

Наталья Царенко



# #БОЛЬШАЯ КНИГА РАННЕГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА



Как обеспечить малышу **ХОРОШИЙ СТАРТ**  
и не лишить его детства

АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИИ



ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



Академия психологии для родителей

Наталья Царенко

**#Большая книга раннего развития  
ребенка. Обучаем или калечим?  
Как обеспечить малышу хороший  
старт и не лишить его детства**

«Издательство АСТ»

2017

УДК 159.922.7  
ББК 88.8

**Царенко Н.**

#Большая книга раннего развития ребенка. Обучаем или калечим?  
Как обеспечить малышу хороший старт и не лишить его детства  
/ Н. Царенко — «Издательство АСТ», 2017 — (Академия  
психологии для родителей)

ISBN 978-5-17-099797-8

В наши дни тема раннего развития детей удивительно актуальна. Малышей начинают развивать не просто с рождения, а еще до появления на свет. Но что же мы все-таки понимаем под ранним развитием? Когда и как начинать занятия? На какие методики ориентироваться? Чего ждать в результате? Как можно испортить благие цели — и как обойти подводные камни? Ответы на эти вопросы предлагает опытный психолог Наталья Царенко (Проценко). Вместе с ней вы научитесь находить ту самую золотую середину, которая позволит вырастить ребенка, словно прекрасный цветок, давая ему возможность раскрыться, но при этом не вытягивая его за лепестки для ускорения процесса и не поливая концентрированными растворами «полезностей» вопреки его желанию.

УДК 159.922.7  
ББК 88.8

ISBN 978-5-17-099797-8

© Царенко Н., 2017  
© Издательство АСТ, 2017

## Содержание

От автора	6
Глава 1. Что такое раннее развитие?	7
Учим матчасть: что могут дети в «раннем возрасте»	10
Новорождённый	11
1 месяц	12
2 месяца	12
3 месяца	12
4 месяца	13
5 месяцев	13
6–7 месяцев	13
7–8 месяцев	14
9–10 месяцев	14
11–12 месяцев	15
1 год и 3 месяца	15
1 год и 6 месяцев	16
1 год и 9 месяцев	16
2 года	17
2 года и 6 месяцев	17
3 года	18
Сензитивные периоды развития	19
Конец ознакомительного фрагмента.	22

**Наталья Царенко**  
**Царенко Наталья Владимировна**  
**#Большая книга раннего развития**  
**ребенка. Обучаем или калечим?**  
**Как обеспечить малышу хороший**  
**старт и не лишить его детства**

© Царенко Н. В., 2017

© ООО «Издательство АСТ», 2017

\* \* \*

На фоне современного несколько истеричного отношения к теме «раннего развития» – развивать! развивать! с рождения! нет, до рождения! а еще лучше – до зачатия! развивать, а то будет поздно! – эта книга выглядит просто квинтэссенцией здравого смысла. Все по полочкам. Все понятно. Что нужно ребенку на самом деле, а что – категорически противопоказано. Огромное спасибо автору – это именно та информация, которая нужна большинству современных родителей.

*Наталья Б., педагог дошкольного образования*  
*Н. Новгород*

Эта книга – лучший друг молодых родителей, друг мудрый и способный уберечь мам и пап от нанесения непоправимого вреда здоровью и развитию своего ребенка.

*Надежда и Игорь Д., педиатры*  
*Москва*

Отличный обзор наиболее известных развивающих методик, подробный разбор из плюсов и минусов, много информации о гармоничном развитии ребенка дошкольного возраста и приятный бонус – полезные игры, которые этому развитию будут способствовать. Книга пригодится не только родителям, но и педагогам и детским психологам.

*Татьяна Л., педагог-психолог*  
*Самара*

## От автора

Что такое раннее развитие, я знаю не только по книгам о воспитании детей, которые пишут все уважающие себя психологи и читают все уважающие себя родители. Как мама сына и дочери я проходила этот путь дважды. И сейчас, как практический психолог и специалист по развитию малышей с самого рождения, с радостью и энтузиазмом делюсь всеми своими знаниями и опытом с родителями, которые хотят дать своим детям всё самое лучшее и вырастить из них... а вот здесь по-разному. Кто-то рассчитывает воспитать гения и купаться в лучах его славы; кто-то стремится максимально развить способности ребёнка, чтобы он вырос успешным человеком; кто-то надеется подправить и подкорректировать уже допущенные ошибки; и лишь единицы желают, чтобы ребёнок был просто счастлив здесь и сейчас, научился получать удовольствие от познания окружающего мира и сохранил эту ценную способность в дальнейшем.

В этой книге мы с вами постараемся выяснить, какие из этих целей достижимы, какие подходы конструктивны, и честно разобраться – насколько и в каком виде это нужно нам, родителям, и насколько – самим детям.

Итак, что же мы понимаем под ранним развитием? Когда и как начинать занятия? На какие методики ориентироваться? Чего ждать в результате? Как можно испортить благие цели – и как обойти подводные камни? Давайте искать ответы вместе!

## Глава 1. Что такое раннее развитие?

*Главное – развить в ребёнке его безграничные потенциальные возможности, чтобы больше стало радости в его жизни и в мире.*

*Масару Ибука, автор книги «После трёх уже поздно»*

В наши дни тема раннего развития детей удивительно актуальна. Малышей начинают развивать не просто с рождения – уже во время беременности мамы, прочитав в Интернете о пользе совместного прослушивания музыки, включают своему ещё не родившемуся малышу приятные мелодии, а узнав о подходе формирования гармоничного человека, принятом в китайской и японской культуре воспитания, стараются побольше смотреть на красивое и окружать себя всем тем, что гармонизирует и несёт позитив.

Детских центров, занимающихся развитием, становится всё больше с каждым годом, а требования родителей к уровню их услуг возрастают. Даже обычные детские сады в качестве обязательного компонента стараются включить в своё расписание развивающие занятия, а мамы и папы по дороге домой непременно интересуются, чем занимался ребёнок в течение дня, явно имея в виду не только прогулки и обеды.

В магазинах игрушек на полках, заполненных механическими роботами из серии «занятие на один вечер», всё больше места отвоёвывают себе развивающие игрушки, помогающие ребёнку научиться думать и анализировать, сравнивать и обобщать, развивающие мелкую моторику, фантазию и усидчивость, креативность и логику – словом, каждый родитель, озирающийся в магазине в поисках «пищи для ума», а не просто развлекалок, найдёт то, что хочет, и не уйдёт с пустыми руками.

