

## **Wskazówki dla rodziców dziecka w 1 r.ż.**

- karm piersią lub dobierz prawidłowy smoczek do butelki
- krótko karm papkami,
- w 1 r.ż. przejdź na stałe pokarmy, które rozwijają żucie, odgryzanie i przesuwanie pokarmu w jamie ustnej (ważne funkcje dla prawidłowego rozwoju narządów mowy),
- smoczki – uspakajacze stosuj z umiarem,
- mów dużo i starannie do dziecka,
- w trakcie mówienia nawiązuj kontakt wzrokowy (dziecko uczy się mowy wszystkimi zmysłami),
- dbaj o zdrowie dziecka, w szczególności o górne drogi oddechowe,
- kontroluj słuch dziecka,
- oczyszczaj nos z wydzieliny, by dziecko mogło oddychać przez nos,
- tańcz z dzieckiem (również z niemowlęciem w chuście),
- masuj, głaszcz i dotykaj bo bliskość i dotyk jest bardzo ważny dla rozwoju psychoruchowego dziecka
- śpiewaj melodie, piosenki, pokazuj i objaśniaj świat,
- czytaj książeczki, opisuj ilustracje, baw się z dzieckiem nie tylko zabawkami, ale różnymi sypkimi produktami, jak np. kasze, ryż, makaron, bułka tarta.

### **Pamiętaj!**

**Do 2 r.ż. dziecko nie powinno oglądać TV, korzystać ze smartfona, laptopa, tableta i komputera!**

**Ogranicz ilość interaktywnych zabawek, szczególnie tych, które jednocześnie wydają dużo efektów świetlnych i dźwiękowych.**

**Akcesoria:**

- smoczek lovi 360
- chusta tkana do noszenia
- doidy cup

**Polecane strony www:**

- hafija.pl
- mataja.pl
- mojedziecikreatywne.pl

**Zabawki:**

- pacynki (również na palce)
- oball
- sortery na kształty
- wieża z krążków
- instrumenty perkusyjne (bębenek, cymbałki)

**Książki:**

- |                        |                          |
|------------------------|--------------------------|
| „Pucio uczy się mówić” | „Książeczki kontrastowe” |
| „Księga dźwięków”      | Zagadki z Czu-czu        |
| „Bobas lubi wybór”     | Wiersze dla dzieci       |
| „Mądrzy rodzice”       | Zabawy fundamentalne     |
| „Zabawy paluszkowe”    |                          |

Opracował zespół logopedów z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznych nr 8, nr 7, nr 6, nr 5, nr 4 miasta Poznania oraz miasta Luboń i Swarzędz .