

# Obsah



## 1 Signály

Předmluva: Dítě přichází na svět!	10
<b>Znaková komunikace miminek – znaková řeč nejmenších</b>	<b>13</b>
Podívej, kdo to mluví	14
• Malé ruce toho umějí tolik říci – Přednosti dětské znakové řeči	15
• Dětská znaková řeč – Váš domácí kurz – Můžete cvičit doma	19
	20



## 2 Doteky

<b>Příjemné doteky milujících rukou</b>	<b>25</b>
Dotek je záležitost kůže	26
• Masážní jednotky pro malé děti – Blahodárné účinky masáže pro děti	27
• Masáž – Váš domácí kurz – Relaxační masáže – Masáž přední strany těla	29
	31
	33





### 3 Vodní radovánky

#### **Bez tíže ve vodě** 43

##### **Koupání – víc než pouhá hygiena** 44

- První vodní radovánky 45
  - Bezpečné držení při koupání 46
- Kurz plavání – prosím s návodem! 51
  - Blahodárné účinky plavání malých dětí 51



### 4 Pohyb

#### **Malé, ale pohyblivé tělíčko** 57

##### **Stále v pohybu** 59

- Cvičení pro miminka 59
  - Blahodárné účinky baby-gymnastiky 60
- Cvičení – váš domácí kurz 61
  - Cvičení s radostí a pro radost 62



# Obsah



5 Vývoj



6 Hudba

## PEKiP – Pražský program pro děti a dospělé

69

### Ve velkých krocích

70

- Kurz pro rodiče a děti  
– Vývoj od kojence k batoleti 71
- PEKiP – Domácí kurz!  
– Hrávě pohyby 80

81

## S hudbou jde všechno líp

89

### Poslouchej, děťátko!

90

- Společné zpívání a muzicírování  
– Blahodárné účinky hudby 91
- Jak muzicírovat – váš domácí kurz  
– Poslouchat, zpívat a prožívat 92

91

91

92

93





## 7 Hry

### Hry a hračky podporují vývoj

#### Vnímání všemi smysly

- Jak se dítě učí hravou formou

- Poznávání světa v bezpečí (1.-3. měsíc)
- Podněty pro tělo a smysly (4. až 6. měsíc)

101

102

103

104

107

- „Větrná smršť“ na čtyřech

(7. až 9. měsíc)

111

- Sebevědomě poznávat vlastní schopnosti (10. až 12. měsíc)

117

- Užitečné adresy

122

- Knihy pro velké i malé

123

- Rejstřík

124

teknika, kterou využívají děti v rámci hry. V tomto rozdělení je všechno zahrnuto, co je potřeba k pochopení vývoje dítěte a využití hry k jeho podpoře.

Hrád žádoucími smysly budete ihlou podílejí všechny děti. Děti, které hraje s vlastním tělem, mohou využít všechny smysly, aby se s ním seznámily. Tento typ hry je vhodný pro děti v úvodu vývoje, když se dítě učí poznávat svůj tělo a svou vlastní silu. Děti, které hrají s hračkami, mohou využít všechny smysly, aby se seznámily s různými materiály a vlastnostmi hraček. Tento typ hry je vhodný pro děti v úvodu vývoje, když se dítě učí poznávat svůj tělo a svou vlastní silu.

Děti žádoucími hračkami budete ihlou podílejí všechny děti. Děti, které hraje s vlastním tělem, mohou využít všechny smysly, aby se s ním seznámily. Tento typ hry je vhodný pro děti v úvodu vývoje, když se dítě učí poznávat svůj tělo a svou vlastní silu. Děti, které hrají s hračkami, mohou využít všechny smysly, aby se seznámily s různými materiály a vlastnostmi hraček. Tento typ hry je vhodný pro děti v úvodu vývoje, když se dítě učí poznávat svůj tělo a svou vlastní silu.

