

СЪДЪРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| Моето бебе и аз, и ние заедно – Емилия Салмова | 7 |
| <i>Как да четем тази книга?</i> | 8 |
| <i>Полезни малки съвети</i> | 10 |
| Бебето и играта – Диана Циркова | 13 |
| <i>Посрещане на бебето</i> | 14 |
| <i>Още за двигателната активност</i> | 17 |
| <i>Защо е важен очният контакт?</i> | 20 |
| <i>„Формирането на очакване“ е важно</i> | 21 |
| <i>Комуникативните отговори</i> | 22 |
| <i>Въвеждане на раздели</i> | 22 |
| За водата и гецаца – Александра Николова | 25 |
| <i>„Да гледаш дете“</i> | 25 |
| <i>Времето за къпане и играта</i> | 26 |
| Бебешкият музикален свят – Мария Момирова | 29 |
| 1. <i>Песни, които показват частите</i> <i>на лицето и тялото</i> | 30 |
| 2. <i>Песни при различни дейности –</i> <i>хранене, миене, къпане, сън</i> | 31 |
| 3. <i>Песни за животни, имитиращи звуците,</i> <i>които те издават</i> | 32 |
| 4. <i>Песни, чиито герои са животни</i> | 33 |
| 5. <i>Песни, имитиращи звуци от околната среда</i> | 33 |
| 5. <i>Песни за семейството</i> | 33 |
| 6. <i>Песни с движения, които илюстрират</i> <i>различни действия</i> | 33 |
| 7. <i>Песни с интересен ритъм, който може</i> <i>да бъде възпроизведен с подръчни средства</i> | 34 |
| 8. <i>Песни, подпомагащи комуникацията</i> | 34 |
| 9. <i>Български народни песни и мелодии</i> | 35 |
| <i>Начинът, по който пеем на бебето</i> | 36 |
| <i>Какво и кога да слушаме у дома?</i> | 36 |
| Не ми се играе, бебе... | 38 |
| Връзка с нас | 40 |
| За авторите | 42 |

МОЕТО БЕБЕ И АЗ, И НИЕ ЗАЕДНО

ЕМИЛИЯ САЛМОВА



Независимо дали е първото Ви дете, когато всяко нещо е ново, вълнуващо и необятно, или например третото, когато всички останали се борят за едно и същото време и внимание – Вашето, винаги и навсякъде, човешкото бебе, за да стане човек, има нужда първо от връзката между него и Вас, възрастният, който се грижи за него. А после и от връзката с останалите членове на семейството и близките.

Понякога бебето развива предпочитания към мама, понякога към татко, понякога по-голямото дете в семейството е най-обожаваният гуру на малкото, пътеводна светлина и пример и в лудориите, и в сериозните работи.

Но най-важно е първо да има Вас, да има връзка с Вас и Вие да бъдете неговото най-сигурно място в света! Да бъдете за него мястото и нещото, което го успокоява, кара го да се чувства уверено и защитено и така му позволява да се обърне към света наоколо, да стане любопитно към него, да расте.

Пред Вас е една колекция от игри, които съвсем не са изчерпателен списък, но се надяваме да служат за вдъхновение и разбиране на ценността и нуждата от изграждане на добра връзка с бебето, а още повече за Ваше собствено удоволствие в часовете и дните, които през първата година споделяте почти неотлъчно с бебето през повечето време; или пък са ограничени, ако сте работещ родител, и затова още по-безценни.

Пробвайте различните идеи или измисляйте свои, но следете бебето, внимателно забелязвайте как реагира, какво го оживява и му носи удоволствие – същото ще носи радост, спокойствие и удовлетворение и на Вас, а бебето ще знае, че му обръщате внимание, че го чувате, че с Вас винаги е интересно и че може да има пълно доверие във Вас. Няма нищо по-важно от тази връзка, която изграждате с детето си сега. Млякото,

топлината и физическият уют, които дават на бебето, са само началото. Безценно начало наистина, от което то ще има нужда, за да може да порасне здраво и силно. Тези игри, които ви предлагаме, са точно това, от което здравото и щастливо бебе има нужда, след като първо е нахранено, преоблечено, когато е спокойно и се чувства готово, за да започне да учи за света и за да може да стане човек :) А всичко в началото, светът такъв, какъвто е за него, започва от Вас.

КАК ДА ЧЕТЕМ ТАЗИ КНИГА?

Както искате – разучете картите една след друга, на случаен принцип или според настроението, Вашето и на детето в момента. Те са структурирани по еднакъв начин. На едната страна ще намерите няколко думи за игра, кога ѝ е времето и какво може да Ви е нужно за нея. В долния десен ъгъл ще намерите пояснения защо тази игра е полезна за Вашето бебе, към каква негова нужда е насочена. Това може да Ви помогне да мислите за игрите, които привидно изглеждат смешни или глупави, като за важен за бебето принос в развитието му, каквито всъщност са. На обратната страна на картите има кратки инструкции, както и идеи какво още може да се направи, което да Ви помогне във Вашата собствена креативност в измислянето на нови игри.

Картите са в различни цветове в зависимост от възрастовата група, в която е подходящо играта да се въведе: от 0 до 3, от 3 до 6, от 6 до 9 и от 9 до 12 месеца. Това е насочващо групиране, тъй като различните игри се въвеждат за бебето според неговото развитие. Някои от тях са прекрасни за по-голямото бебе и разбираемо неподходящи за новороденото например. В същото време много от тези игри, веднъж открити и възможни за бебето, вероятно ще продължите да играете с него и в следващите месеци, дори години, не е забранено или необходимо да ги спирате. Напро-

тив, всяка игра е възможна тогава и дотогава, докато детето има интерес (криеницата например само ще става по-сложна и разнообразна). Както и обратното – в който и да е месец е напълно подходящо да продължите с игрите от предните или да изчаквате с някоя, ако например игра от 0-3 не му стане интересна, преди бебето да навърши три месеца. Ако този комплект книжка и карти стигне до Вас, когато бебето е на 5 месеца например, можете да пробвате всички 0-3 и 3-6.

Препоръчваме да отделите внимание на следващите три глави от книжката относно развитието на детето и неговите нужди. Те ще Ви дават представа и разбиране за това, което става с бебето Ви извън храненето, къпането и преобличането. Освен да се погрижим за физическото здраве и благополучие, наша роля е и да обърнем внимание на връзката, през която бебето става човек, да запалим искрата на радостта от човешкото общуване, стремежа и желанието да говорим и споделяме, безкрайното любопитство към света и смелостта да опитваме нови неща, както и да осмисляме това, което ни се случва. В тях ще прочетете за психомоторното развитие на бебето, за ползите от бебешкото плуване и играта с водата, както и за прекрасния, необятен свят на музиката за бебета и малки деца! Ще намерите примери за песни и игри, съвети, приложими в ежедневието, и за повече контакти на живо.

Във всички случаи, наслаждавайте се на общуването с Вашето бебе! То е човешко същество, което имате честта да срещнете и познавате по специален начин. И като всяка дълбока и смислена среща, нито то, нито Вие ще останете непроменени след нея :)

Тази книжка с карти е за част от срещите между бебето и възрастните, които се грижат за него! Надяваме се да Ви послужи с идеи и вдъхновение!