В чём же дело, откуда такой ажиотаж – и оправдан ли он? Действительно ли всё это так важно – и какая ожидается отдача? Есть ли польза от раннего развития – или это просто дань моде? И что именно входит в это понятие?

Со всеми этими вопросами, а также и со многими другими, мы с вами разберёмся в этой книге, научимся находить ту самую золотую середину, которая позволит вырастить ребёнка, словно прекрасный цветок, давая ему возможность раскрыться, но при этом не вытягивая его за лепестки для ускорения процесса и не поливая концентрированными растворами «полезностей» вопреки его желанию.

Мы сумеем понять, что, когда и в каком виде вашему ребёнку необходимо, чтобы максимально раскрыть свой потенциал, обнаружить все свои таланты, использовать все возможности и вырасти прекрасным человеком, который сделает этот мир лучше. Именно так – не невротиком, фанатично нацеленным на успех любой ценой, а человеком гармоничным – настоящим венцом творения, как говорили когда-то.

Итак, в путь!

Для начала давайте определимся с терминологией. **Ранним развитием** принято называть все те игры, занятия и погружение в развивающую среду, которые мы предлагаем ребёнку с рождения (а иногда и до рождения) – и в основном до 3 лет. Далее мы продолжим начатые занятия в течение всего периода детства до 5–6 лет, чтобы к моменту взросления ребёнок взял процесс самоусовершенствования уже в свои собственные руки.

Однако это – ещё не всё. Ранним развитием считается не только специально созданная интересная, питающая ум и чувства среда, наполненная объектами для изучения (многим в качестве такой среды представляются Монтессори-сады, хотя на самом деле лучше всего этому определению удовлетворяет весь наш мир как таковой). Ранним развитием можно назвать не только изобилие игрушек, стимулирующих зрительные, тактильные и слуховые каналы поступ-

ления информации в мозг малыша, причём не обязательно покупных – многие исследователи и практические психологи и педагоги настаивают на том, что лучшие игрушки получаются из подручных материалов.

На самом деле и то и другое важно, но это ещё не всё. В понятие раннего развития стоит включить и активную позицию родителей по отношению к малышу, причём грамотно активную: не понукающую, не замещающую своим желанием все желания малыша, а именно – поддерживающую, понимающую, позволяющую создать нужную атмосферу интереса к познанию, когда отсутствует страх ошибки и есть уверенность, что при необходимости взрослые всегда придут на помощь.

Обо всём этом мы ещё подробно поговорим в этой книге, пока же запомним две наиболее важные вещи:

- *Развитие происходит из состояния покоя.* Развитие в конфликтной семье, наполненной проблемами, ссорами или невысказанными претензиями, взаимной неудовлетворённостью и упрёками, – затруднено. Жизнь в такой семье делает ребёнка невротизированным и проблемным, и сил у него порой не хватает даже на освоение навыков, «положенных по возрасту», не говоря уже о чём-то большем, либо развитие осуществляется ценой здоровья: те самые умные, но нервные и часто болеющие дети амбициозных родителей, которые не в ладу с миром и с собой.

- *Наибольший прогресс достигается в так называемой «зоне ближайшего развития»* – в той области знаний, умений и навыков, которая ещё только осваивается ребёнком, пока недоступна для его самостоятельных усилий, но постепенно становится лёгкой и понятной благодаря протянутой руке взрослого, совместному усилию, объяснению, помощи и подсказке. Так, ребёнок, условно говоря, стоящий на цыпочках, может в итоге дотянуться до следующей ступеньки.

К этим основам мы будем неоднократно возвращаться позже, а пока давайте определимся: почему же так важно начинать «развивать» ребёнка в столь раннем возрасте и что именно стоит вкладывать в это понятие?

Думаю, вы уже слышали о популярной книге японского предпринимателя, одного из основателей корпорации Sony и новатора в направлении раннего развития детей, Масару Ибука «После трёх уже поздно». В этой книге он доказывает, что именно в период до 3 лет развитие мозга малышей происходит наиболее интенсивно – с такой скоростью, которая нам, взрослым, и не снилась! В этот период закладывается фундамент всей его будущей жизни: развивается ум, формируется характер, укрепляется здоровье. И чем более прочные основы мы создадим, тем легче будет его дорога в дальнейшем.

Успешный старт – это залог достижения вершин, тем более высоких и тем меньшими жертвами, чем лучше мы начали. При прочих равных исходных данных именно те дети, с которыми с раннего возраста занимались доброжелательные и умные взрослые, имеют куда больше шансов стать гармоничными и целеустремлёнными людьми, чем те, которые были лишены такой возможности.

Само название книги не означает, что мы должны «выложиться по полной» именно до 3 лет, а дальше можно уже не беспокоиться и расслабиться – отнюдь! И не в том суть, что если до 3 лет не успели с пресловутым «ранним развитием», то опоздали безнадежно. Речь о другом: важно успеть уделить своему ребёнку максимум внимания и любви именно тогда, когда период для этого наиболее благоприятный, когда восприимчивость на пике и каждое зерно падает в благодатную почву.

Бытует выражение, что дети впитывают всё, словно губки – и это действительно именно так, они с благодарностью примут каждую крупицу внимания и усилий с нашей стороны, давая



максимальную отдачу в будущем. Позже у ребёнка будут уже другие задачи, и поэтому не упустить время его максимальной открытости всему новому и интересному – очень важно.

Заметьте, говоря о раннем развитии, я намеренно вот так расставляю акценты: именно посвятить своему ребёнку максимум времени и дать ему максимум своего тепла и внимания, а не наштапковывать его знаниями под завязку и не дрессировать выполнение определённых навыков, чтобы окружающие завидовали (например, чтение в 2 года). Неудачи на этом пути часто объясняются именно неверным пониманием того, куда мы на самом деле идём и зачем нам туда надо. Нам важно дать ребёнку возможность раскрыться, относясь к нему бережно и с уважением, не торопя, не понукая и не навязывая ненужного.

