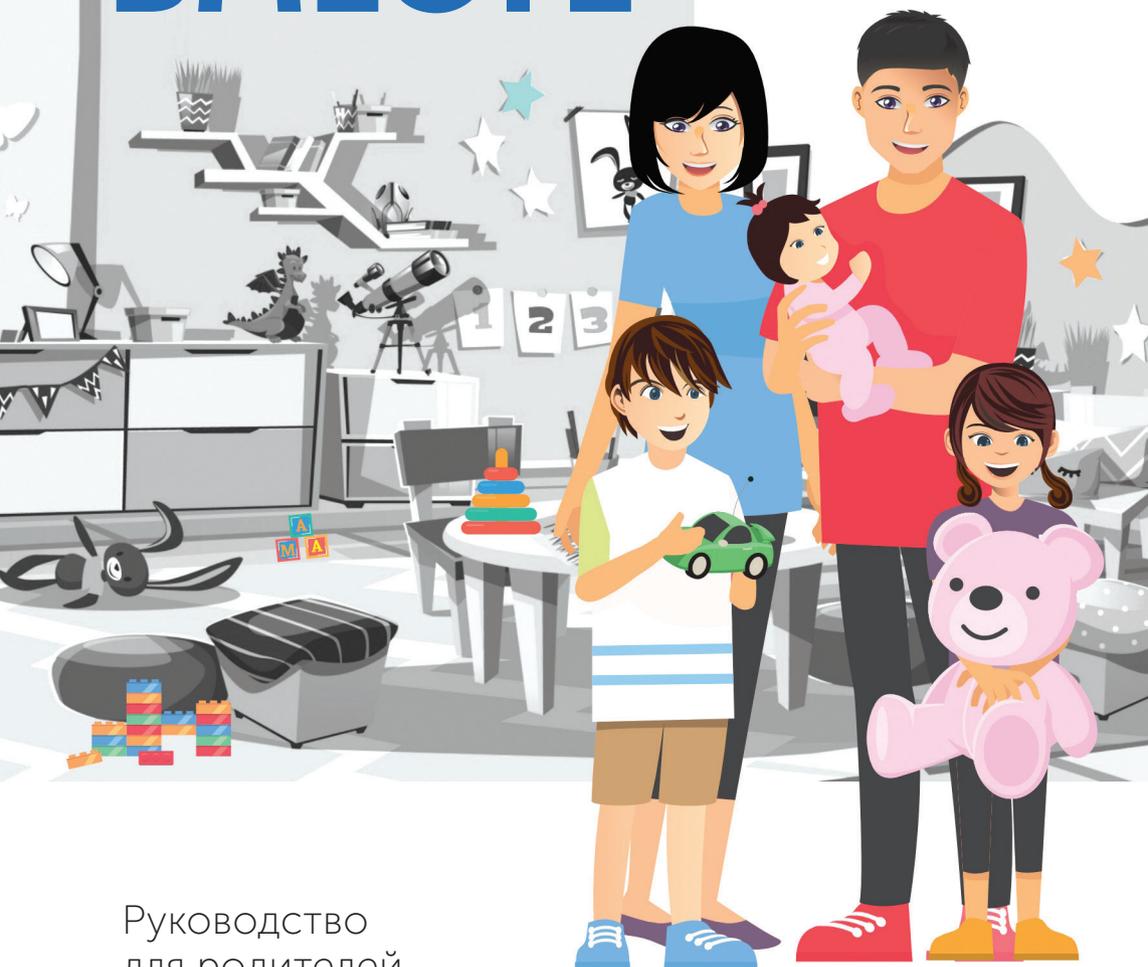


РАСТЕМ И РАЗВИВАЕМСЯ ВМЕСТЕ



Руководство
для родителей
по мониторингу развития детей
раннего возраста (от 0 до 7 лет)

РАСТЕМ И РАЗВИВАЕМСЯ ВМЕСТЕ

Руководство для родителей по мониторингу
развития детей раннего возраста (от 0 до 7 лет)



Астана, 2024

АВТОРЫ-СОСТАВИТЕЛИ:

Светлана Булгакова,

магистр психологии, практикующий психолог, специалист по перинатальной, репродуктивной, семейной психологии, эксперт и тренер ОФ «Семейная Академия», автор и тренер учебных программ «Перинатальная психология», «Формирование психологической готовности детей к школе».

Татьяна Федотова,

детский психолог, специалист по социальной работе, эксперт ОФ «Семейная Академия», автор и тренер учебных программ «Психофизиологические и когнитивные особенности развития детей на разных возрастных этапах», «Формирование осознанного поведения и навыка безопасности жизнедеятельности у детей» и др.

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Арзанбаева Б.О.,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры дошкольного и начального образования Казахского Национального женского педагогического университета.

Каржаубаева Ш. Е.,

доктор медицинских наук, заведующая Центром здоровья молодежи и семьи.

Кабаква М.П.,

профессор Казахского национального университета, кандидат психологических наук, специалист по семейным отношениям

Жакупова А.Ж.,

PhD, старший преподаватель кафедры дошкольного образования и социальной педагогики Казахского национального педагогического университета имени Абая

Данное руководство предназначено для родителей и опекунов детей раннего возраста. Оно поможет взрослым узнать больше о потребностях ребенка на каждом этапе развития, о создании безопасной среды для его/ ее здоровья и жизнедеятельности.

Руководство подготовлено в рамках реализации совместного с Представительством Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) в Республике Казахстан проекта «Разработка и осуществление мероприятий по изменению социальных и поведенческих моделей и вовлечению сообщества в повышение осведомленности родителей/опекунов и специалистов о мониторинге развития детей раннего возраста в Казахстане».

ОФ «Центр комплексной поддержки семьи «Семейная академия» несет ответственность за содержание публикации, которое не обязательно отражает позицию Представительства ЮНИСЕФ в Казахстане.

ВВЕРХ ПО СТУПЕНЬКАМ ВМЕСТЕ С МАЛЫШОМ

5 ВВЕДЕНИЕ >>>

6 ГОТОВИМСЯ СТАТЬ МАМОЙ! >>>

9 У ВАС ПОЯВИЛСЯ МАЛЫШ! >>>

12 ВСЕМ ПРИВЕТ! >>>
Период новорожденности (0–28 дней)

17 «ГУЛИ-ГУЛИ» >>>
Ребенку 2–4 месяца

21 УЧИМСЯ ВНИМАТЕЛЬНО НАБЛЮДАТЬ
Ребенку 4–6 месяцев >>>

24 «МАМА, Я ТЕБЯ УЗНАЛ!»
Ребенку 6–9 месяцев >>>

29 «МАМАМАМА», «БАБАБАБА»
Ребенку 9–12 месяцев >>>

33 ТОП, ТОП, ТОПАЕТ МАЛЫШ...
Ребенку 1 год >>>

39

**УЧИМСЯ ЧУВСТВОВАТЬ
И ПРОЯВЛЯТЬ ЭМОЦИИ**

Ребенку 1,5 года >>>

42

ЧТО НАША ЖИЗНЬ? ИГРА!

Ребенку 2 года >>>

48

ОСОБЫЙ ВОЗРАСТ «Я САМ!»

Ребенку 3 года >>>

53

ВОЗРАСТ «ПОЧЕМУЧЕК»

Ребенку 4 года >>>

58

АКТИВНО ПОЗНАЕМ МИР

Ребенку 5 лет >>>

63

ГОТОВИМСЯ В ШКОЛУ

Ребенку 6 лет >>>

70

ПЕРВЫЙ РАЗ, В ПЕРВЫЙ КЛАСС!

Ребенку 7 лет >>>

77

**Просто о сложном
(гlossарий) >>>**

78

**Рекомендуемая литература
для родителей >>>**

ВВЕДЕНИЕ

Целью мониторинга развития является наблюдение за ростом ребенка и его изменениями с течением времени, а также его соответствие стандартным этапам развития в период от рождения до 7 лет. Мониторинг развития фокусируется на социальных и эмоциональных навыках ребенка, языке и общении, когнитивном развитии и развитии мозга (например, обучение, мышление, решение проблем), а также на двигательном и физическом развитии. Как родитель, вы даете своим детям хороший старт в жизни — воспитываете, защищаете и направляете их. По мере того, как ваш ребенок растет и развивается, вы можете многое сделать, чтобы поддержать его. Это руководство поможет вам определить основные этапы развития вашего малыша, позволит вам, как родителю или опекуну, помочь ему/ей полноценно развиваться и, при необходимости, вовремя обращаться за помощью к специалистам. В руководстве дается информация о том, в каких случаях родителям стоит обратиться к специалисту. Если ребенок не соответствует этапам развития, родители/опекуны должны обсудить свои опасения с педиатром, семейным врачом или патронажной медсестрой. С помощью структурированного теста или анкеты, набора вопросов для родителей или опекунов специалист проведет необходимый скрининг (быстрый, доступный, приблизительный метод обследования с целью выявления необходимости в более точной диагностике или помощи) и сделает заключение.

Мониторинг развития позволит родителям отслеживать здоровый рост и развитие малыша, а также способствует обеспечению стимулирующего и заботливого ухода в повседневной жизни ребенка.

