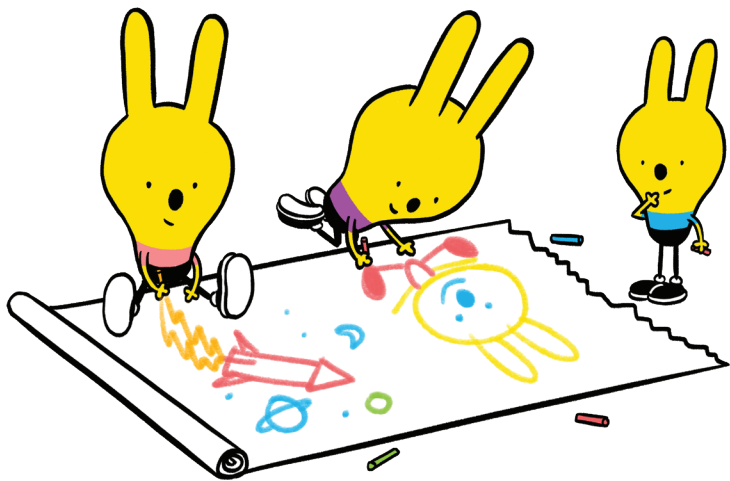


**Посмотри на меня! Мне 18 месяцев!**

Как убедиться, что ребенок к пяти годам  
хорошо развивается.





До детского сада еще несколько лет, поэтому до того как я пойду в него, у нас есть достаточно времени, чтобы развить эти навыки:

- Одеваться, с небольшой помощью.
- Ходить самостоятельно в туалет.
- Открывать свои контейнеры с обедом.
- Просить о помощи.
- Соблюдать очередь с моими друзьями и с тобой.
- Следовать процедурам и расписанию.
- Слушать и следовать инструкциям.
- Понимать основные правила безопасности.
- Не бояться пробовать новые вещи.
- Принимать участие в групповых мероприятиях.
- Быть любознательным.
- Бегать, ловить, бросать, прыгать и кувыркаться.
- Быть помощником.
- Раскрашивать, рисовать, лепить и строить предметы по своему воображению

# Здравствуй, взрослый. Добро пожаловать в МОЙ МОЗГ.

Первые пять лет моей жизни действительно очень важны. Это когда большая часть моего мозга включена в работу. Ученые говорят, что со дня моего рождения миллионы нейронов создают миллиарды соединений. Я учусь все время- каждое мгновение моего дня. Все вокруг меня учит меня, но самый важный учитель из всех- это ты.

Ты- мой переводчик, мой гид, мой управляющий, моя охрана и мой мост к пониманию окружающего мира.

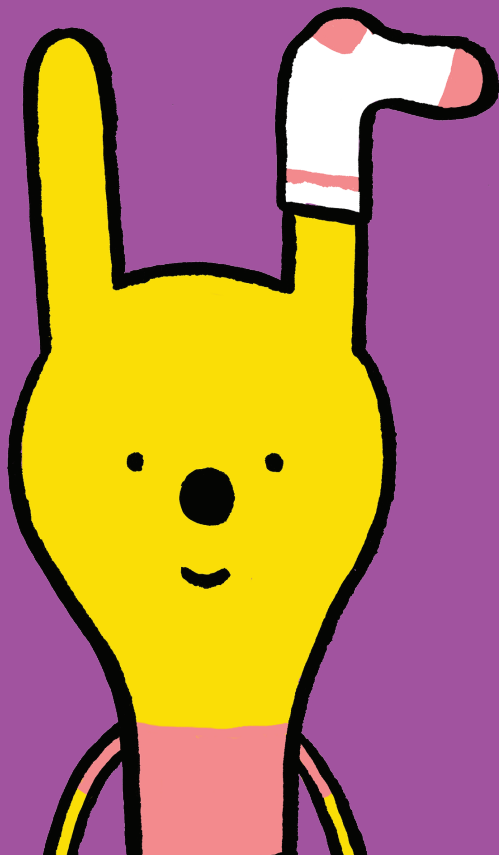
## Это твое руководство.