**Нам просто необходимо, как хорошему садовнику, проявить терпение и создать условия – а дальше ребенок всё сделает сам, просто верьте в него!**

Малыш до трёх лет – это действительно МЕГАМОЗГ, и при минимальных усилиях он показывает колоссальные результаты! Если бы мы, взрослые, могли обрабатывать такие невероятно большие объёмы информации, как наши дети, и учиться столь же быстро и бесстрашно, не стремясь избегать ошибок, а стараясь найти новые пути и небанальные объяснения всему, что нас окружает, мы бы были настоящими гениями. Но, увы, это невозможно, тем более что с возрастом и темп снижается, и в результате неправильного подхода к обучению и накопления ребёнком отрицательного опыта уменьшается познавательная активность, падает мотивация к узнаванию нового, и часто уже к моменту поступления в школу мы имеем парадоксальную картину: ребёнок туда НЕ хочет. Умный, развитый и буквально нафаршированный знаниями малыш не имеет ровно никакого желания учиться – к огромному нашему удивлению. Почему, что случилось, что с ним не так, где мы ошиблись, ведь в садике он блистал как бриллиант, и ему пророчили потрясающее будущее?

Всё это мы также постараемся выяснить, а ещё понять, как же нам действовать, чтобы сохранить в ребёнке огонь интереса к познанию и желание идти вперёд и вверх, творить, а не потреблять, светить всем вокруг, а не боязливо прятаться в сумерках невежества...

Но прежде, чем мы отправимся дальше, давайте подумаем: **а какие цели вы ставите перед собой?**

Если ваша цель – вырастить успешного человека или дать ему возможность добиться всего того, чего вы сами были лишены в детстве, – пожалуй, вы далеки от понимания того, что же нужно самому ребёнку, и вам стоит тщательно вникнуть в содержание книги, чтобы избежать типичных ошибок.

Если же цель – научить получать удовольствие от познания, сделать своего ребёнка человеком творческим, мыслящим, живущим интересно и ярко, то эта книга – именно то, что вам необходимо, и я искренне надеюсь, что она вас не разочарует.

Мы узнаем, как наш малыш становится всё более совершенным человеческим существом с каждым месяцем и годом своей жизни, научимся правильно выбирать игрушки и играть с малышом как с их помощью, так и совершенно без них, поймём, что же такое всестороннее развитие, что ему препятствует, что помогает и что хорошего могут нам предложить лучшие специалисты-практики со всего мира. Мы научимся не сравнивать своих детей с другими и, развивая ребёнка, думать не о своих амбициях, не о том, как вырастить лучшее в мире образцово-показательное дитя с бантиком на шее и сплошными «пятёрками» в дневнике, а о том, как сделать сына или дочку действительно счастливыми.

## Учим матчасть: что могут дети в «раннем возрасте»

Чтобы способствовать развитию ребёнка, нам важно понимать, что же является средней нормой, о которой пишут во всех книгах для родителей и на всех сайтах в интернете, посвящённых малышам.

Но ещё более важно понимать, для чего эти средние нормы нужны, на основании чего они составляются и насколько серьёзно их необходимо принимать.

Итак, знаменитые «таблицы достижений» традиционно воспринимаются родителями как обязательный список умений и навыков, которые дети «должны» освоить к определённому возрасту. Иногда этот момент именно так и формулируется: «что *должен* уметь ваш ребёнок в 6 месяцев, в год, в 1,5»...

На самом же деле ребёнок никому ничего не должен. И вы как родители также никому ничего не должны. Ни соседкам, ни бабушкам, ни подругам вы не должны и не обязаны достигать каких-то «показателей» в чётко определенные сроки, вы не должны соревноваться с многочисленными рассказами о чудо-детях на интернет-сайтах, которые лишь невротизируют тревожных и неопытных родителей, беспокоящихся, почему же вот тот ребёнок пошёл в 10 месяцев, а наш аж в год с небольшим, почему эта малышка заговорила в 1,5 года, а нашему уже больше 2, а он, а он!..

Сравнения – вещь чрезвычайно контрпродуктивная, и ни вам, ни вашему ребёнку они не помогут стать лучше, счастливее и более развитым – как раз наоборот.

Сравнивать малышей недопустимо даже с братьями и сёстрами (особенно с братьями и сёстрами!), ведь каждый ребёнок уникален, обладает лишь ему присущими качествами и развивается в своём темпе. Сравнить же малышей, своих родных, любимых детишек с равнодушными цифрами в таблицах – вообще занятие неблагодарное, поскольку все табличные данные – сугубо «средняя температура по больнице»: если небольшая часть детей пошла в 9 месяцев, и ещё небольшая – в год и три, то в среднем выходит год. Хотя пойти и в 11 месяцев, и в год и месяц – столь же нормально, это именно так и называется: в рамках нормы. И именно на этот возрастной диапазон приходится наибольшая «частота события» – то есть если в 9–10 месяцев или в год и три стартуют лишь единицы, то в промежутке между 11 и годом и месяцем – большинство.

На самом деле всё настолько сложно, что никакими математическими формулами описать и спрогнозировать эти процессы корректно невозможно. К примеру, на темпы развития влияют такие факторы, как:

- наследственность,
- ведущая модальность восприятия мира (аудиалы, визуалы и кинестетики развиваются по-разному, и мы это скоро узнаем),
- наличие или отсутствие заболеваний в течение первого года жизни,
- рождение в срок или недоношенность,
- условия проживания семьи,
- психологическая атмосфера в доме,
- наличие постоянного общения с другими детьми (ровесниками, старшими или младшими),
- личностные особенности папы и мамы.

Видите, как много факторов? Именно их причудливые комбинации и объясняют те ситуации, когда старший и младший ребёнок в семье развиваются совершенно по-разному, когда по темпам развития ребёнок не похож ни на папу, ни на маму в их собственном детстве, когда

ребёнок в чём-то слегка не укладывается в «табличные» значения, а в чём-то немного опережает сверстников...

И потому давайте договоримся: **ребёнок не «должен» овладевать всем положенным в строго определённое время.** Вот сказано в табличке, что сесть он должен в полгода, а заговорить в два – и всё, трагедия, если случается небольшое «опоздание», либо избыток радости, если хоть чуть-чуть, но «обогнал».

Не будем себя обманывать: таблицы составлялись достаточно давно, и с тех пор многие данные уже устарели (к примеру, детей в большинстве семей давно не пеленают, и оттого и садятся, и начинают ползать они раньше, а вот говорить с ними стали меньше, передав эту функцию телевизору и компьютеру, и потому речевое развитие современных детей отличается от темпов развития их родителей совсем в другую сторону).