ГОТОВИМСЯ СТАТЬ МАМОЙ

Формирование ребенка, его здоровье и благополучие начинается с момента его зачатия. Детско-родительские отношения играют во всем этом огромную роль и на столь ранней стадии взаимодействия. Удовлетворение и счастье матери, желанность и запланированность её беременности, удовлетворён-



ность собой и позитивное отношение к своему прошлому и настоящему становятся факторами, влияющими на первые взаимодействия матери и ребёнка. Не менее важным фактором становится и удовлетворённость супружескими отношениями. Принятие поддержки от отца ребёнка, тёплый и близкий контакт с ним, пробуждает в женщине нежные материнские чувства, направленные на ребёнка, являющегося продуктом их совместного единения и любви. А страх, неуверенность, тревожность, отсутствие понимания, помощи и поддержки могут стать серьёзной преградой для создания крепкой и надёжной привязанности между матерью и малышом, помешать его развитию. Позаботьтесь о безопасности ребенка на каждом этапе его развития, начиная с момента беременности.

Давайте рассмотрим факторы благополучия беременной женщины и рекомендации в случае, если вы заметили у себя какие-либо тревожные признаки.



ФАКТОРЫ БЛАГОПОЛУЧИЯ БЕРЕМЕННОЙ ЖЕНЩИНЫ

- ✓ Положительный отклик на беременность, беременность желанна и запланирована.
- ✓ Конструктивные мотивы зачатия ребенка (стремление дать жизнь другому человеку, со своей индивидуальностью; беременность как совместное решение партнеров о продолжении в ребенке своей любви друг к другу; готовность к материнству).
- ✓ Благосклонное отношение к психофизиологическим изменениям в организме.
- ✓ Планирование будущей жизни и подготовка к рождению ребенка.
- ✓ Психологическая готовность стать матерью.
- ✓ Женщина испытывает нежность к зарождающейся жизни, общается и взаимодействует с ребенком, находящимся в утробе.
- ✓ Повышение образованности матери в вопросах рождения и воспитания ребенка.
- ✓ Своевременное и регулярное наблюдение у врача.
- ✓ Принятие пола ребенка.



ФАКТОРЫ ТРЕВОГИ БЕРЕМЕННОЙ ЖЕНЩИНЫ

- ✓ Отрицательное отношение матери к беременности.
- ✓ Состояние эмоциональной неудовлетворенности или нестабильности.
- ✓ Наличие вредных привычек.
- ✓ Наличие разнообразных форм нарушения репродуктивной системы.

У ВАС ПОЯВИЛСЯ **МАЛЫШ!**

Ранний возраст – чрезвычайно важный и ответственный период физического и психического развития ребенка. Это возраст, когда все впервые, все только начинается – речь, игра, общение со сверстниками, первые представления о себе, о других, о мире.

В первые три года жизни закладываются наиболее важные и фундаментальные человеческие способности – познавательная активность, любознательность, уверенность в себе и доверие к другим людям, целенаправленность и настойчивость, воображение, творческая позиция и многое другое. Причем все эти способности не возникают сами по себе, они формируются при участии взрослого.

Задача раннего развития и обучения детей состоит в том, чтобы они могли научиться действовать, взаимодействовать и справляться с повседневной жизнью, а также понимать окружающий мир.

Ваш малыш рождается готовым к обучению и взаимодействию с окружающим его миром. Когда вы общаетесь со своим ребенком, его мозг каждую секунду образует более миллиона новых нейронных связей! Каждый день вашего ребенка наполнен новыми возможностями для развития и обучения, и к определенному возрасту все здоровые дети овладевают определенными умениями и навыками в соответствии с возрастными нормами развития.



РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Специалисты по раннему развитию детей считают, что наиважнейшим условием для физического и психического здоровья ребенка являются так называемые «отзывчивые отношения», при которых родители должным образом реагируют на вербальные и невербальные сигналы маленьких детей, проявляют к ним уважение, любовь и заботу.

Предлагаем вам познакомиться с основными социальными сигналами, которые используют дети младенческого возраста для начала и прекращения общения с близким взрослым.



СИГНАЛЫ, ПРИГЛАШАЮЩИЕ К ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ:

- ✓ улыбка, выражающая радостные эмоции ребенка;
- ✓ расслабленный взгляд на лицо взрослого;
- ✓ вскрики (громкие отрывистые гласные звуки), гуканье (тихие короткие звуки типа «кх», «гк» и пр.), гуление (протяжные звуки, напоминающие пение птиц, – «гуулллии» и пр.);
- ✓ зрительное сосредоточение – долгий, пристальный взгляд на взрослого;
- ✓ удивление;
- ✓ двигательное оживление – движения головы, вскидывание рук и ног, прогибание спины и пр.;
- ✓ отсутствие движений при расслабленном теле.



СИГНАЛЫ, СВИДЕТЕЛЬСТВУЮЩИЕ О ТОМ, ЧТО МЛАДЕНЕЦ ХОЧЕТ ПРЕКРАТИТЬ ОБЩЕНИЕ:

- ✓ отведение взгляда в сторону;
- ✓ хмурость;
- ✓ негативные вокализации (крик, кряхтение и т.д.);
- ✓ плач;

- ✓ срыгивание, икота, рвота;
- ✓ оцепенение, замирание;
- ✓ поднесение рук к голове, ушам, лицу;
- ✓ хаотичные движения, отталкивание взрослого.

Наука о здоровом развитии ребенка предполагает комплексный подход: физическое, эмоциональное, социальное и когнитивное развитие. Дети лучше всего учатся через игру, а также участвуя в повседневных домашних делах, семейных и общественных мероприятиях. И конечно, для здорового развития им нужна поддержка родителей и других значимых взрослых.

Чтобы увидеть, как развивается ваш ребенок, используйте предложенные ниже критерии и показатели развития. Если вы заметили, что ваш ребенок не достигает основных показателей развития, обратитесь к своей участковой команде специалистов (патронажной медицинской сестре, врачу или другим специалистам по раннему развитию детей).



ДЛЯ ЗАМЕТОК

ВСЕМ ПРИВЕТ, Я ДОМА!

Период новорожденности (0–28 дней)

Первый месяц жизни малыша – это самый ответственный период жизни, потому что происходит его адаптация к новым, непривычным для него условиям жизни вне материнской утробы. Развивается и нормализуется его кишечная флора, происходит адаптация к домашней флоре, к температурному режиму, устанавливается грудное вскармливание. Этот месяц он проводит между сном и едой, он еще не окреп, чтобы делать что-то самостоятельно, ему во всем нужна помощь и внимание мамы. Окончание периода новорожденности характеризуется появлением комплекса оживления у младенца, как его первой социальной реакции.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ На обращение мамы – перестает двигаться, смотрит на нее.
- ✓ В ответ на мимику и улыбку мамы – ждет знаков внимания, общителен, доволен тем, что контакт установлен, двигает ножками, ручками, не плачет.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ На контакт «глаза в глаза» – отвечает, моргая, открывая рот, двигая руками.
- ✓ При прикосновении мамы и когда она носит на руках, прижимает к себе – успокаивается, улыбается в ответ.
- ✓ В этом раннем возрасте плач – основная форма общения ребенка. Сначала все крики звучат одинаково, но скоро

вы сможете распознать разные типы криков, связанных с голодом, дискомфортом, разочарованием, усталостью и даже одиночеством. Независимо от причины, реагирование на плач вашего ребенка успокаивающими прикосновениями и словами имеет важное значение, это помогает вашему ребенку научиться доверять вам.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Ребенок знакомится с окружающей средой, фиксируя глазами предметы и лица родных людей.
- ✓ Он прислушивается к звукам и голосу мамы или музыке, но пока ненадолго.
- ✓ Реагирует на свет и начинает поворачивать голову к его источнику.
- ✓ К концу первого месяца младенец начинает узнавать маму, отвечает на ее обращение улыбкой.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Движения вашего малыша резкие и нескоординированные.
- ✓ У вашего малыша есть рефлексы: корневые, сосательные и другие.
- ✓ Корневой рефлекс новорожденного состоит в том, что в ответ на прикосновение ко рту или губе новорожденный поворачивает голову в ту сторону, к которой прикоснулись. Этот рефлекс помогает ребенку найти грудь или бутылочку.
- ✓ Сосательный рефлекс проявляется сразу после рождения — при условии, что ребенок здоров. Малыш обхватывает губами сосок, палец, соску и ритмично их посасывает — примерно так с точки зрения физиологии выглядит обычный процесс кормления.
- ✓ Со временем ваш ребенок начинает держать голову, когда лежит на животе и поворачивает ее из стороны в сторону.

- ✓ Смотрит на предмет или неподвижного человека. Сначала фиксирует взгляд на лице или источнике света, затем начинает следить за движущимся объектом.
- ✓ Улыбается во сне.

КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ? (Движение/Физическое развитие)

По данным исследований новорожденные должны спать 14–17 часов в течение 24 часов, некоторые могут спать до 18–19 часов в сутки. Поскольку дети на грудном вскармливании кормятся часто, примерно каждые 2–3 часа, то им необходимо просыпаться каждые пару часов, чтобы поесть. Поэтому желательно, чтобы они не спали непрерывно дольше 5 часов в течение первых 5–6 недель. Дети, находящиеся на искусственном вскармливании, обычно кормятся реже, примерно каждые 3–4 часа.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач и др.)?

- ✓ Недостаточная прибавка в весе (в среднем 900 г).
- ✓ Судороги.
- ✓ Плохое питание, отказ от груди.
- ✓ Учащение дыхания.
- ✓ Снижение температуры тела ниже 35,5°C или повышение температуры тела выше 37°C.
- ✓ Отсутствие или нарушение рефлексов новорождённых – не следит за предметами (не может поймать лицо матери на расстоянии 30 см).
- ✓ Не реагирует на резкие звуки.
- ✓ Желтушность кистей и стоп.
- ✓ Плачет постоянно, даже после кормления.
- ✓ Метеоризм.
- ✓ Запоры.
- ✓ Раздражение кожи под подгузником, в том числе на ягодицах, бедрах, животе и в паху.
- ✓ Нарушение сна.



КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?

- ✓ Ваш малыш постепенно учится поддерживать собственную температуру тела. Поэтому создайте для него оптимальную температуру и влажность. Периодически следует измерять температуру тела ребенка. Нормальные показатели температуры тела – 36,5-37,5°C. Для новорожденного переохлаждение не так опасно, как перегрев, поэтому родителям не следует чрезмерно кутать малыша..
- ✓ Кормите по требованию грудным молоком.
- ✓ Обеспечьте комфортные условия для сна.
- ✓ Удовлетворяйте потребность «двигаться»: свободное пеленание, массаж, гимнастика.
- ✓ Содержите ребенка в чистоте.
- ✓ Соблюдайте контакт ребенка с матерью «кожа к коже».
- ✓ Рассказывайте ребенку обо всем вокруг, о том, что делают с ним и для чего, пойте песни, подражайте звукам, издаваемым ребенком.
- ✓ Проходите обязательный плановый, профилактический осмотр специалистами (педиатр, невролог, хирург, офтальмолог и т.д.) в поликлинике по месту жительства.

Ваш ребенок развивается каждый день и в эти ранние моменты очень важно использовать такой механизм взаимодействия с ребенком, как «подача и возврат подачи». Это, своего рода, игра, когда ребенок «подает» – улыбается, лепечет, жестикулирует, а взрослый «возвращает подачу» – повторяя и отражая то, что сделал ребенок. Ребенок издает звук, и вы издаете тот же звук в ответ. Общение с ребенком имеет большое значение и неважно происходит это с помощью звуков, жестов или разговорной речи, важно, что это благотворно влияет на формирование мозга и позитивное развитие малыша.

«ГУЛИ-ГУЛИ»

Ребенку 2–4 месяца



Вы замечали, как крошечные пальчики вашего ребенка обхватывают ваши или сжимаются в кулачки? Или как ваш малыш пугается громкого шума? Ваш ребенок родился с этими и другими рефлексам, которые со временем станут менее заметными. Вы учитесь вместе с вашим ребенком и уже знаете, когда он голоден или сыт.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Может ненадолго успокоить сам себя (сосет палец).
- ✓ Начинает улыбаться на речь взрослого.
- ✓ Пытается смотреть на родителей.
- ✓ Звуки, издаваемые младенцем, становятся более четкими.
- ✓ Может фокусироваться на формах, которые находятся рядом.
- ✓ К концу 3 месяцев может следить за движущимся объектом.
- ✓ Вашему малышу нравится слышать ваш голос, поэтому разговаривайте, лепечите, пойте и воркуйте. Если вы слышите, как ваш ребенок издает звук, повторите его и подождите, пока он издаст еще один.
- ✓ Перед выпиской из больницы ваш новорожденный, вероятно, прошел проверку слуха. Если нет, важно как можно скорее сделать это.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Гулит.
- ✓ Поворачивает голову в сторону звука.
- ✓ Плач становится более целенаправленным и различается при голоде, усталости и других нуждах ребенка.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Обращает внимание на лица.
- ✓ Привлекают разные яркие предметы.
- ✓ Начинает следить глазами за предметами и узнает людей на расстоянии.
- ✓ Показывает признаки утомления (плачет, капризничает).
- ✓ Прислушивается, при громких звуках вздрагивает.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Может держать головку и начинает приподнимать ее, лежа на животе.
- ✓ Делает плавные движения руками и ногами.
- ✓ Некоторые рефлексы новорожденного исчезают.
- ✓ Мышцы шеи становятся сильнее, голова покачивается, затем держится прямо.
- ✓ Подносит руки или предметы ко рту.
- ✓ Смотрит на руки.
- ✓ Раскрывает и закрывает кисти рук.

КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ? (Движение/Физическое развитие)

- ✓ Младенцы до 3 месяцев должны спать 14–17 часов в сутки, 7–8 часов из них – днем.
- ✓ Многие привыкают к ежедневному режиму сна: два или три коротких сна в течение дня, а затем более длительный период «сна всю ночь» после ночного кормления.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач и др.)?

- ✓ Не реагирует на громкие звуки.
- ✓ Не следит за движущимися предметами.
- ✓ Не улыбается людям.
- ✓ Не тянет руки ко рту.
- ✓ Не может держать головку, когда отжимается, лежа на животике.
- ✓ Отсутствие сна.
- ✓ Не прибавляет в весе.



КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?

- ✓ Помните, что объем желудка вашего ребенка еще очень маленький и независимо от того, находится ли ребенок на грудном вскармливании или его кормят из бутылочки, он всегда заглатывает воздух во время еды. Это приводит к тому, что желудок наполняется быстрее и ощущение сытости наступает намного раньше. Из-за этого малыш может быть раздражительным и беспокойным. Кроме того, скопившийся в желудке воздух может вызывать колики. По этой причине рекомендуется делать небольшие перерывы во время кормления, а также малышу нужно срыгивать после кормления, чтобы выпустить газы, которые могут вызвать дискомфорт.
- ✓ Контакт кожа-к-коже (или метод кенгуру) помогает вашему малышу успокоиться. Человеческое лицо – одно из его любимых объектов, особенно его собственное или лицо родителя. Приближайте вашего ребенка близко к своему лицу и смотрите ему в глаза. Установка безопасного зеркала для детской кровати на уровне глаз вашего ребенка может быть полезна для его развития в этом возрасте.

УЧИМСЯ ВНИМАТЕЛЬНО НАБЛЮДАТЬ

Ребенку 4–6 месяцев

В этом возрасте ваш ребенок начинает активно познавать мир и учится взаимодействовать с окружающими. У него появляются новые потребности и эмоциональные реакции. Он уже не мучается от колик, так что лучше спит ночью и все дольше не спит днем. У него появляются любимые игрушки, песенки.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Непроизвольно улыбается, особенно людям.
- ✓ Реагирует в ответ на общение с ним, громко смеется.
- ✓ Подражает движениям и мимике, например, улыбается или хмурится.
- ✓ Любит играть с людьми и может заплакать при прекращении игры.
- ✓ Чувствует вкус и запах.
- ✓ Младенец в этом возрасте может видеть гораздо дальше, чем всего несколько месяцев назад. Обычно он может фокусироваться, не косясь, и различает разные цвета.
- ✓ Может следить за траекторией катящегося мяча и наблюдать за быстрыми движениями находящихся рядом людей.
- ✓ Координация рук и глаз улучшается. Ваш малыш теперь может некоторое время смотреть на предмет, а затем медленно тянется за ним.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Голосовые реакции: гуление, предпринимает попытки имитировать звуки.
- ✓ Лепечет с выражением и подражает услышанным звукам.
- ✓ Использует разного типа плач, чтобы показать, что он голоден, устал или чувствует боль.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие(обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Дает вам понять, что радуется или грустит.
- ✓ Отвечает на привязанность.
- ✓ Тянется одной рукой за игрушкой.
- ✓ Координирует деятельность глаз и рук, например, видит игрушку и тянется за ней.
- ✓ Отслеживает глазами предмет, движущийся из стороны в сторону.
- ✓ Внимательно наблюдает за лицами.
- ✓ Узнает на расстоянии знакомые предметы и людей.
- ✓ Находит глазами источник звука, поворачивает голову.
- ✓ Начинает узнавать свое имя.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Устойчиво держит головку без поддержки.
- ✓ Отталкивается ножками, когда они находятся на твердой поверхности.
- ✓ Может перевернуться с животика на спинку.
- ✓ Может держать игрушку и трясти ее, а также раскачивает подвешенные игрушки.
- ✓ Тянет ручки ко рту.
- ✓ Приподнимается на локтях, лёжа на животике.
- ✓ Сидит с поддержкой, со скругленной спиной.
- ✓ Начинает поддерживать тело ногами в положении стоя.

КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ? (Движение/Физическое развитие)

- ✓ Большинство детей в этом возрасте спят 12–16 часов в сутки.
- ✓ Ночной сон становится более продолжительным.
- ✓ Дневной сон не менее 2 раза в день.

В возрасте примерно 6 месяцев ваш ребенок начинает быстро расти и нуждается в получении большего количества пищи,

обладающей высокой энергетической ценностью и богатой питательными веществами. Пришло время вводить прикорм! Прежде чем начать прикорм, проконсультируйтесь со специалистом (патронажная медицинская сестра, врач-педиатр).



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач и др.)?

- ✓ Не следит за движущимися предметами.
- ✓ Не улыбается людям.
- ✓ Не может устойчиво держать головку.
- ✓ Не лепечет и не издает звуки.
- ✓ Не тянет предметы ко рту.
- ✓ Не смотрит в глаза.
- ✓ Не отталкивается ножками от твердой поверхности.
- ✓ Испытывает затруднения при движении одного или обоих глаз во всех направлениях.
- ✓ Не реагирует на звуки.



ДЛЯ ЗАМЕТОК

«МАМА, Я ТЕБЯ УЗНАЛ!»

Ребенку 6–9 месяцев

Ваш ребенок становится более самостоятельным и учится передвигаться, ползать или ходить. В этот период ваш ребенок познает мир через прикосновения и начинает все исследовать сначала руками, а потом ртом. Позвольте вашему ребенку исследовать текстуры и поверхности вашего дома и двора. Убедитесь, что рядом нет горячих, острых или других опасных предметов, которые могут поранить ребенка.



ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Узнает знакомые лица и начинает распознавать незнакомых людей.
- ✓ Любит играть с другими, особенно с близкими и детьми.
- ✓ Отвечает на эмоции других людей и часто кажется счастливым.
- ✓ Ему/ей нравится смотреть на себя в зеркало.
- ✓ Нравится рассматривать картинки в книгах, особенно знакомые изображения.
- ✓ Умеет хохотать, требовать, сердиться, радоваться, менять интонацию.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Отвечает звуками на звуки.
- ✓ Связывает гласные при лепете и любит издавать звуки по очереди с близкими.
- ✓ Реагирует на свое имя.
- ✓ Издаёт звуки, чтобы выразить радость и неудовольствие.
- ✓ Начинает издавать согласные звуки.
- ✓ Может многократно повторять слоги: «ба-ба», «па-па-па».

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Осматривает предметы, находящиеся поблизости.
- ✓ Показывает любопытство к предметам, пытается достать предметы, находящиеся вне досягаемости.
- ✓ Тянет предметы в рот.
- ✓ Начинает перекладывать предметы из одной руки в другую.
- ✓ С легкостью следит за предметами, которые двигаются.
- ✓ Понимает откуда доносятся звуки и быстро реагирует на них.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ С легкостью поднимет выпавшую из руки игрушку.
- ✓ Берет пищу губами с ложки.
- ✓ Перекачивается в обоих направлениях (с животика на спинку и со спинки на животик).
- ✓ Подпрыгивает, когда его поддерживают, чтобы встать.
- ✓ Начинает сидеть с поддержкой.
- ✓ Встает на руки и ноги, качается вперед-назад, иногда отползает назад перед тем, как двинуться вперед.

КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Большинство детей в этом возрасте спят 12–14 часов в сутки, 9–12 из них – ночью.

- ✓ Проблемы со сном встречаются у многих детей во второй половине первого года жизни ребенка.
- ✓ Регрессия сна характерна для скачков в развитии. Регрессия сна — это когда дети, которые хорошо спали, с трудом засыпают, просыпаются посреди ночи или не спят.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач и др.)?

- ✓ Не пытается дотянуться до предметов, которые находятся в его досягаемости.
- ✓ Не выказывает привязанности к ухаживающим за ним людям.
- ✓ Не реагирует на окружающие звуки.
- ✓ Не реагирует на свое имя.
- ✓ Испытывает проблемы с поднесением предметов ко рту.
- ✓ Выглядит пассивным.
- ✓ Не издает гласных звуков.
- ✓ Не перекачивается в каком-либо направлении.
- ✓ Не смеется и не издает визжащих звуков.
- ✓ Выглядит очень напряженным.



КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?

- ✓ Говорите со своим ребенком, ваш голос его успокаивает.
- ✓ Отвечайте, когда ваш ребенок издает звуки, повторяя звуки и добавляя слова. Это поможет ему научиться использовать язык.
- ✓ Читайте своему малышу. Это поможет ему развить и понимать язык и звуки.
- ✓ Пойте своему ребенку и проигрывайте музыку. Это поможет вашему ребенку развить любовь к музыке и поможет развитию его мозга.

- ✓ Хвалите своего малыша и уделяйте ему много заботы и внимания.
- ✓ Проводите время, обнимая и держа своего ребенка на руках. Это поможет ему почувствовать заботу и безопасность.
- ✓ Играйте с ребенком, когда он бодр и расслаблен. Внимательно следите за своим ребенком на предмет признаков усталости или беспокойства, чтобы он мог отдохнуть от игры.
- ✓ Отвлекайте ребенка игрушками и перемещайте его в безопасные места, когда он начинает двигаться и трогать вещи, к которым он не должен прикасаться.
- ✓ Учитывайте индивидуальные потребности ребенка по чередованию его активности и отдыха, режима сна и кормления.
- ✓ Позаботьтесь о себе физически, умственно и эмоционально. Воспитание может быть тяжелой работой! Легче наслаждаться своим ребенком и быть позитивным, любящим родителем, когда вы сами чувствуете себя хорошо.
- ✓ Сохраняйте связь мать-ребенок на долгое время.

ВО ВРЕМЯ КОРМЛЕНИЯ:

- ✓ Обращайте внимание на сигналы ребенка.
- ✓ Будьте терпеливыми во время кормления, выдерживайте оптимальную скорость, не торопите ребенка.
- ✓ Обеспечьте ребенку свободу движения.
- ✓ При кормлении накладывайте на ложку небольшое количество еды.
- ✓ Следуйте рекомендациям специалистов по прикорму.



БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА

- ✓ **Никогда не трясите ребенка!** У младенцев очень слабые мышцы шеи, которые еще не в состоянии поддерживать голову. Если вы встряхнете своего ребенка, вы можете его травмировать.

- ✓ Защитите своего ребенка и семью от пассивного курения. Не позволяйте никому курить в вашем доме.
- ✓ Если вы передвигаетесь с ребенком в машине, поместите его в автомобильное кресло на заднее сиденье.
- ✓ Не позволяйте ребенку играть с маленькими игрушками и другими вещами, которые ему будет легко проглотить.
- ✓ Никогда не носите горячие жидкости или продукты рядом с ребенком или, если держите его на руках.
- ✓ Вакцины (прививки) важны для защиты здоровья и безопасности вашего ребенка.
- ✓ Грудное молоко удовлетворяет все потребности вашего ребенка примерно в течение первых 6 месяцев жизни. В возрасте от 6 до 12 месяцев ваш ребенок узнает о новых вкусах и текстурах здоровой твердой пищи, но грудное молоко по-прежнему должно оставаться важным источником питания.
- ✓ Следите за режимом сна, питания и бодрствования ребенка.



ДЛЯ ЗАМЕТОК

«МАМАМАМА», «БАБАБАБА»

Ребенку 9–12 месяцев

Ваш ребенок многому учится и проявляет интерес к окружающему миру и людям. Теперь ваш малыш может использовать свои руки в качестве опоры и начинает подниматься в положение стоя. Некоторые дети могут даже начать делать несколько шагов самостоятельно.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Может пугаться незнакомых людей.
- ✓ Может быть «прилипчивым» со знакомыми взрослыми.
- ✓ Между ребенком и родителем начинает формироваться определенная связь.
- ✓ У ребенка есть любимые игрушки.
- ✓ Понимает запрет, но не следует ему, а если настаивают – обижается и протестует, может заплакать.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Понимает слово «нет».
- ✓ Издаёт много различных звуков, например, «мамамама» или «бабабаба».
- ✓ Подражает звукам и жестам других людей.
- ✓ Имитирует звуки животных в ответ на вопросы (например, «Что говорит корова?»).
- ✓ Использует палец, чтобы указать на предметы.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Следит за траекторией падения предмета.
- ✓ Ищет предметы, которые вы спрятали.

- ✓ Играет в «ку-ку».
- ✓ На вопрос «где?» находит и достает предмет из множества игрушек.
- ✓ Помещает предметы в рот.
- ✓ Плавно перекладывает предметы из одной руки в другую.
- ✓ Двигается под музыку.
- ✓ Может поднимать мелкие предметы, захватывая их большим и указательным пальцами.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Стоит прямо.
- ✓ Самостоятельно сидит.
- ✓ Ползает. Может перейти в сидячее положение.
- ✓ Тянется, чтобы встать.
- ✓ Ходит при поддержке.
- ✓ Умеет пить из чашечки, придерживая ее руками.
- ✓ Умеет брать еду и мелкие предметы пальцами.



КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ? (Движение/Физическое развитие)

- ✓ Проблемы со сном встречаются у многих детей во второй половине первого года жизни.
- ✓ Некоторые дети могут испытывать тревогу разлуки и кричать или плакать посреди ночи, а затем успокаиваться, когда мама или папа входят в комнату. Это нормальный этап развития. Если это произойдет, как и в случае других пробуждений, дайте ребенку немного времени, чтобы успокоиться.
- ✓ Большинство детей в этом возрасте спят 9–12 часов ночью и, в целом, 12–16 часов в сутки.
- ✓ Чаще всего ребенок по-прежнему будет спать днем. Некоторые дети спят 30 минут, а другие — до 2 часов.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач и др.)?

- ✓ Не переносит свой вес на ноги с поддержкой.
- ✓ Не сидит.
- ✓ Не лепечет.
- ✓ Не играет в игры, включающие действия по очереди.
- ✓ Не отзывается на свое имя.
- ✓ Не узнает знакомых людей.
- ✓ Не смотрит на предмет, на который вы указываете.
- ✓ Не перекладывает игрушки из одной руки в другую.



КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?

- ✓ Читайте сказки своему малышу каждый день.
- ✓ Когда ваш ребенок просит что-то, показывая пальцем, называйте предмет, когда вы его ему даете.
- ✓ Чаще держите и обнимайте ребенка.
- ✓ Установите ритуал перед сном: обнимайте, покачивайте и успокаивайте ребенка.
- ✓ Давайте ребенку игрушки, которые двигаются (например, мячи или машинки).

ТОП, ТОП, ТОПАЕТ МАЛЫШ...