Я постоянно учусь, но есть некоторые действительно базовые вещи, которые я должен уметь делать очень хорошо к тому времени, когда мне исполнится пять лет. Это так называемые этапы, и я не могу достичь их без большой помощи, Твоей помощи. Поэтому, пожалуйста, найди время, чтобы прочитать об этих этапах и следовать некоторым из моих предложений. Ты заметишь, что большинство из них похоже на игру, и это не случайно. Обучение должно быть веселым, не так ли?

К тому времени, когда мне исполнится 18 месяцев, я смогу делать все (и, возможно, больше) из того, о чем говорится на следующих страницах.

Физическое здоровье и благополучие

# ДЕЙСТВИЯ



Мне 18 месяцев и теперь я могу:

- Ходить без поддержки.
- Ходить и носить предметы одновременно.
- Делать отметки на бумаге карандашом.
- Складывать три кубика друг на друга.

Позволь мне начатть:

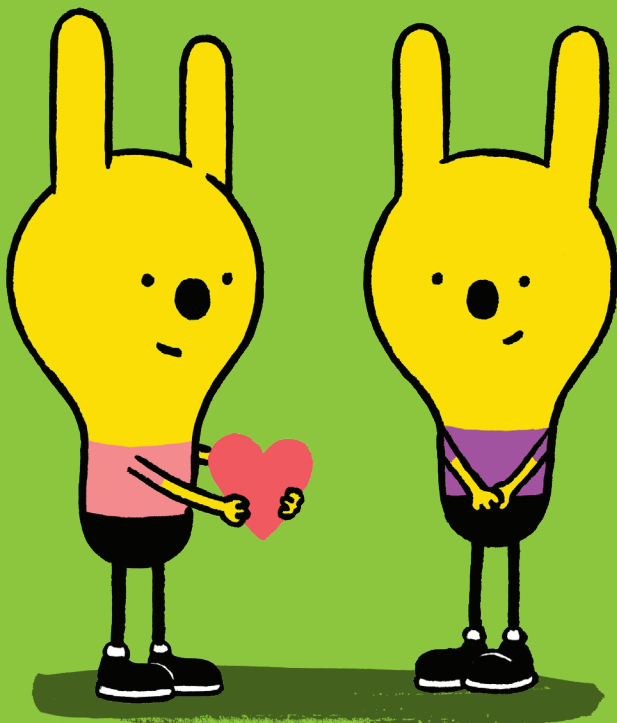
- Спускаться по лестнице с помощью.
- Пить и есть с чашкой и ложкой, как ты.
- Перелистывать страницы книги.

Следуй за мной!

- Выводи меня на улицу каждый день; давай мне пузыри, кубики и мячи.
- Давай мне безопасную еду, которую можно брать руками.
- Прикрепи большие листы бумаги на стол и дай мне для использования нетоксичные карандаши.
- Позволь мне участвовать в игре, которая является неопределенной, сложной, гибкой и веселой.
- Давай сделаем перекус, выкладывая хлопья (Cheerios) в линию.

Социальная компетентность

# ИГРА





Мне нравится:

- Играть самому и вместе с другими.
- Демонстрировать мою растущую независимость.
- Следовать простым инструкциям.
- Изучать то, что меня окружает.
- Понимать, что когда ты уходишь, ты вернешься.

Давай начнем:

- Определять эмоции, даже отрицательные.
- Предоставлять мне возможность копировать тебя (наприме, подметать, расчесывать волосы ).
- Делиться достижениями с близкими.

Следуй за мной- ты мой лучший друг!

- Будь рядом, но позволь мне все исследовать.
- Разрешай мне играть с мягкими игрушками и куклами.
- Установи распорядок дня.

Эмоциональная зрелость

# ЧУВСТВА



Мне всего 18 месяцев!