Но не все научные и популярные источники обновляют данные в соответствии с последними исследованиями, поэтому нередко можно встретить «архаизмы», относящиеся к периоду 50-летней давности, а ведь с тех пор мир так сильно и так быстро изменился, что понятие акселерации (ускорения развития следующих поколений в сравнении с предыдущими) нельзя игнорировать.

Так что же получается: популярные таблицы развития не нужны? А вот и нет! На самом деле они нужны как средний ориентир, чтобы просто понимать последовательность событий и примерное время их наступления, чтобы быть готовыми к переменам, успеть к ним приспособиться и знать, чего приблизительно ожидать на новых этапах. Но ещё нужнее сведения о крайних сроках появления того или иного навыка, чтобы не пропустить отставания в развитии.

То есть здорово понимать, что ребёнок должен сесть в 6 месяцев, но куда важнее знать, что если этого не случилось в 9 – надо обязательно обратиться к неврологу. Если малыш не начал ходить самостоятельно в возрасте старше 1 года и 3 месяцев, не заговорил хотя бы простенькими фразами из двух слов в возрасте старше 2,5 лет, если ребёнок старше 3 месяцев не улыбается вам, не ищет вас взглядом и вообще ведёт себя так, словно вы предмет неодушевлённый, – вам тоже стоит обязательно проконсультироваться со специалистом, и не с одним, чтобы точно понимать, что же является причиной отставания, и не упустить времени, необходимого для коррекции: чем раньше предприняты усилия, тем легче исправить положение.

В этой книге сведения о возрастных этапах будут, но назначение у них именно справочное, а не предписывающе-директивное.

Итак, *знакомимся с перечнем достижений и умений, которыми удастся овладеть вашему малышу в первые годы его жизни* (а дальше всё становится настолько индивидуально и многопланово, что в «табличках» надобность отпадает).

## Новорождённый

Малыш, который только что появился на свет, умеет пока так мало, но у него всё впереди! Состояние новорожденного оценивают медики по шкале Апгар, которая даёт представление о том, насколько ребёночек здоров в момент рождения, но она не предопределяет его дальнейших «успехов». Не ориентируйтесь по первым в жизни «оценкам», полученным малышом: дальше всё будет зависеть от того, какими будут условия и обстоятельства его развития.

Младенец выглядит пока беспомощным: крохотные пальчики плотно сжаты в кулачки, видит всего на расстоянии 20 см и пока с трудом фокусирует взгляд, но всё это очень быстро изменится!

## 1 месяц

Гипертонус постепенно исчезает. Кулачки разжимаются, и несколько секунд малыш уже может удерживать предмет: игрушку или ваш палец, к примеру.

Его глазки уже умеют следить за движущимся объектом – тем лучше, чем больше вы общались с ним весь предыдущий месяц, двигались вокруг него, а возможно, и тренировали, водя погремушкой в разные стороны перед ним, чтобы помочь сфокусироваться и сконцентрироваться взгляду.

Даже такой крошечный малыш уже воспринимает музыку, в особенности знакомую и любимую – ту, что слушала мама, когда ребёнок был еще внутри неё.

Если начать показывать ребёнку контрастные картинки – это уже может его заинтересовать (на чём и основана часть методики Гленна Домана, развивающей способности мозга с помощью карточек с цветными картинками – «байтами информации», позже мы поговорим о ней подробнее).

В месяц ребёнок уже способен, пусть и недолго, несколько секунд, удерживать головку в вертикальном положении. Кроме того, лёжа на животике, ребёнок старается её приподнять. Вы можете увидеть рефлекс ползания (рефлекс Бауэра), прикоснувшись ладонью к его подошвам и создав упор: малыш отталкивается и ползёт вперёд всем тельцем – и эту его способность проверяет на осмотре участковый педиатр, чтобы убедиться в том, что развитие происходит правильно.

В этом же возрасте проверяют и рефлекс шагания: если малыша поддерживать под мышки, поставив вертикально, он пытается «идти», делая шажки. Это пока ещё не навыки и умения, а всего лишь рефлекс, которые, кстати сказать, в ближайшие пару месяцев угаснут, но им на смену придёт настоящее, сознательное ползание и шагание – попозже, в свой срок.

## 2 месяца

В норме гипертонус (зажатые, напряжённые мышцы тела, и в частности – кулачков) уже отступает, и малыш способен раскрыть ладошки, рассматривать свои ручки, а главное – в этот период он начинает пытаться хватать предмет, который его заинтересует.

Даже такой маленький человечек уже начинает видеть и осваивать причинно-следственные связи: нажал на игрушку – раздался звук, потянул за верёвочку – игрушка стала ближе. Как только малыш это понимает, он принимается экспериментировать, закрепляя пройденное.

В этом возрасте ребёнок чрезвычайно эмоционален: он очень оживляется при виде любимых людей, выделяет их голоса, адекватно отвечает на различное обращение. Так, например, в ответ на ласковые слова он заулыбается и расцветёт, или же, наоборот, заплачет, если тон, которым к нему обращаются, сердитый и неласковый.

## 3 месяца

Малыш уже проявляет интерес к игрушкам, подвешенным перед ним, или предлагаемым взрослыми, тянется к ним ручками, может их хватать.

Он уже способен держать головку даже лёжа на животике минут 5–6, и поэтому открывает для себя новый мир и новые возможности: оказывается, с этого ракурса изучать пространство вокруг намного интереснее, а обзор отсюда шире!

Делает первые попытки переворачиваться со спинки на живот, а еще – приподниматься на предплечьях, лёжа на животе; пробует также перекатываться на бочок.

Ребёнок уже может занимать себя самостоятельно, играет с ручками, с погремушками, радуется знакомым звукам и музыке.

## **4 месяца**

Движения малыша становятся всё увереннее, он крепко и точно хватает то, что ему нужно, учится перекладывать предметы из ручки в ручку и, конечно же, пробует всё на вкус.

Если вы поможете малышу, он может немножко посидеть, удерживаемый взрослым за ручки, однако настоящее сидение ему пока недоступно – мышцы спины не готовы, поэтому усаживать его в подушках или креслице рано, если мы не хотим навредить позвоночнику.

Зато он уже умеет, лёжа на животике, приподниматься, опираясь на ладошки – это ещё один «шаг» к ползанию, которое он освоит в свой срок.

## **5 месяцев**

Полусидя, опираясь на спинку креслица, коляски или подушки для кормления, малыш может перебирать находящиеся перед ним игрушки, а если вы предложите ему кубики или ёмкости в дополнение к погремушкам – заинтересуется ими.

