

Оглавление

Будем знакомы5



Беременность и роды, или Отцом становится сложно6

«Милый, я беременна!»7

Беременная женщина —
как себя вести8

Подготовка детской комнаты22

Что класть в родовой пакет25

Как начинаются роды29

Когда ехать в роддом31

Партнерские роды —
«за» и «против»32



Уход за ребенком, или Курс молодого отца36

Уже гражданин:
важные формальности36

Что делать в первые дни40

Что ест малыш42

Все о детском срыгивании44

Как держать ребенка53

Как его купать55

Как поменять подгузник57

Во что одевать61

Почему он плачет63

Чем ребенок болеет66



Обучение и развитие ребенка, или Необходимый минимум для папы84

Что ребенок должен уметь до года ...84

Режим дня, или Дневной и ночной сон89

Приучаем к самостоятельности: мыло, щетка, горшок91

Приучаем убирать за собой99

Как говорить с грудничком 102

Как найти взаимопонимание с двух-трехлетней 108

Учим дружить со сверстниками 113

Как реагировать на агрессию 116

Слово «нет» — дозировка 119

Копирует привычки — учим независимости 122

Играем: во что и чем 126

Развивающие игры для самых маленьких 136

Развивающие игры для детей постарше 142

Моторика 142

Восприятие 144

Память и внимание 146

Мышление 147

Воображение 149

Речь 150

Двигательная активность 153



В качестве напутствия ... 159