- Я демонстрирую дерзкое поведение и люблю делать что-то самостоятельно.
- Мне можно дать делать выбор.
- Я даю тебе знать, как я себя чувствую с помощью жестов, слов, слез и мимики.

Давай работать над:

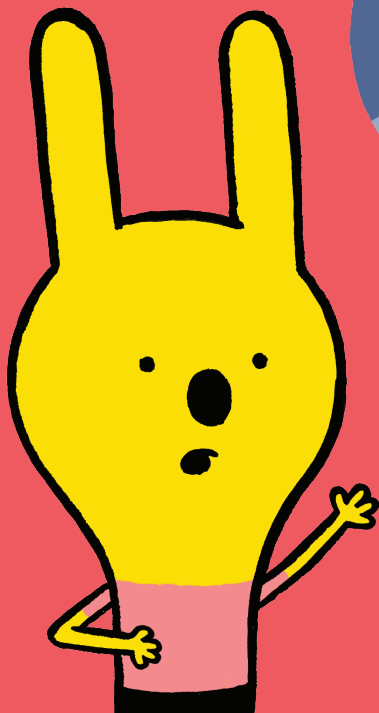
- Обозначением моих чувств.
- Изучением новых мест вместе с тобой.
- Пробованием мной новых вещей самостоятельно (пожалуйста, будь терпелив).

Ты можешь помочь!

- Дай мне прильнуть к тебе, когда мы вместе читаем рассказы.
- Установи распорядок дня, включая регулярное время сна- помни, мне все еще нужно 11–14 часов сна!
- Спустись на мой уровень; улыбайся, смейся и играй со мной.
- Дай мне знать, когда / если мой распорядок меняется.
- Сохраняй спокойствие.

Язык и когнитивное развитие

# ОБУЧЕНИЕ



Когда мне 18 месяцев, я могу:

- Понимать до 250 слов.
- Использовать простые фразы.
- Следовать простым (одношаговым) устным инструкциям.
- Повторять слова, услышанные в разговоре.

Давай начнем:

- Обозначать предметы, на которые я указываю.
- Задавать мне вопросы, на которые я могу ответить.
- Помогать мне обозначать мои эмоции.
- Здраваться и прощаться при входе и выходе.

Как мы это делаем?

- Говори со мной во время повседневных дел.
- Позволь мне выбрать книги, которые мы читаем.
- Говори, читай и пой мне.
- Давай мне для изучения простые пазлы из 3–4 предметов, складные игрушки и большие мячи.
- Делай вид, что играешь.
- Пожалуйста, никаких экранов (телевизор, айпад, телефон, компьютер).

Навыки общения и общие знания

# ВЫРАЖЕНИЕ СЕБЯ



Мне 18 месяцев и я могу:

- Говорить 8 или более слов.
- Использовать слова со звуками p, m, n, h, w и b.
- Начинать сортировать формы и цвета.
- Начинать использовать слова при общении с другими.

Давай начнем:

- Предоставлять мне возможность рассказывать о моем опыте и чувствах.
- Играть с другими людьми в нашем сообществе.

Пожалуйста:

- Указывай и обозначай части тела.
- Говори со мной о том, что ты делаешь.
- Пой мне детские песни типа «Старый Макдональд».
- Хвали меня, когда я пытаюсь составить более длинные предложения, используя новые слова.
- Говори мне, что бы ты хотел, чтобы я сделал.