Пытается брать предметы уже не только всей ладонью, но и пальцами – указательным и большим, тренируя захват, который называется «пинцетным».

В этом возрасте малыши уже умеют переворачиваться со спинки на животик и лежать на нём, опираясь на ладошки выпрямленных рук.

Если же малыша взять под мышки, он сможет достаточно ровно стоять на ножках. Пока не ставьте его по собственной инициативе – подождите, пока малыш сделает это сам, когда его мышцы и косточки уже будут готовы к нагрузке.

Речевое развитие тоже не стоит на месте: ваш малыш уже отлично ориентируется в многообразии интонаций и учится реагировать на них по ситуации.

## **6–7 месяцев**

В этом возрасте у многих малышей начинают появляться зубки, поэтому настроение у них может быть изменчивым и сложным в зависимости от самочувствия.

Помогите ребёнку, облегчите дискомфорт при помощи «грызунков» и геля для дёсен, чтобы не закреплять нытьё как привычное поведение.

Ребёнок в полгодика и чуть старше обычно уже сидит без поддержки, хватает движущиеся перед ним предметы и всюду экспериментирует с игрушками: например, бросает их, изучая, как они падают и как себя ведёте вы. Нет, он не издевается, он познаёт мир и вас как часть этого мира.

Если вы предложите малышу ёмкости, в которые можно что-то вкладывать, он с удовольствием будет их осваивать, пытаясь понять пространственные отношения между предметами, складывая их друг в дружку или ставя друг на друга. В ход идут мелкие предметы, и уже пора их предложить в качестве игрушки под вашим внимательным наблюдением: фасолины, бусины и пуговицы – всё это отлично развивает мелкую моторику, но требует пристального маминого внимания в целях соблюдения безопасности.

Малыш осваивает переворот с живота на спинку и – прорыв! – совершает первые попытки ползания на четвереньках, особенно если вы создадите ему «точку опоры» в виде ладошки, приставленной к стопам.

Если поддержать ребёнка за ручки или под грудку, он стоит и пытается переступить ножками. Помните рефлекс, который у него был от рождения? Теперь это уже осознанные попытки самостоятельного движения.

Некоторые детки в 7 месяцев уже хорошо ползают, некоторые – только начинают. Однако надо понимать, что ползание – не обязательная, хотя и желательная ступень на пути к прогрессу: часть детей просто перешагивает через неё в буквальном смысле, сразу начиная ходить. Однако программу-минимум осваивают практически все: стоя на коленках и упираясь ладошками, малыши раскачиваются и тем самым тренируют мышцы и «собираются с силами».

В 7 месяцев ребёнку уже также под силу встать на коленки, держась за опору.

Становится заметно, что малыш понимает смысл слов, обращённых к нему. Он может поискать глазами предметы или людей, о которых вы говорите, и радуется, если находит их.

## 7–8 месяцев

Возраст освоения ползания с вариациями: попытки могут быть очень смешными и милыми, хоть и неуклюжими: ничего, малыш всё сможет! А пока он ползёт задом, крутится вокруг своей оси или движется боком, как крабик.

Ещё он тренируется вставать и садиться с опорой, а также стоять, держась за кроватку. Порой ребёнок быстро устаёт и расстраивается: да, эти умения требуют больших затрат энергии! Слезы могут быть вызваны и отчаянием оттого, что ребёнок не понимает, как сделать то, что хочется: например, из положения стоя сесть, чтобы отдохнуть.

Дети этого возраста обожают, когда с ними играют в «ладушки», «сороку-ворону», «прятки» с платочком. Появляющееся из-за одеяла и скрывающееся за ним мамино лицо может заставить малыша заливисто хохотать, также он будет с удовольствием искать спрятанные под платком игрушки, стягивая этот платок ручкой. Ребёнок учится махать рукой, подавать вам руку или предмет, который вы просите.

Конечно же, все эти умения не приходят сами по себе: они – результат каждодневных игр с ребёнком, в которых он учится всему этому.

## 9–10 месяцев

Наибольший интерес у ребёнка вызывает процесс ходьбы, который он упорно старается осваивать.

Держась за вашу руку, палец, бортики кроватки, он с удовольствием перемещается по квартире, внезапно открывая для себя «большой мир». А ещё он учится стоять без опоры и присаживаться из положения стоя.

В 10 месяцев ребёнок способен самостоятельно подняться на ножки, он ходит вдоль мебели и за ручку, и иногда даже делает первые смелые попытки оторваться от опоры и встать либо сделать шаг сам.

Это также возраст прорыва в речевом развитии. Малыш произносит различные слоги, постоянно упражняясь в них – естественно, при условии, что вы непрерывно общаетесь, комментируете всё, что происходит, называете предметы, которые окружают малыша, разговариваете с ним «о жизни».

Лучшая ваша тактика – быть «как радио»: говорить, не умолкая, обо всём подряд, тогда ребёнок накопит максимальный пассивный словарный запас, которым в своё время начнёт активно пользоваться.

Ребёнок знает своё имя, улыбается лучезарно вам в ответ и поддерживает диалог если не словами, то мимикой и жестами уж точно.

Тренируйте его взаимодействие с вами, предлагайте искать предметы, давать их вам и брать у вас из рук то, что вы ему предлагаете (меняться), открывать и закрывать коробочки, складывать и вынимать свои игрушки из корзинки или ящика, выбирать нужную игрушку из 2–3 предложенных – всё это ему уже по силам!

Поскольку в это время уже практически все дети получают прикорм и пьют из поильника, многие учатся пить сами, держа его двумя ручками.

Не беда, если малыш поначалу будет обливаться, – зато научится быстрее, чем если эту самостоятельность ограничивать из соображений поддержания чистоты.

## **11–12 месяцев**

Детка вовсю ползает и уже пытается ходить самостоятельно. Малыш сам встаёт, ходит, держась за пальчик, делает первые шаги без поддержки, раз за разом, не боясь неудачи – ценнейшее качество, утраченное многими взрослыми: сколько бы ни было неудачных попыток – не бояться вставать и идти дальше. Поддержите ребёнка в этом! Пока он не может идти сам – водите за ручку, не переживая о том, «ну когда же». Если ребёнок увлечённо топает, рано или поздно он захочет это сделать сам. А случится это в 11 месяцев или же в год «с хвостиком» – большой разницы нет.

