

## ДАВАЙТЕ ПОИГРАЕМ

Развивая мелкую (пальцевую) моторику крохи, вы заботитесь об успешном развитии его речи. Разучите с ребенком следующие упражнения, оказывая необходимую помощь при их выполнении.

### Веселый зоопарк

Раз, два, три, четыре, пять,  
Стали пальчики играть.

*Сжимаете и разжимаете кулаки.*

Маски примеряли,  
В зоопарк играли.

*Ритмично стучите кулаками друг о друга.*

Тут и ежик, тут и мишка,  
Тут и зайчика-плутишка,  
Тут и рыжая лисица.

*На каждое название животного загибаете один палец на правой руке, начиная с большого. Левая рука помогает правой.*

А кто волка не боится?

*Пожимаете плечами.*

Почешу его за ушком,  
Потому что он — игрушка.

*Вновь ритмично сжимаете и разжимаете кулаки.*



### Мишка

Есть у Мишки голова,  
Делаете шар из двух ладошек  
и растопыренных пальцев.

Глазки есть и черный нос,  
Ставите точки в воздухе указательными  
пальцами, а потом между ними — указа-  
тельным пальцем правой руки.

Лапы есть и уха два.

*Показываете указательный и средний пальцы на обеих руках, опустив их вниз.*

Есть ли у Мишутки хвост?

*Пожимаете плечами.*

Хвост, конечно, есть у Мишки.

*Машете правой рукой.*

Прячет он его в штанишки.

*Быстро кладете обе ладошки туда,  
где Мишка прячет хвостик.*



## РАССМАТРИВАЕМ КАРТИНКИ

Рассмотрите с малышом картинку.

- ◆ Предложите ему сказать, какие игрушки на ней нарисованы (*куклы, мишки, мячики*).
- ◆ Попросите показать кукол, потом — мишек, а затем — мячики.
- ◆ После этого пусть сначала покажет большую куклу, а потом — маленькую; сначала маленького мишку, а потом — большого; сначала большой мяч, а потом — маленький.
- ◆ Завершите игру, попросив кроху сначала показать все большие игрушки, а потом — все маленькие.



## ДАВАЙТЕ ПОЧИТАЕМ

Почитайте ребенку стихи молодого *поэта Андрея Богдарина*. Поощряйте его желание договаривать стихи вслед за вами. Читайте их каждый день, чтобы малыш скорее их запомнил и сумел рассказать самостоятельно. Рассказывайте стихи не только в специально отведенное для занятий время, но и просто в течение дня, например когда успокаиваете расплакавшегося кроху.



### Мы гуляем по квартире

Раз, два, три, четыре —  
Мы гуляем по квартире.  
Пять, шесть —  
Можно сесть.  
Семь, восемь —  
Каши просим.  
Девять — кашу пожевали,  
Десять — встали и устали.



### Машенька

Что за горе-беда?  
Почему кругом вода?  
То не дождик льет —  
Наша Машенька ревет:  
Это наша Машенька  
На ходу заснула,  
Это наша Машенька  
Села мимо стула.

Мы обнимем Машеньку —  
Потерпи.  
На ходу, голубушка,  
Ты не спи.

### Ты не плачь

Ты не плачь, мой маленький,  
Не роняй слезинки.  
На цветочках аленьких —  
Капельки-росинки.  
Ночью было холодно.  
Утром — солнце в дом.  
Все печали-горести  
Мы переживем.



## СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ



Для предупреждения стоматологических заболеваний у ребенка вам необходимо осознать, что именно вы ответственны за сохранение зубов крохи в здоровом состоянии. Помните, что временные молочные зубы влияют на развитие постоянных зубов. Следите за состоянием молочных зубов, не допускайте раннего их удаления. Заботьтесь о полноценном питании малы-

ша. Давайте ребенку яблоки, морковь, репу — твердая пища не только хорошо очищает зубы, но и развивает зубочелюстную систему.

У вашего малыша должна быть специальная гелевая зубная паста, не содержащая абразивных компонентов, и мягкая детская зубная щетка.

Выдавливайте на щетку минимальное количество пасты. Помните, что большую часть пасты ребенок обычно проглатывает.

Помогайте крохе правильно чистить зубы. Фронтальные зубы и гладкие поверхности всех зубов следует очищать движениями от десны к режущему краю зуба, а жевательную поверхность — движениями спереди назад.

Помните, что конфеты, печенье, мед и другие сладости являются кариесогенными продуктами, поэтому необходимо ограничить их потребление ребенком в целях предупреждения кариеса зубов. По рекомендации Всемирной организации здравоохранения детям дошкольного возраста в сутки требуется не более 20 г сахара, то есть не более двух чайных ложек в день.



По материалам журнала «Все, о чем вы хотели спросить педиатра»