# Это большая работа, но я думаю, что ты готов!

Итак, вот некоторые важные вещи, которые нам необходимо сделать:

- Заказывай ежегодные медицинские осмотры у нашего врача.
- Води меня к моему стоматологу с 1 года на периодические проверки на основе его рекомендаций.
- Делай мне прививки своевременно.
- Проверь мои ГЛАЗА:
  - В 6–12 мес. (до моего первого дня рождения)
  - Еще одна проверка, когда мне 3
  - В 5 лет до начала школы
- Проверь мои УШИ.
- Читай мне каждый день первых 2000 дней жизни (и далее!).
- Зайди на сайт [healthyparentshealthychildren.ca](http://healthyparentshealthychildren.ca), чтобы узнать буквально ВСЕ, что нужно знать о беременности заранее. *(Это может показаться ошеломляющим, но просто сосредоточься на этапе, на которой ты сейчас находишься.)*



# Полезные ссылки:

Будьте активны, используя эти ссылки:

**calgary.ca** (нажмите отдых) для занятий плаванием и фитнесом.

**calgarylibrary.ca** Бесплатные книги и онлайн-ресурсы для изучения.

**littlefreelibrary.org/ourmap** Где взять бесплатные книги рядом с вами.

**calgaryreads.com** Узнайте все о детской грамотности.у

**calgaryschild.com** Большой ресурс для деятельности и информации.

**calgaryplaygroundreview.com** Обзор игровых площадок Калгари.

**albertafamilywellness.org** Смотрите последние научные новости о мозге.

**parentsmatter.ca** Ресурсы на разных языках для родителей.

**reachinginreachingout.com/resources-parents.htm**

Способствует стойкости у взрослых и детей.

**humanservices.alberta.ca/family-community/talk-box.html**

Руководство для родителей по языковой среде.

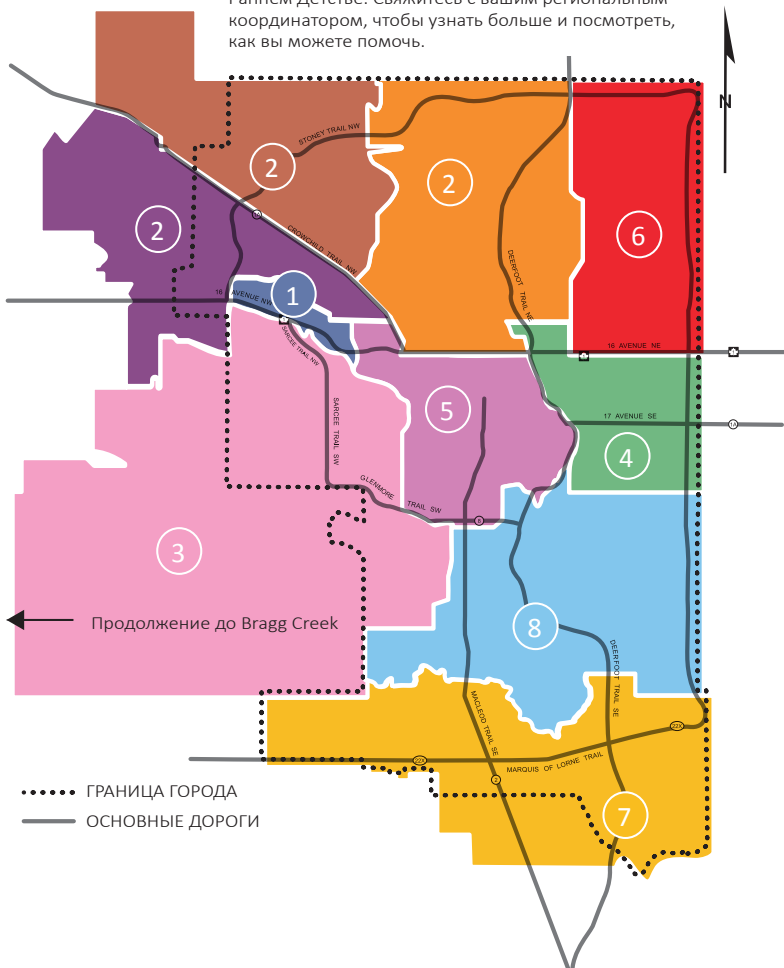
**activeforlife.com** Ресурсы для родителей и педагогов в поддержку развития физической грамотности у детей.