Малыш уже умеет показывать на предметы указательным пальцем, сопровождая жест требовательными звуками, особенно если предмет ему нужен.

Ребёнок теперь не просто экспериментирует со слогами, но и пытается произносить слова (например, называть игрушки или предметы первым или созвучным слогом, говорить «мама» и «папа»).

Обожает игры в прятки (с игрушками и с мамой), сам их инициирует (например, прячет голову под платочком для игры в «ку-ку») и понимает, что предмет, который от него прячут, не исчезает бесследно, старается его найти.

С удовольствием наполняет ёмкости всем, чем можно: водой, песком, складывает маленькие игрушки в большие коробки и ведёрки, закрывает банки крышками.

Если у вас есть пустые баночки из-под крема, вам будет чем занять своего малыша, который с радостью станет упражняться открывать и закрывать их, пытаясь вложить в них что-нибудь и вытащить обратно.

Подобную игру мы наблюдали в мультфильме про Винни-Пуха, когда ослик Иа опускал и вытаскивал лопнувший шарик в подаренный ему горшочек из-под мёда.

Также в этом периоде ребёнок уже пытается ставить кубики один на другой и при этом внимательно следит за тем, как это делаете вы, с восторгом разрушая башню за башней, – так он постигает физические законы падения тел и равновесия.

В 11 месяцев детка уже умеет показывать не только игрушку или предмет, о которых вы спросили, но и части собственного тела, если вы много раз играли с ним в игру, когда нужно называть свои и его глазки, ушки и носик, а также отыскивать и показывать их у его игрушечных котиков и собачек.

Годовалый малыш осознанно выполняет ваши просьбы прийти, принести, дать и так далее, а значит, раз он понимает инструкции, есть смысл научить его и слову «нет» или «нельзя».

## **1 год и 3 месяца**

После года развитие идёт уже не так стремительно, как до этого, но значимость новых навыков и открытий даже больше! Малыш, научившийся ходить, обнаруживает для себя весь

мир и всю его познаёт, ведомый исследовательским инстинктом. Его интерес к окружающим предметам огромен.

Словарный запас тоже всё время растёт, и пассивная его часть составляет уже не менее 100 слов, а активная – около 10. Не беда, что пока пассивный словарь на порядок больше – объём слов, который ребёнок понимает, но пока не произносит, будет нарастать лет до двух, а затем потоком польётся на родителей. Имеющийся же на данный момент активный словарик из причудливых слогов и звуко сочетаний также быстро увеличивается (а чтобы его понимали окружающие, ребёнок пользуется мамой как переводчиком).

Ребёнок закрепляет все изученное и «свежепонятое» в играх, он всё лучше понимает то, что вы ему говорите, и становится всё более самостоятельным: может сам есть густую пищу, хлеб, пить из поильника, бросать мячик, снимать шапку и так далее...

## 1 год и 6 месяцев

Ребёнок отлично ходит сам, количество слов, которые он понимает, стремительно растёт, а диапазон его эмоций богат, как никогда.

Выражает он их чрезвычайно бурно, так как его нервная система лабильна и ещё не способна к саморегуляции: он не умеет дозировать эти эмоции и предъявлять их соответственно ситуации. Ребёнок осваивает все более сложные мыслительные операции (например, способен собрать вместе фигурки или игрушки одного цвета отдельно, начинает ориентироваться в геометрических формах).

Чем более сложные задачи он решает, тем активнее работает его мозг, и соответственно усложняется и пополняется словарь.

Самостоятельность также растёт: кто-то уже умеет ходить на горшок, а кто-то сам пытается есть суп. Радуйтесь этим достижениям, все они – яркие знаки прогресса.

Отмечайте их положительными эмоциями – **так они закрепятся намного лучше и будут совершенствоваться впоследствии.**

## 1 год и 9 месяцев

Теперь малыш может отвечать на простые вопросы, которые касаются не только непосредственно происходящего вокруг, но и абстрактного мира: к примеру, глядя на картинку, он может сказать, кто куда спрятался, пошёл, кто большой и кто маленький.

Его речь состоит из простейших предложений – пар слов, соединённых по смыслу: «Папа, дай», «Ася кушает», «Собачка тут». Свои действия малыш уже способен описывать при помощи глаголов, о себе говоря пока ещё в третьем лице: «Дима хочет», «Маша купается». Это характерно не для всех малышей, поэтому не пугайтесь, если ваш кроха пока молчит – так рано говорить и составлять слова начинают действительно немногие.

Моторика ребёнка развивается, становится всё более совершенной, ручки и ножки выполняют всё более сложные функции: малыш может строить простейшие конструкции из кубиков, подниматься по маленькой лестнице, спускаться с неё, перешагивать препятствия.

В этом возрасте ребёнок с огромным удовольствием слушает детские песенки, особенно выделяет знакомые и в то же время радуется новым, любит слушать детские стишки, которые ему читают взрослые.

Воспользуйтесь этим периодом как благоприятным для пробуждения интереса к чтению – сперва пассивному, потом совместному, а затем, со временем, и самостоятельному: ведь его основы закладываются уже сейчас!



## 2 года

Маленький человек прекрасно понимает практически всё, что вы ему говорите, способен выполнять просьбы и без подсказок производить простые логические последовательные действия (вроде собирания пирамидки или складывания своих носочков в шкафчик).

Его речь прогрессирует с каждым днём, появляются прилагательные и местоимения, он знает названия частей тела, элементов своей одежды, основных действий, которые происходят в течение дня: кушать, гулять, играть и так далее. Его запас слов составляет 200–250, из них он складывает простые предложения в 2–3 слова – это уже называется «фразовой речью».

В норме формирование фраз должно начаться не позже 2 лет и 3 месяцев, и если этого не случилось и вам очевидно, что дело не в том, что малыш «всё понимает, но не говорит», лучше проконсультироваться со специалистом. Если же его пассивный словарь (то есть запас понимаемых слов) велик, а активный запаздывает, лучше всего помогут постоянные разговоры с ним и побуждающие ситуации, когда малышу, чтобы получить необходимое, придётся его назвать.

Физическое развитие всё усложняется, малыши уже умеют перешагивать через препятствия и даже самостоятельно одеваться: пусть колготки ему пока не покорились, но уже трусики, штанишки и кофточку ему надеть вполне по силам.