Ребенку 1 год

После первого года жизни ребенка темпы его роста начинают замедляться. Если ваш малыш еще не ходит, то скоро он уже это сделает. Ходьба дает ему возможность исследовать ранее недоступные области и практиковать независимость.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Нервничает и стесняется при общении с незнакомыми людьми.
- ✓ Плачет, когда уходят мама или папа.
- ✓ У него есть любимые близкие люди и вещи.
- ✓ Пугается в некоторых ситуациях.
- ✓ Протягивает вам книгу, когда хочет, чтобы ему прочитали.
- ✓ Повторяет звуки и действия, чтобы привлечь внимание.
- ✓ Подает руку или ногу, чтобы помочь при одевании.
- ✓ Играет в такие игры, как «ку-ку».
- ✓ Малыш бурно протестует, ревнует, гневается, расстраивается, капризничает.
- ✓ Понимает, что его хвалят, и очень любит это.
- ✓ Смеется забавным сценкам.
- ✓ Умеет проявлять сочувствие.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ГОВОРИТЬ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Реагирует на простые устные просьбы. Выполняет элементарные требования взрослых.
- ✓ Использует простые жесты, например, качает головой при отрицании, машет рукой «пока, пока».

- ✓ Изменяет тональность звуков, а издаваемые звуки уже больше похожи на речь.
- ✓ Говорит «мама», «папа», издает краткие восклицания «ух-ох».
- ✓ Пытается повторять произнесенные вами слова.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Исследует предметы различными способами: трясет, бросает, стучит.
- ✓ Находит спрятанные предметы.
- ✓ Смотрит на названную картинку или предмет.
- ✓ Подражает жестам.
- ✓ Складывает вещи в коробку и достает их из коробки.
- ✓ Стучит предметами один о другой.
- ✓ Начинает правильно использовать предметы, например, пьет из чашки, расчесывает волосы расческой.
- ✓ Выпускает предметы из рук без чьей-либо помощи.
- ✓ Указывает на предметы указательным пальцем.
- ✓ Выполняет простые инструкции, например, «подними игрушку».
- ✓ Хорошо ориентируется в помещении.
- ✓ Проявляются первые попытки сюжетной игры: водит, кормит, баюкает куклу.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Самостоятельно занимает сидячее положение.
- ✓ Может самостоятельно стоять.
- ✓ Тянется, чтобы встать, ходит, держась за мебель, некоторые малыши уже могут самостоятельно ходить (без опоры).
- ✓ Самостоятельно или по просьбе взрослого выполняет разученные действия с игрушками (катает, водит, кормит и др.).
- ✓ К 15 месяцам ходит самостоятельно, затем начинает бегать.
- ✓ Собирает головоломки из двух-трех частей.

- ✓ Рисует мелом или карандашом и может имитировать рисование прямой линии или круга.
- ✓ В основном кормит себя пальцами.
- ✓ Может помочь надеть и снять простую одежду (например, одежду без пуговиц и молний).

КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ? (Движение/Физическое развитие)

- ✓ В возрасте от 1 до 2 лет большинству детей необходимо около 11–14 часов сна в сутки, включая один или два дневных сна.
- ✓ Малыш все лучше и лучше осознает свое окружение, поэтому отвлекающие факторы могут помешать ему заснуть. Простой и последовательный распорядок дня перед сном может помочь родителям укладывать малыша.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач, логопед, психолог и др.)?

- ✓ Не ползает.
- ✓ Не может стоять с поддержкой.
- ✓ Не ищет вещи, которые вы при нем спрятали.
- ✓ Не указывает пальцем на предметы.
- ✓ Не научился таким жестам, как кивание головой и «привет».
- ✓ Не использует простые слова, такие как «мама» и «папа».
- ✓ Разучился делать то, что умел раньше.





КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?

- ✓ Читайте малышу книжки, рассматривайте картинки, описывайте их и рассуждайте.
- ✓ Просите ребенка найти для вас предметы или показать и назвать части тела и предметы.
- ✓ Поощряйте его исследовать и пробовать что-то новое.
- ✓ Поощряйте ребенка «помогать» вам по дому.
- ✓ Помогите развивать язык вашего малыша, разговаривая с ним.
- ✓ Поощряйте растущую независимость вашего ребенка, позволяя ему самому одеваться и есть.
- ✓ Реагируйте на желательное поведение больше, не акцентируйте внимание на нежелательном поведении. Всегда говорите или показывайте ребенку, что он должен делать вместо этого.
- ✓ Поощряйте любознательность и способность вашего малыша распознавать обычные предметы, отправляясь вместе на прогулку в парк.
- ✓ Ешьте вместе с малышом как можно чаще.

ВО ВРЕМЯ ПРИУЧЕНИЯ К НАВЫКАМ ОПРЯТНОСТИ:

- ✓ Не высаживайте ребенка насильно на горшок и не удерживайте на горшке.
- ✓ Избегайте негативных комментариев в связи с процессами мочеиспускания и дефекации.
- ✓ Прикасаясь к телу ребенка, к его интимным местам, не допускайте резкости и жесткости.



БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА

- ✓ НЕ оставляйте малыша рядом с водой (например, ваннами, бассейнами, прудами, озерами, морем или океаном) без присмотра.

- ✓ Запирайте двери в опасные места, такие как гараж или подвал, загородите лестницу.
- ✓ Обеспечьте защиту ребенка от падения из окна, с кровати и других мест.
- ✓ Убедитесь, что ваш дом защищен, закрыв все неиспользуемые электрические розетки заглушками.
- ✓ Держите кухонные приборы, утюги и обогреватели, острые предметы в недоступном для малыша месте. Поверните ручки кастрюль к задней части плиты.
- ✓ Держите острые предметы, такие как ножницы, ножи и ручки, в надежном месте.
- ✓ Запирайте лекарства, бытовые чистящие средства и яды.
- ✓ НЕ оставляйте малыша одного в любом транспортном средстве (то есть в автомобиле, грузовике или фургоне) даже на несколько минут.
- ✓ Храните любое оружие в безопасном месте вне досягаемости ребенка.
- ✓ Не позволяйте ребенку играть со спичками и мелкими предметами.
- ✓ Держите ребенка дальше от окна, чтобы избежать его падения.
- ✓ Создайте безопасную среду вокруг ребенка (отсутствие возможности у маленького ребенка самостоятельно покинуть квартиру/дом; закрытые окна (использование специальной фурнитуры); неподвижно закрепленные тяжелые/опасные предметы интерьера (чтобы ребенок не мог уронить на себя телевизор, аквариум и др.); недоступность электричества (закрытые розетки, соединения и прочие подобные штуки); безопасные домашние животные; недоступность химии и лекарственных препаратов).
- ✓ Используйте детское автомобильное кресло на заднем сидении как можно дольше.
- ✓ Ограничьте экранное время детям до 18 месяцев.

УЧИМСЯ ЧУВСТВОВАТЬ И ПРОЯВЛЯТЬ ЭМОЦИИ

Ребенку 1,5 года

Ваш ребенок преодолел рубеж 18 месяцев. Малыш начинает понимать простые последовательности событий, совершает скачок в двигательном развитии, начинает произносить первые слова.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Любит в качестве игры передавать предметы другим.
- ✓ Может устраивать истерики.
- ✓ Может пугаться незнакомых людей.
- ✓ Выказывает привязанность к знакомым людям.
- ✓ Играет понарошку, например, кормит куклу.
- ✓ Может цепляться к родителям в новых ситуациях.
- ✓ Указывает пальцем, чтобы показать другим что-то интересное.
- ✓ Самостоятельно исследует окружение, если рядом находятся родители.
- ✓ Начинает проявлять эмпатию – ребенок учится чувствовать, проявлять эмоции и демонстрировать их другим.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Говорит несколько простых слов.
- ✓ Качает головой и говорит «нет» при отрицании.
- ✓ Показывает пальцем, чтобы показать другим, чего он хочет.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Знает, для чего используются обычные предметы, например, телефон, расческа, ложка.
- ✓ Показывает пальцем на части тела.
- ✓ Демонстрирует интерес к кукле или плюшевой игрушке, пытаясь ее «накормить».
- ✓ Указывает пальцем, чтобы привлечь внимание.
- ✓ Рисует самостоятельно.
- ✓ Выполняет простые устные просьбы, не подкрепленные жестами, например, садится, когда вы говорите: «Сядь».

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Самостоятельно ходит.
- ✓ Может бежать и подниматься по ступенькам.
- ✓ Тянет за собой игрушку при ходьбе.
- ✓ Может помогать при раздевании.
- ✓ Пьет из чашки.
- ✓ Ест с помощью ложки.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач, логопед, психолог и др.)?

- ✓ Не указывает другим на предметы.
- ✓ Не может ходить.
- ✓ Не знает, для чего используются знакомые предметы.
- ✓ Не подражает другим.
- ✓ Не вводит в речь новые слова.
- ✓ Не использует как минимум 6 слов в речи.
- ✓ Не замечает и не придает значения, когда родитель уходит и возвращается.
- ✓ Разучился делать то, что делал раньше.

ЧТО НАША ЖИЗНЬ?

ИГРА!