## За чем следить:

Поговорите со своим врачом прямо сейчас, если вы замечаете у ребенка какой-либо из этих признаков:

- 1) нет улыбок, зрительного контакта или теплых отношений к шести месяцам
- 2) нет лепета в ответ
- 3) регрессия речи и / или навыков.

«Разметка местности» для хорошего Развития в Раннем Детстве. Свяжитесь с вашим региональным координатором, чтобы узнать больше и посмотреть, как вы можете помочь.



# Объединения Калгари

1

## **Calgary Bowness Montgomery**

### **ECD Coalition**

Bowness, Greenwood/  
Greenbriar, Montgomery

2

## **Calgary Northwest,**

2

## **West and North Central**

2

### **ECD Coalition**

Banff Trail, Rosemont,  
Mount Pleasant, Winston  
Heights/Mountview,  
Charleswood, Brentwood,  
Charleswood, Highwood,  
Greenview, Thorncliffe,  
North Haven, Huntington  
Hills, Beddington Heights,  
Sandstone, Hidden Valley,  
Panorama Hills, Country Hills,  
Coventry Hills, Harvest Hills,  
Kincora, Evanston, Dalhousie,  
Edgemont, Ranchlands,  
Arbour Lake, Hawkwood,  
Citadel, Hamptons, Rocky  
Ridge, Royal Oak, Sherwood,  
Nolan Hill, Sage Hill, Tuscany,  
Scenic Acres,  
Valley Ridge, Crestmont,  
Silver Springs, Varsity

3

## **Calgary Southwest**

### **ECD Coalition**

Cougar Ridge, West Springs,  
Springbank, Discovery Ridge,  
Aspen Woods, Coach Hill,  
Point McKay, Wildwood,  
Strathcona Park, Spruce  
Cliff, Shaganappi, Westgate,  
Glendale, Glenbrook, Killarney,  
Signal Hill, Glamorgan, Lincoln  
Park,  
Rutland Park, Lakeview,  
Eagle Ridge, Pump Hill,  
Braeside, Palliser, Bayview,  
Oakridge, Cedarbrae

4

## **Calgary East ECD Coalition**

Crossroads (includes Belfast,  
Mayland Heights and Vista  
Heights), Marlborough,  
Marlborough Park, Albert  
Park/Radisson Park, Forest  
Heights, Forest Lawn,  
Penbrooke Meadows (includes  
Penbrooke Heritage Estates  
and Mountview), Applewood,  
Abbeydale (includes Chateau  
Estates),  
Southview, Dover, Erin Woods

**5** **Calgary Downtown  
ECD Coalition**

East of Crowchild  
South of 16th Ave,  
West of Deerfoot

**6** **Calgary North of  
McKnight ECD Coalition**

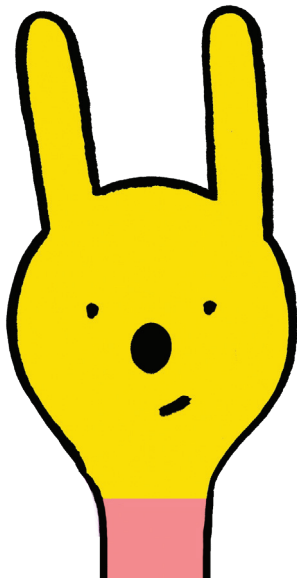
Sunridge, Rundle, Pineridge,  
Monterey Park, Temple,  
Whitehorn, Horizon,  
Falconridge, Castleridge,  
Coral Springs, Martindale,  
Taradale, Saddleridge,  
Cityscape, Skyview,  
Stonegate, Redstone

**7** **Calgary Deep South  
ECD Coalition**

Silverado, Evergreen,  
Bridlewood, Shawnessy,  
Somerset, Millrise, Midnapore,  
Sundance, Chaparral Lake,  
Chaparral Valley, Walden,  
Cranston, Auburn Bay,  
Mahogany, Copperfield,  
McKenzie Lake, McKenzie  
Towne, Legacy