## 2 года и 6 месяцев

Вот вы и вступили в возраст «почемучек» – самый интересный период, когда речевое развитие малыша начинает существенно преобладать над физическим и несётся вперёд семимильными шагами. Малыши, начиная с этого возраста и ориентировочно до 5 лет, – лингвистические гении, они постоянно экспериментируют со словотворчеством, выстраивают смелые конструкции, которые порой очень логичны, но кажутся нам забавными. Лучше всего всё это описано в книге К. Чуковского «От 2 до 5», которую я рекомендую почитать всем родителям, чтобы понимать своего малыша лучше.

Ваш ребёнок начинает задавать вопросы «где?» и «когда?», его речь становится всё более сложной и всё более правильной, а предложения – существенно длиннее и заковыристее, чем всего пару месяцев назад.

Если же речь не появилась и в два с половиной года – это уже настоящий повод для визита к логопеду и неврологу: как мы помним, чем раньше начинается коррекция отставания, тем проще помочь ребёнку.

Логическое развитие также идёт вперёд, ребёнок уже умеет самостоятельно, почти без подсказок, подбирать предметы или игрушки по заданному образцу (например, по размеру, по цветам, по форме – собрать отдельно квадратики, отдельно кружочки, отдельно прямоугольники и так далее).

Его игры становятся сложными и содержат в себе элементы его собственного распорядка дня, которые он последовательно воспроизводит: кормит собачку или куклу, выводит на прогулку, укладывает спать.

Если раньше малыши проявляли интерес в основном к хаотичному рисованию и отдавали предпочтение краскам, то сейчас они начинают пользоваться карандашами, фломастерами и с помощью взрослого могут слепить из пластилина простейшие поделки вроде колобка или гусенички, составленной из шариков.

Одевается ребёнок практически сам, уже умеет не просто самостоятельно есть, но при этом правильно держит ложку и соблюдает аккуратность. Навыки гигиены он усваивает и в отношении туалета.

А сколько радости приносят теперь прогулки! Это больше не пассивный пассажир коляски – малыш уже уверенно бегаёт, он ловкий, подвижный, умеет карабкаться везде, где только можно, обожает игры с мячиком и даже уже может бросать его одной рукой.

### 3 года

Это уже практически «маленький взрослый», он усвоил в основном все социальные и бытовые навыки и отлично умеет их применять: малыш самостоятельно моет руки перед едой, сам ест любые (особенно любимые!) блюда, полностью одевается и раздевается (испытывая затруднения разве что с мелкими пуговицами, неудобно расположенными застёжками, шнурками и колготками).

Его речь восхитительна, он конструирует потрясающие суждения, в которых виден ход его мыслей, а предложения становятся сложносочинёнными и сложноподчинёнными.

Расширяется и перечень вопросов, появляются попытки проникнуть в суть вещей и явлений: «почему?» и «зачем?» звучат в доме постоянно. Ориентировочный активный словарный запас – от 500–600 слов до 1000 и более, так что маленькому лингвисту есть, чем жонглировать и с чем упражняться.

Игры трёхлеток переходят на качественно новый уровень: они уже называют предметы, которые используют, и происходящее по сюжету – появляются первые ролевые игры, в которых дети учатся объединяться и взаимодействовать (чаще всего это самые популярные жизненные ситуации: магазин, визит к доктору или в гости).

Его эстетическое развитие постепенно переходит из фазы совместного с родителем творчества к всё к более и более самостоятельному процессу.

Он уже способен нарисовать простой рисунок карандашом, и часто это тот самый «милый мамочки портрет» в виде головонога. Малыш знает и может называть и показывать основные цвета, без вашей помощи слепить простую фигурку из пластилина вроде грибочка или мячика (особенно если вы упражнялись и раньше).

Его ловкость поражает, он запросто перешагивает препятствия, умеет прыгать и залезать на небольшую высоту, отчего папы преисполняются гордостью, а у мам в тревоге замирает сердце.

Итак, мы с вами познакомились с тем, как среднестатистически развивается малыш от рождения до 3 лет. Мы договорились с вами не сравнивать детей и не впадать в панику оттого, что ваш ребёнок немного «не успел» за среднестатистическими значениями в таблице навыков и умений, равно как и не впадать в эйфорию от ускоренного темпа преодоления этих усреднённых норм развития. И сейчас мы с вами узнаем, почему всё так происходит.

Главную роль в большой вариативности сценариев развития малышей (даже родных братьев и сестричек) играют такие вещи, как ведущий тип интеллекта, доминирующая модальность восприятия окружающего мира и то обстоятельство, совпало ли развитие определённых навыков с так называемыми **сензитивными периодами** – периодами наибольшей восприимчивости к обучению тому или иному виду активности.

## Сензитивные периоды развития

Первым понятие **сензитивных** (то есть – наиболее чувствительных) **периодов** в жизни ребёнка ввёл французский психолог и исследователь Пиаже. Он высказал предположение, что в своём когнитивном (умственном) развитии дети проходят несколько этапов:

- **сенсорно-моторный**, длится от рождения до 2 лет, в это время малыш учится всему через ощущения и благодаря движению;
- **предоперационный**, от 2 до 7 лет, в течение которого дети осваивают системы символов: язык, алфавит, цифры и счёт, а также начинают высказывать предположения, основанные на предыдущем опыте, учитывают события и впечатления, которые уже произошли и пережиты;
- **конкретный операционный**, совпадающий с обучением в младшей школе, от 7 до 11 лет, когда дети учатся обобщать на основании пока ещё собственного конкретного опыта;
- **формальный операционный** – от 11 лет и старше, когда ребёнку уже подвластен мир абстракций, гипотез, предположений.

Итак, последовательность развития примерно вот такая, но возраст, в котором заканчивается один период и начинается другой, у детей может быть очень разным, здесь даны только усреднённые ориентиры.

Знание этой информации необходимо для того, чтобы строить обучение с учётом ступени развития ребёнка и не стараться перепрыгивать через них: пока не пройдена предыдущая, следующая остаётся недоступной.

Ещё одна ценность этой идеи в том, что в жизни малышей есть особые периоды, когда они максимально восприимчивы к определённым навыкам и видам деятельности, способам реагирования или моделям поведения, учатся им легко и естественно – это и есть так называемые **сензитивные периоды**. А вот если такое золотое время упустить, овладение активностями и приобретение умений, характерных для конкретного периода развития, происходит уже с огромным трудом, если происходит вообще – они уходят безвозвратно, вне зависимости от того, успели вы освоить их или нет.

