить каракули. Я сразу стараюсь вложить тебе карандаш в руку правильно. Но пока рисуй, как удобно. Ты узнаёшь наших соседей, друзей. Можешь вставить палочку в бутылочку. У тебя много игрушек, но ты любишь греметь кастрюлями на кухне, пересыпать крупу из банок, складывать бельё в стиральную машину. Ты строишь вы-



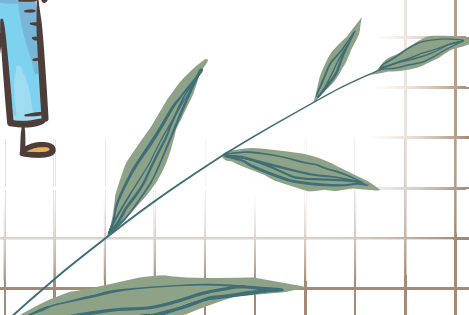
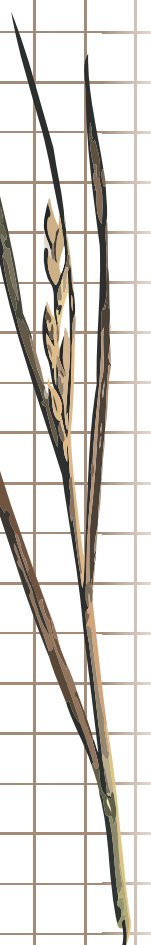




сокие башни, можешь собрать разрезную фигурку из 3 частей. Я знаю, что сложные задания тебе пока не нужны. Мы много играем и читаем на ночь книжки с яркими, реалистичными картинками. Если ты не слушаешь, я беру игрушки, ведь твоё внимание формируется постепенно. Когда ты станешь старше, то научишься слушать книжки долго, а сейчас я стараюсь, чтобы тебе было интересно, — читаю выразительно, эмоционально, выделяю голосом разных персонажей.

### Тебе три года, и ты скоро пойдёшь в детский сад...

Ты ещё не знаешь, что там очень весело, много новых игрушек и детей. Я не буду тревожиться, так как знаю, что ты это почувствуешь и тоже будешь беспокоиться. Я старалась подготовить тебя к новому этапу в твоей жизни. Ты хорошо разговариваешь, не очень чётко, но можешь попроситься в туалет, объяснить, что тебя беспокоит. Хорошо ешь столовыми приборами. Любишь разные игры: раскладываешь картинки по категориям (игрушки, фрукты, овощи), складываешь крупную мозаику, умеешь считать до 10, сортируешь предметы, любишь рисовать и лепить из пластилина. Ты знаешь свою одежду и умеешь одеваться. Я давала тебе много времени и не торопила, когда ты учился всё делать сам. Рада, что у тебя сейчас это хорошо получается!



# ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКА



## ВОЗРАСТ

## РЕЧЕВЫЕ И ДВИГАТЕЛЬНЫЕ НАВЫКИ

**БАЛЛЫ**

### 1-й год жизни (предречевое развитие)

- |             |  |                    |
|-------------|--|--------------------|
| 1 месяц     | Не реагирует на голос, звучащую игрушку.   | -1 балл            |
| 3 месяца    | Отсутствие гуления, «комплекса оживления», примитивных эмоциональных реакций, экспериментирования с гласными звуками.<br>Ребёнок не может приподнимать голову, когда лежит на спине, не подносит руки ко рту и не пытается хватать предметы, которые прикасаются к рукам, не следит за движениями своих рук.   | -1 балл<br>-1 балл |
| 3–6 месяцев | Не может дотянуться и потрогать руками колени, лёжа на спине; не может перекатиться со спины на бок. В дальнейшем эти трудности могут привести к нарушению восприятия схемы тела и задержке психологического созревания, становления своего «Я».<br>Ребёнок не пытается сесть; не откликается на звуки; не поворачивает голову в сторону говорящего; отсутствует модуляция голоса; отсутствует смех. | -1 балл<br>-1 балл |
| 6–9 месяцев | Малыш часто срыгивает, затяжное кормление (до 40 минут).<br>Отсутствие активного, эмоционального лепета. Не понимает обращённую  | -1 балл<br>-1 балл |