

# Obsah



## 1 Signály



## 2 Doteky

**Předmluva: Dítě přichází na svět!** 10

**Znaková komunikace miminek –  
znaková řeč nejmenších** 13

**Podívej, kdo to mluví** 14

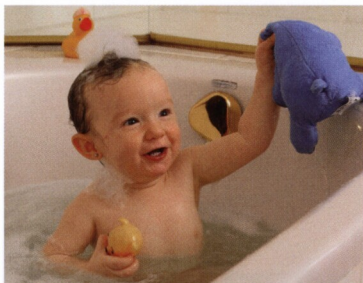
- Malé ruce toho umějí tolik říci 15
  - Přednosti dětské znakové řeči 17
- Dětská znaková řeč – Váš domácí kurz 19
  - Můžete cvičit doma 20

**Příjemné doteky milujících rukou** 25

**Dotek je záležitost kůže** 26

- Masážní jednotky pro malé děti 27
  - Blahodárné účinky masáže pro děti 27
- Masáž – Váš domácí kurz 29
  - Relaxační masáže 31
  - Masáž přední strany těla 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

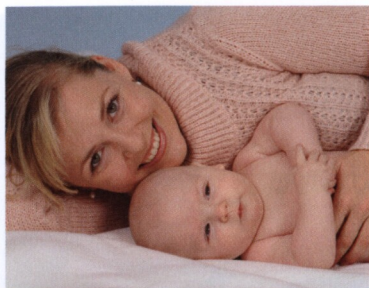
#### Malé, ale pohyblivé tělíčko 57

#### 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

### PEKiP – Pražský program pro děti a dospělé 69

#### Ve velkých krocích 70

- Kurz pro rodiče a děti 71
- Vývoj od kojence k batoletě 73
- PEKiP – Domácí kurz! 80
- Hravé pohyby 81



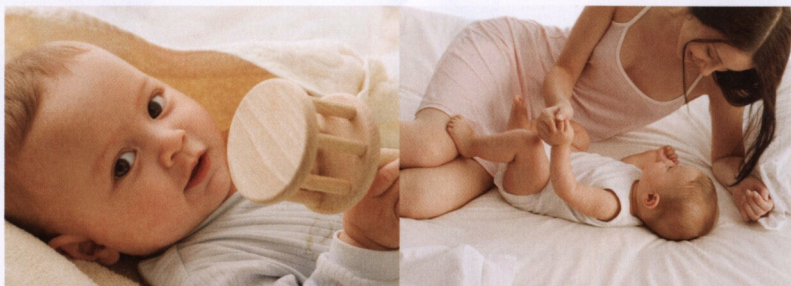
## 6 Hudba

### S hudbou jde všechno líp 89

#### Poslouchej, děťátko! 90

- Společné zpívání a muzicírování 91
- Blahodárné účinky hudby 91
- Jak muzicírovat – váš domácí kurz 92
- Poslouchat, zpívat a prožívat 93





## 7 Hry

<b>Hry a hračky podporují vývoj</b>	<b>101</b>	– „Větrná smršť“ na čtyřech (7. až 9. měsíc)	111
<b>Vnímání všemi smysly</b>	<b>102</b>	– Sebevědomě poznávat vlastní schopnosti (10. až 12. měsíc)	117
• Jak se dítě učí hravou formou	103	• Užitečné adresy	122
– Poznávání světa v bezpečí (1.–3. měsíc)	104	• Knihy pro velké i malé	123
– Podněty pro tělo a smysly (4. až 6. měsíc)	107	• Rejstřík	124