Так что же это за периоды, когда надо успеть воспользоваться открывающимися окнами возможностей, пока они ещё нараспашку?

Первым таким периодом можно считать *сензитивный период развития речи* – от рождения до 4 лет. Уже с первых дней ребёнок впитывает речь родителей всем своим существом. Он вслушивается в мелодию звучания языка, поворачивается к источнику звука, учится звукоподражанию, тренируя свой речевой аппарат.

Между 5 и 10 месяцами идёт процесс освоения слогов, малыш пропевает гласные, комбинирует их с согласными, посвящая этому едва ли не всё время своего бодрствования. Усилия увенчиваются успехом: в 10–12 месяцев ребёнок выговаривает первые осознанные слова и в дальнейшем наращивает свой словарь – правда, пока за счёт слов, которые почти никто, кроме родителей, понять не в состоянии. Тем не менее такая коммуникация – это уже общение и огромное достижение!

Малыш в год говорит от 1 до 10 слов, но его пассивный словарный запас на порядок больше, до 100 слов, и за первые 1,5 года он накапливается и накапливается, с тем чтобы к 2 годам количество наконец перешло в качество и ребёнок заговорил по-настоящему.

Это огромная и радость, и огромное облегчение для ребёнка – переход на новый уровень! Сравните, как расстраивался ваш малыш в годовалом возрасте, когда он что-то настойчиво говорил вам, а вы его не понимали, – и как он радостно теперь наконец озвучивает свои мысли и желания.

Этот процесс настолько захватывающий, что прогресс в освоении речи идёт со скоростью, подобной скорости лавины, и к 3 годам его словарь может составлять уже до 1000–1500 слов! К 3–4 годам у ребёнка появляется так называемая эгоцентричная речь, когда он словно разговаривает сам с собой вслух (постепенно она переходит в форму привычных нам внутренних монологов). Выглядит это забавно: «Сейчас буду кушать, а потом гулять» – словно составляет вслух план на день, но значение этих разговоров огромно: малыш действительно учится структурировать не только свой день, но и свои мысли. С этого возраста ребёнок употребляет речь целенаправленно и осознанно, он уже точно знает, что хочет сказать, и учится теперь уже не только говорить, но и формулировать свои мысли.

Итак, как видим, путь ребёнком проходится колоссальный: от беспомощного крика до вопросов об устройстве Вселенной.

А что же будет, если этим периодом не воспользоваться? Увы, ничего хорошего. Собственно, и самой речи также не будет. Исследования «детей-маугли», которых периодически, к сожалению, находят в разных уголках мира, – то есть малышей, выросших среди животных и воспитанных ими, показывают, что речь в том виде, в каком она доступна обычному человеку, у них не восстанавливается никогда, несмотря на любые виды и любую интенсивность обучения. Максимум, чего удаётся достичь – это несколько простейших слов, которые даже не всегда удаётся объединить в предложения.

Но даже если опустить такие запущенные ситуации, в случае, когда с малышом мало общались, когда мама (да ещё и папа) вообще не разговорчивы по своей природе, речь ребёнка развивается позже и она беднее, чем у малышей, с которыми говорили много и подолгу, с удовольствием отвечая на вопросы, рассказывая сказки и ведя беседы «за жизнь», даже если кроха в качестве собеседника пока мог только кивать и улыбаться.

**Отсюда вывод: если вы хотите, чтобы ваш ребёнок говорил хорошо, обладал личным словарным запасом и умел высказывать свои мысли, – дайте ему возможность впитать вашу речь, взять от вас всё, что только возможно. Проговаривайте каждое своё и его действие с самого рождения, даже если для этого придётся делать над собой усилие, и вы будете обязательно вознаграждены результатом!**

**Не ограничивайтесь бытовыми беседами: всё богатство родного языка** ребёнок не впитает только лишь из обычных разговоров – для этого нужны ещё потешки, сказки, стихи, рассказы, песенки, задействуйте весь потенциал фольклора. Не забывайте и про научный стиль речи (разумеется, согласующийся с возрастом), который можно найти в детских энциклопедиях. И тогда ваш малыш сможет говорить легко и свободно и будет популярен среди сверстников: ведь если с человеком есть о чём поговорить, с ним всегда интересно!

Второй период, когда важно получить развитие навыков в срок, – это *развитие движений и действий*. Он продолжается от рождения до 4 лет, и именно в это время малыш учится овладевать своим телом (в какой последовательности – мы с вами очень подробно разобрали чуть раньше, когда говорили о нормах развития в зависимости от возраста).

Если в это время мы предоставляем ребёнку возможность свободно двигаться, не создавая ему искусственных преград вроде тугого пеленания, держания в манеже, хождения в ходунках или в «вожжах», а позже не запугиваем постоянными «не лезь, упадёшь», «не бегай», «не прыгай» и так далее, если мы приучаем его к зарядке, а затем к спорту, который ему нравится, то его общая моторика – движения ручек, ножек и всего тела становятся скоординированными и свободными, тело – ловким и сильным, малыш не боится своего тела и знает его возможности, учится справляться с неизбежными неудачами без страха повторения и в результате вырастает в гармонично развитого человека, в котором всё прекрасно, включая внешность и физическую

форму. Не правда ли, вы бы хотели этого для своего ребёнка? В таком случае почитайте внимательно всё, что здесь будет сказано о двигательном развитии, чтобы справиться с задачами этого периода «на отлично».

Отдельно нужно выделить формирование *умения ползать* во втором полугодии жизни. Ползание – самый удобный для ребёнка способ передвигаться вперёд. Оно учит малыша использовать одну часть тела для уравнивания другой, а это важный стимул для развития головного мозга: такие движения развивают связи между двумя полушариями, именно от этих связей зависит впоследствии координация движений при беге, игре в мяч, лазании, письме и так далее.

Когда малыш появляется на свет, каждое полушарие его мозга работает автономно, поэтому движения новорожденного хаотичны и нескоординированы. Со временем между полушариями возникает своеобразный мостик, состоящий из нервных волокон, которые связывают разные участки мозга, координируя их деятельность. Когда ребенок ползает, у него синхронно работают разноименные конечности: левая рука и правая нога, и наоборот. А значит, полушария мозга постоянно взаимодействуют: какое бы из них в данный момент ни было активно, второе помогает ему.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.