**8** **Calgary South Central  
ECD Coalition**

Acadia, Canyon Meadows,  
Deer Run, Deer Ridge,  
Diamond Cove, Fairview,  
Kingsland, Foothills Industrial  
Park, Lake Bonavista, Ogden,  
Parkland, Maple Ridge,  
Queensland, Riverbend,  
Willow Park, Woodbine,  
Woodlands, Southwood,  
Quarry Park, East sheppard,  
Lynwood, Douglas Glen,  
Douglasdale, Bonavista Downs

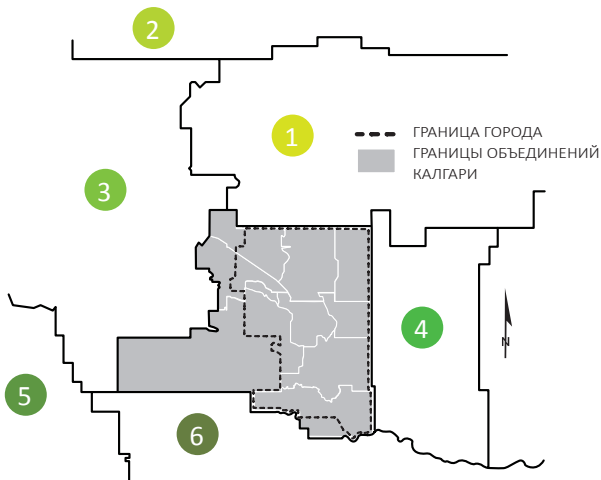


# Контактная Информация

Для получения самой последней информации о вашем местном объединении, пожалуйста, посетите [www.ecdcoalitions.org](http://www.ecdcoalitions.org)

- 1 Calgary Bowness Montgomery ECD Coalition**  
[calgarybowmont1@fcssaa.org](mailto:calgarybowmont1@fcssaa.org)
- 2 Calgary Northwest, West and North Central ECD Coalition**  
[calgarywest1@fcssaa.org](mailto:calgarywest1@fcssaa.org)
- 3 Calgary Southwest ECD Coalition**  
[calgarysw1@fcssaa.org](mailto:calgarysw1@fcssaa.org)
- 4 Calgary East ECD Coalition**  
[calgaryeast2@fcssaa.org](mailto:calgaryeast2@fcssaa.org)
- 5 Calgary Downtown ECD Coalition**  
[calgarydowntown1@fcssaa.org](mailto:calgarydowntown1@fcssaa.org)
- 6 Calgary North of McKnight ECD Coalition**  
[calgarymcknight1@fcssaa.org](mailto:calgarymcknight1@fcssaa.org)
- 7 Calgary Deep South ECD Coalition**  
[calgarydeepsouth1@fcssaa.org](mailto:calgarydeepsouth1@fcssaa.org)
- 8 Calgary South Central ECD Coalition**  
[calgarysc1@fcssaa.org](mailto:calgarysc1@fcssaa.org)

# Местные Объединения



1 North Rocky View  
Pathways to Success  
ECD Coalition

2 Mt. View County  
ECD Coalition

3 Cochrane ECD Coalition

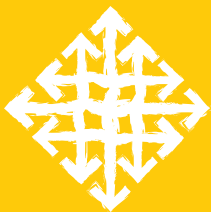
4 Formative 5 –Chestermere  
Southeast Rocky View ECD  
Coalition

5 Bow Valley ECD Coalition

6 Foothills Children's  
Wellness Network

“Если бы я имел влияние на добрую фею, которая бы управляла всеми детьми, я бы попросил у нее в подарок каждому ребенку в мире чувство удивления, настолько нерушимое, чтобы оно осталось на всю жизнь.”

– *Rachel Carson*



first 2000 days

Early Childhood Development Network

[ecdcoalitions.org](http://ecdcoalitions.org)

[2000days.ca](http://2000days.ca)



[@First2000days](https://twitter.com/First2000days)



[facebook.com/2000days](https://facebook.com/2000days)