Ребенку 2 года

Ваш малыш растет и становится более независимым в повседневных делах, таких как одевание/раздевание. Он/она уже добивается больших успехов в общении, и может использовать простые предложения из двух слов.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Подражает другим, особенно взрослым и старшим детям.
- ✓ Приходит в возбуждение, играя с другими детьми.
- ✓ Показывает все больше самостоятельности.
- ✓ Провоцирует (делая, то, что ему не разрешают).
- ✓ В основном играет рядом с другими детьми, но уже начинает включать в игру других детей, например, играет с ними в догонялки.
- ✓ Дети уже не испытывают прежней тревоги при виде уходящего родителя.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Указывает на предметы и картинки, когда их называют.
- ✓ Знает части тела и имена знакомых людей.
- ✓ Составляет предложения из 2–4 слов.
- ✓ Следует простым указаниям.
- ✓ Повторяет слова, услышанные в разговоре.
- ✓ Показывает на предметы в книге.
- ✓ Понимает короткий рассказ о знакомых ему по опыту событиях.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Находит предметы, даже если они спрятаны под двумя или тремя покрывалами.
- ✓ Начинает сортировать предметы по цвету и форме.
- ✓ Заканчивает предложения и стихи в знакомых книгах.
- ✓ Играет в простые игры.
- ✓ Строит башни из 4-х и более кубиков.
- ✓ Может использовать одну руку чаще.
- ✓ Выполняет инструкции из 2 шагов: «Подними туфли и поставь их в шкаф».
- ✓ Называет предметы в книге с картинками, например, кошка, собака, птица.
- ✓ В игре воспроизводит ряд логически связанных действий (куклу купает, вытирает).

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Стоит на цыпочках.
- ✓ Бьет ногой по мячу.
- ✓ Начинает бегать.
- ✓ Поднимается и спускается по лестнице, держась за перила.
- ✓ Самостоятельно забирается и спускается с мебели.
- ✓ Бросает мяч сверху вниз.
- ✓ Рисует или копирует прямые линии и круги.
- ✓ Умеет частично одеваться с помощью взрослого.



КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ? (Движение/Физическое развитие)

- ✓ В возрасте от 2 лет большинству детей необходимо около 10–12 часов сна в сутки, включая один или два дневных сна.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач, логопед, психолог и др.)?

- ✓ Не знает, что делать с обычными предметами, например ложкой, вилок, расческой, телефоном.
- ✓ Не подражает словам и действиям.
- ✓ Не смотрит вам в глаза и не обнимает.
- ✓ Не использует жесты и не показывает пальцем при общении.
- ✓ Не выполняет простые указания.
- ✓ Не использует фразы, состоящие из 2 слов (например, «пить молоко»).
- ✓ Не ходит устойчиво.
- ✓ Разучился делать то, что делал раньше.



КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?

- ✓ Выделите специальное время для чтения книг с малышом.
- ✓ Предложите ребенку принять участие в ролевой игре.
- ✓ Помогите ребенку исследовать окружающие его предметы, взяв его на прогулку.
- ✓ Поощряйте ребенка называть вам свое имя и возраст.
- ✓ Научите ребенка простым песням или детским стишкам.
- ✓ Обращайте внимание на ребенка и хвалите его, когда он следует инструкциям и проявляет позитивное поведение, не делайте акцент на вызывающем поведении, например, на истериках. Научите ребенка приемлемым способам показать, что он расстроен.

КАК ВОВЛЕЧЬ РЕБЕНКА В ИГРУ

- 1.** Предоставьте ребенку игрушки или предметы, с которыми ему нравится играть. Обратите особое внимание на то, к каким предметам ребенок проявляет интерес. Иногда вы можете спросить, что интересует ребенка, обращая внимание на то, на что он смотрит или к чему тянется.
- 2.** Как только ребенок начнет играть с игрушкой или предметом, присоединяйтесь к нему, имитируя действия ребенка.
- 3.** По очереди делайте то, что ребенок делает с игрушкой или предметом. Сбалансируйте повороты так, чтобы вы не делали больше ходов, чем ребенок. Например, если ребенок строит башню, по очереди добавляйте в башню блоки.
- 4.** После того, как вы и ребенок сделали много ходов, расширьте игровой режим. Принесите другие игрушки или предметы, чтобы сделать занятие более продолжительным. Вот некоторые примеры:
 - Если ребенок строит башню из блоков, а вы в свою очередь помогаете ему в этом, предложите ребенку сбить блоки, когда все блоки будут использованы. Крушение блоков должно быть забавным и должно мотивировать ребенка на повторение деятельности (восстановите башню и снова разбейте ее).
 - После того, как вы освоите процедуру постройки башни и ее разрушения, расширьте действие, добавив игрушечную фигурку непосредственно перед тем, как башня рухнет, или используйте грузовик, чтобы сбить башню.
- 5.** Обратите внимание на вовлеченность и интерес ребенка, которые показывают, что игра доставляет удовольствие и мотивирует. Чем более мотивирован ребенок, тем дольше продлится игра и тем больше возможностей для отработки социальных и коммуникативных навыков.



БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА

- ✓ НЕ оставляйте малыша рядом с водой (например, ваннами, бассейнами, прудами, озерами, морем или океаном) без присмотра.
- ✓ Поощряйте малыша сидеть во время еды и тщательно пережевывать пищу, чтобы он не подавился.
- ✓ Часто проверяйте игрушки на наличие незакрепленных или сломанных частей.
- ✓ НЕ держите горячие напитки, пока ваш ребенок сидит у вас на коленях. Внезапные движения спровоцируют разлив, и могут привести к ожогу вашего ребенка.
- ✓ Убедитесь, что ваш ребенок сидит в автокресле на заднем сиденье в автомобиле и правильно пристегнут ремнями безопасности.
- ✓ Поощряйте ребенка пробовать новые продукты, предлагая небольшие кусочки.
- ✓ Держите телевизор подальше от спальни вашего ребенка. Установите ограничения на экранное время для вашего ребенка не более чем на 30 минут в день вместе с родителями, с трехлетнего возраста – не более 1 часа в день для просмотра качественных программ.
- ✓ Поощряйте свободную, самостоятельную игру ребенка, которая не является обучающей, не направлена на решение практических задач, которая определяется ребенком по своему усмотрению. Это помогает вашему малышу оставаться активным, развивать мелкую и крупную моторику, креативность, фантазию, самостоятельность и навыки социального взаимодействия. Гаджеты и другие электронные игрушки не относятся к свободной игре.

ОСОБЫЙ ВОЗРАСТ «Я САМ!»



Ребенку 3 года

Ваш ребенок достиг 3х лет! Он/она уже многое умеет делать сам/сама, мозг малыша растет и развивается. Достигнув трехлетнего возраста, ваш ребенок начинает осознавать, что он/а личность.

ЧТО ЧУВСТВУЕТ МОЙ РЕБЕНОК?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Подражает взрослым и другим детям.
- ✓ Выказывает привязанность к друзьям без подсказки.
- ✓ Обменивается ходами в играх.
- ✓ Проявляет заботу о плачущем друге.
- ✓ Понимает значение местоимений «мой», «его», «её».
- ✓ Проявляет широкий спектр эмоций.
- ✓ Легко различает маму и папу.
- ✓ Может расстроиться из-за серьезных изменений в расписании дня.
- ✓ У ребенка развивается понимание культурных и нравственных норм общества.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Выполняет инструкции из 2 или 3 этапов.
- ✓ Может назвать большинство знакомых предметов.
- ✓ Понимает значение слов с предлогами «в», «на» и «под».
- ✓ Может назвать свое имя, возраст и пол.
- ✓ Может назвать своего друга.
- ✓ Употребляет слова: «я», «мне» и «ты», и некоторые слова во множественном числе («машины», «кошки», «собаки»).
- ✓ Поддерживает разговор, используя 2 или 3 предложения.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Может играть игрушками с пуговицами, рычагами и движущимися частями.
- ✓ Играет в игры с игрушками, животными и людьми.
- ✓ Составляет паззлы из 3–4 частей.
- ✓ Понимает значение слова «два».
- ✓ Называет 4 основных цвета.
- ✓ Копирует круг карандашом или фломастером.
- ✓ Перелистывает книгу по одной странице.
- ✓ Строит башни более чем из 6 кубиков.
- ✓ Заворачивает и отворачивает крышки банок, поворачивает дверную ручку.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Хорошо карабкается (взбирается).
- ✓ Легко бегает.
- ✓ Ездит на трехколесном велосипеде.
- ✓ Поднимается и спускается по лестнице, ставя одну ногу на ступеньку.
- ✓ Самостоятельно одевается и раздевается.

КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ? (Движение/Физическое развитие)

- ✓ В возрасте от 3 лет большинству детей необходимо около 11–13 часов сна в сутки.
- ✓ Ваш ребенок по-прежнему может немного вздремнуть в течение дня, но в этом возрасте ребенок может перерастать дневной сон. Им не нужно точное время сна, но важно помочь детям выработать хорошие, устойчивые привычки ко сну. Режим сна — отличный способ помочь трехлетнему ребенку выспаться.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач, логопед, психолог и др.)?

- ✓ Часто падает или с трудом поднимается и спускается по лестнице.
- ✓ Пускает слюни и у него нечеткая речь.
- ✓ Не может играть с простыми игрушками.
- ✓ Не понимает простые инструкции.
- ✓ Не использует в речи предложения.
- ✓ Не поддерживает контакт глазами.
- ✓ Не играет в игры понарошку.
- ✓ Не желает играть с другими детьми и игрушками.
- ✓ Разучился делать то, что делал раньше.





СИМПТОМЫ ПЕРЕХОДНОГО ПЕРИОДА 3 ЛЕТ У РЕБЕНКА

- ✓ **Негативизм.** Отказывается следовать указаниям взрослых, даже если эта просьба выгодна самому ребенку.
- ✓ **Строптивость.** Не желает придерживаться режима.
- ✓ **Упрямство.** Невозможно заставить, уговорить или мотивировать на те или иные привычные действия.
- ✓ **Своеволие.** Хочет делать что-либо самостоятельно, игнорируя подсказки или слова родителей.
- ✓ **Протест.** Если что-либо за него выбрали или решили родители, ребенок отказывается от этих вещей или действий.
- ✓ **Обесценивание.** Перестает ценить те вещи или действия, которые ранее были для него важными, любимыми или дорогими.
- ✓ **Деспотизм.** Командует членами семьи, требует подчинения и беспрекословного послушания. Если его прихоти не выполняются, следует истерика и крики, топанье ногами и повышение голоса.



КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ В ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД?

- ✓ Запасайтесь терпением. Не кричите, не наказывайте ребенка, такие действия только ухудшат ситуацию.
- ✓ Пытайтесь договариваться. Если ребенок выдержит условия договора, важно похвалить его за примерное поведение.
- ✓ Установите границы дозволенного. Не отменяйте запреты, если начинается плач, будьте последовательны в словах и действиях. После того как ребенок успокоится, поговорите с ним о том, почему вы так поступили.
- ✓ Используйте слово «нельзя» разумно и рационально.
- ✓ Дайте малышу определенную самостоятельность.

ВОЗРАСТ «ПОЧЕМУЧЕК»

Ребенку 4 года В возрасте от 4 до 5 лет крупная моторика вашего ребенка (использование рук и ног для передвижения и игры) и мелкая моторика (работа над поделками и головоломками) все еще развиваются. Время игры становится все более творческим и является важной частью роста детей.

ЧТО ЧУВСТВУЕТ МОЙ РЕБЕНОК?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Любит заниматься новыми видами деятельности.
- ✓ Вносит больше творчества в игры.
- ✓ Больше предпочитает играть с другими детьми, а не самостоятельно.
- ✓ Сотрудничает с другими детьми.
- ✓ Играет в «маму» или «папу».
- ✓ Часто не может различить реальное и воображаемое.
- ✓ Говорит о том, что ему нравится и в чем он заинтересован.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Рассказывает истории.
- ✓ Поет песни с действиями или рассказывает стихи наизусть.
- ✓ Знает некоторые базовые правила грамматики, например, правильно использует местоимения «он», «она».
- ✓ Может назвать свои имя и фамилию.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Называет некоторые числа и цвета.
- ✓ Понимает смысл счёта.
- ✓ Начинает понимать, как определять время.
- ✓ Запоминает части историй.
- ✓ Понимает смысл «такой же», «отличающийся».
- ✓ Рисует человека с 2–4 частями тела.
- ✓ Использует ножницы.
- ✓ Играет в игры с карточками и игровой доской.
- ✓ Начинает писать/копировать некоторые заглавные буквы.
- ✓ Говорит, что, по его мнению, должно произойти дальше в книге.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Подпрыгивает и стоит на одной ноге до 2 секунд.
- ✓ Наливает еду в чашку и тарелку, режет (нарезает) пищу под присмотром взрослых.
- ✓ В большинстве случаев ловит прыгающий мяч.
- ✓ Умеет самостоятельно спускаться.



КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ? (Движение/Физическое развитие)

- ✓ В возрасте от 4 лет большинству детей необходимо около 10–12 часов сна ночью.
- ✓ Тем, кто достаточно отдыхает, возможно, больше не нужен дневной сон, и им может быть полезен «тихий час» во второй половине дня. В этом возрасте ваш ребенок может посещать детский сад или другое дошкольное учреждение, где будет соблюдать распорядок дня учреждения.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач, логопед, психолог и др.)?

- ✓ Не может прыгать на месте.
- ✓ Испытывает затруднения при рисовании и письме.
- ✓ Не показывает интереса к интерактивным играм.
- ✓ Игнорирует других детей или не отвечает взрослым, не входящим в состав семьи.
- ✓ Сопротивляется одеванию, укладыванию в постель, использованию туалета.
- ✓ Не понимает значения «такой же», «отличающийся».
- ✓ Не использует правильно слова «я» и «ты».
- ✓ Не может следовать инструкциям из 3 этапов.
- ✓ Не может пересказать любимую историю.
- ✓ Нечетко разговаривает.
- ✓ Разучился делать то, что делал раньше.



КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?

- ✓ Выделите специальное время для чтения книг с малышом.
- ✓ Предложите ребенку принять участие в ролевой игре.

- ✓ Помогите ребенку исследовать окружающие его предметы, взяв его на прогулку.
- ✓ Поощряйте ребенка называть вам свое имя и возраст.
- ✓ Научите ребенка простым песням или детским стишкам.
- ✓ Обращайте внимание на ребенка и хвалите его, когда он следует инструкциям и проявляет позитивное поведение, не делайте акцент на вызывающем поведении, например, на истериках. Научите ребенка приемлемым способом показать, что он расстроен.



БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА

По мере того, как ваш ребенок становится более независимым и проводит больше времени во внешнем мире, важно, чтобы вы и ваш малыш знали, как оставаться в безопасности. Вот несколько советов, как защитить своего ребенка.

- ✓ Расскажите ребенку, почему важно держаться подальше от проезжей части дороги.
- ✓ Проверьте оборудование для открытых площадок. Убедитесь, что нет незакрепленных частей или острых краев.
- ✓ Всегда наблюдайте за своим ребенком, особенно когда он играет на улице.
- ✓ Научите своего ребенка плавать, но всегда наблюдайте за ним, когда он находится в водоеме или рядом с ним (включая детские бассейны).
- ✓ Научите ребенка правилам поведения с незнакомцами.
- ✓ Держите ребенка в автокресле в машине.

АКТИВНО ПОЗНАЕМ МИР

Ребенку 5 лет

Вашему ребенку 5 лет и он/она тянется к новым знаниям и интенсивно их усваивает. Специалисты по раннему развитию считают, что неотъемлемой частью раннего обучения для всех детей младшего возраста является естественная среда и вовлечение ребенка в повседневную жизнь, где он будет вместе со взрослыми заниматься бытовой деятельностью. Малыш не ощущает разницы между игровой и бытовой ситуацией. Чаще всего детям даже больше нравится играть не с игрушками, а именно с предметами мебели, бытовой техникой и даже кастрюлями! Поэтому родители могут продумать и структурировать свою бытовую деятельность так, чтобы она, переплетаясь с игрой ребенка, создавала универсальную базу для его развития.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Выстраивает отношения с окружающими людьми.
- ✓ Знает, как нужно вести себя со сверстниками и со взрослыми.
- ✓ Умеет контролировать свое поведение и эмоции, высказывает личное мнение.
- ✓ Понимает, что у него есть обязанности, которые он должен выполнять, например, убирать игрушки или подметать пол.
- ✓ Проявляет любознательность и желание познавать мир.
- ✓ Знает основные сведения о себе, своей семье.
- ✓ Осознает, какими качествами характера хочет обладать (сила, смелость, артистизм), может выбрать себе пример для подражания (киногерой или знакомый человек).

- ✓ Понимает гендерные отличия, знает особенности мужских и женских ролей.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Четко и ясно выражает свои мысли, строит связные, логичные предложения.
- ✓ Понимает, что подразумевается под обобщающими словами: домашние животные, одежда, мебель и т.п.
- ✓ Умеет частично пересказать сказку или фильм, делится впечатлениями о произошедшем событии, рассказывает о себе.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Умеет пользоваться разными видами рисовальных инструментов (карандаши, фломастеры, краски).
- ✓ Вырезает ножницами фигуры из бумаги, делает аппликации.
- ✓ Выделяет определенный признак предмета, группирует предметы по этому признаку.
- ✓ Считает от 0 до 10 и обратно.
- ✓ Знает все основные цвета.
- ✓ Знает названия овощей, фруктов, умеет определить вкус каждого из них.
- ✓ Знает наизусть несколько стихов.



НАВЫКИ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

- ✓ Самостоятельно одевается и раздевается.
- ✓ Умывается, чистит зубы.
- ✓ Правильно держит в руках столовые приборы.
- ✓ Содержит в порядке игрушки и одежду.
- ✓ Выполняет несложные поручения (достать белье из стиральной машины, покормить кошку, полить цветок).
- ✓ Помогает украшать квартиру к празднику.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Может пробежать расстояние 40–50 метров без остановки.
- ✓ Уверенно ходит по гимнастической доске, перилам, бордюру.
- ✓ Ловит мяч в воздухе, забрасывает его в цель.
- ✓ Прыгает в высоту и длину, перепрыгивает через препятствия.
- ✓ Висит и подтягивается на шведской стенке, взбирается по ней.
- ✓ Прыгает на скакалке.

КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ? (Движение/Физическое развитие)

- ✓ В этом возрасте большинству детей необходимо около 10–12 часов ночью.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач, логопед, психолог и др.)?

- ✓ Ребенок очень пуглив, замкнут в себе, постоянно тревожится, или, наоборот, проявляет агрессию, впадает в истерики, капризничает без видимой причины.
- ✓ С трудом переживает разлуку с родителями, особенно матерью, даже если они находятся недалеко, но не рядом.

- ✓ Избегает игр и занятий, где требуется применить воображение.
- ✓ Не стремится к общению со сверстниками.
- ✓ Не выстраивает зрительного контакта с другими людьми.
- ✓ Не может выполнять команды, которые состоят из двух действий (например, «возьми игрушку и убери ее на место»).
- ✓ Не может подолгу концентрироваться на каком-либо занятии (более 10 минут).
- ✓ Скупно выражает свои эмоции, чаще всего ребенок выглядит грустным и подавленным.
- ✓ Плохо говорит, использует примитивные фразы, не употребляет множественное число, речь может быть представлена лишь отдельными словами.
- ✓ Не в состоянии построить домик или башню более чем из восьми кубиков.
- ✓ У него никак не получается правильно держать карандаш, по сравнению со сверстниками.
- ✓ Не владеет базовыми бытовыми навыками – не может сам раздеться или одеться, помыть руки, умыться, не пользуется столовыми приборами.



КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?

- ✓ Ваш ребенок может начать возражать вам, чтобы почувствовать себя независимым и проверить, что происходит. Ограничьте внимание, которое вы уделяете негативным словам. Найдите для нее/него альтернативные занятия, которые позволят ему/ей взять на себя инициативу. Возьмите за правило замечать хорошее поведение.
- ✓ Спросите ребенка, во что он играет. Помогите ему/ей расширить свои ответы, задав вопрос «Почему? Как? Зачем?».

ГОТОВИМСЯ В ШКОЛУ

Ребенку 6 лет

По мере того, как ваш ребенок продолжает расти, вы заметите новые интересные способности, которые у него развиваются. Обучение ребенка проходит более эффективно, если ему интересен процесс и, если освоение новых навыков проходит во время игры, а не в формате директивного обучения. Надо только выбрать оптимальный темп и помнить, что обучение идет постепенно – от простого к сложному. Когда компетентность повышается, это усиливает имеющиеся навыки и способствует развитию интереса ребенка к получению новых знаний и формированию новых умений и способностей.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Умеет работать в команде, помогает, сочувствует.
- ✓ Может договариваться, контролировать свои эмоции.
- ✓ Имеет довольно широкий круг общения.
- ✓ Уверенно чувствует себя среди малознакомых людей (особенно в присутствии близких), может вести беседу со взрослыми.
- ✓ Планирует свои действия с учетом интересов других.
- ✓ Умеет советоваться, просить о помощи.
- ✓ Работает на занятии совместно с другими детьми и проявляет активность, умеет делиться.
- ✓ Поддерживает дружеские отношения.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Речь достаточно чистая, правильно произносит все звуки.
- ✓ Словарный запас достаточно велик.
- ✓ В разговоре использует все части речи, умеет строить сложные и одновременно грамматически правильно построенные предложения, подбирает похожие и противоположные по смыслу слова (то есть синонимы и антонимы).
- ✓ Интонационная сторона речи активно развивается: с помощью силы голоса, темпа речи шестилетки способны тонко передавать эмоции.
- ✓ Диалогическая речь развита лучше, чем способность вести монолог.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Знает свое имя и фамилию, имена родителей, свой адрес.
- ✓ Знает времена года и их признаки, названия месяцев и дни недели.
- ✓ Знает названия животных, птиц, рыб, насекомых, растений, транспорта, мебели, посуды, электроприборов и т.д.
- ✓ Достаточно хорошо ориентируется в пространстве.
- ✓ Умеет проходить лабиринты, разгадывать ребусы, загадки, головоломки.
- ✓ Сравнивает предметы по различным параметрам, находит сходства и различия исходя из существенных признаков предметов. Способен подобрать обобщающее слово.
- ✓ Устанавливает причинно-следственные связи, делает выводы и умозаключения.
- ✓ Способен занять себя, развивает самостоятельность.
- ✓ Приобретает знания, умения и навыки в учебной деятельности.

- ✓ Участвует в домашней повседневной деятельности, заботится о домашних животных, помогает младшим и другим членам семьи.
- ✓ Понимает назначение и ценность денег, для чего необходим общественный транспорт, знает как пользоваться телефоном.
- ✓ Соблюдает осторожность на улице и при обращении с бытовыми приборами, в контактах со взрослыми.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Правильно держит ручку.
- ✓ Красиво обводит по точкам.
- ✓ Рисует по клеточкам.
- ✓ Проводит прямые и волнистые линии, не отрывая руки.
- ✓ Лепит композиции с мелкими деталями из пластилина.
- ✓ Вырезает ножницами.
- ✓ Вдевает нитку в иголку.
- ✓ Умеет ходить по линии и перекладине.
- ✓ Перепрыгивает препятствия.
- ✓ Стоит и прыгает на одной ноге.
- ✓ Попадает мячом в цель.
- ✓ Взбирается по веревочной лестнице и многое другое.

КАК МОЙ РЕБЕНОК СПИТ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Детям этого возраста необходимо спать 9–12 часов ночью. Проблемы со сном могут начаться в этом возрасте по разным причинам. Домашняя работа, спорт, занятия после школы, время перед экраном и напряженный семейный график — все это может способствовать тому, что дети не получают необходимый им сон. Дети, лишенные сна, могут стать гиперактивными или раздражительными, им может быть трудно сосредоточиться.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач, логопед, психолог и др.)?

- ✓ Испытывает трудности при прыжках в высоту и длину, наблюдается замедленность и неловкость движений.
- ✓ Затрудняется ловить мяч, испытывает трудности при подпрыгивании на месте.
- ✓ Испытывает существенные трудности при вырезании предметов, даже прямоугольных форм.
- ✓ Испытывает некоторые трудности при отсчитывании предметов.
- ✓ Интерес к игре имеется, но сюжет игры может быть однообразным.
- ✓ Предпочитает индивидуальные игры над групповыми. В процессе групповых игр занимает зависимую позицию.
- ✓ Может проявлять безудержность эмоций. При возникновении сложных ситуаций со сверстниками возможны аффективные разрядки в виде вспышек гнева, громкого плача.
- ✓ Затруднено выполнение правил поведения.
- ✓ Наблюдается устойчивое негативное отношение к процессу общения со сверстниками.
- ✓ Ребенку сложно усваивать новые навыки, а эмоции весьма примитивны.
- ✓ Сенсомоторные реакции замедлены.



КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?

- ✓ Проявляйте любовь к своему ребенку. Признавайте его достижения.
- ✓ Помогите ребенку развивать чувство ответственности — просите его помогать вам в домашних делах, например, накрыть на стол.

- ✓ Говорите с ребенком о школе, друзьях и вещах, которые он с нетерпением ждет в будущем.
- ✓ Говорите с ребенком об уважении к другим. Поощряйте его помогать нуждающимся.
- ✓ Помогите своему ребенку ставить перед собой достижимые цели — он научится гордиться собой и меньше полагаться на одобрение или вознаграждение со стороны других.
- ✓ Учите ребенка терпению, позволяя другим идти вперед или выполняя задание перед тем, как пойти играть. Поощряйте его думать о возможных последствиях, прежде чем действовать.
- ✓ Установите четкие правила и придерживайтесь их, например, сколько времени ваш ребенок может смотреть телевизор или когда ему нужно ложиться спать. Четко определите, какое поведение является нормальным, а какое нет.
- ✓ Занимайтесь веселыми делами всей семьей, например, играйте в игры, читайте и посещайте мероприятия в вашем районе.
- ✓ Познакомьтесь с воспитателями, учителями и персоналом и узнайте их цели обучения, а также то, как вы можете работать вместе, чтобы помочь вашему ребенку хорошо осваивать новые навыки и знания.
- ✓ Принимайте участие в жизни дошкольного учреждения, которое посещает ваш ребенок.
- ✓ Продолжайте читать своему ребенку. Если ваш ребенок учится читать, по очереди читайте друг другу.
- ✓ Используйте дисциплину, чтобы направлять и защищать своего ребенка, а не наказание, чтобы заставить его чувствовать себя плохо. За любым обсуждением того, чего не следует делать, следует обсуждение того, что следует делать вместо этого.
- ✓ Хвалите ребенка за хорошее поведение. Лучше сосредоточить внимание на том, что делает ваш ребенок («ты много работал, чтобы понять это»), чем на качествах, которые он не может изменить («ты умный, ты красивый»).

- ✓ Поддержите своего ребенка в решении новых задач. Поощряйте его решать проблемы, такие как разногласия с другим ребенком, самостоятельно.
- ✓ Поощряйте вашего ребенка присоединяться к общественным группам, таким как командные виды спорта.
- ✓ Дайте больше независимости своему ребенку.



БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА

- ✓ Научите ребенка звонить в службы экстренной помощи: 112, 101, 102, 103.
- ✓ Научите своего ребенка соблюдать правила безопасности, когда он/она идет в дошкольное учреждение, катается на велосипеде и играет на улице.
- ✓ Убедитесь, что ваш ребенок понимает правила безопасности на воде, и всегда контролируйте его, когда он плавает или играет возле воды.
- ✓ Поговорите с ребенком о том, как попросить о помощи, когда он в ней нуждается.
- ✓ Храните потенциально опасные предметы домашнего обихода, инструменты, оборудование и огнестрельное оружие в недоступном для ребенка месте.
- ✓ Убедитесь, что ваш ребенок занимается физической активностью не менее 1 часа в день.
- ✓ Поощряйте активные игры и будьте образцом для подражания, питаясь здоровой пищей во время семейного приема пищи и ведя активный образ жизни.

ПЕРВЫЙ РАЗ В ПЕРВЫЙ КЛАСС

Ребенку 7 лет

Когда дети достигают школьного возраста, их способности и познание окружающего мира продолжают активно развиваться. Современные концепции раннего развития детей говорят о важности повседневной деятельности в игровой форме и максимальной самостоятельности ребенка. А раннее интеллектуальное развитие является причиной нервных расстройств у детей, поэтому до 6–7 летнего возраста специальные нагрузки с целью развития логического и абстрактного мышления не рекомендуются.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ?

(Социальное/Эмоциональное развитие)

- ✓ Осознаёт себя как самостоятельный субъект деятельности и поведения.
- ✓ Появляется интерес к новым видам деятельности (основным видом деятельности остается игра, но игра с правилами), интерес к миру взрослых (стремление быть похожим на них).
- ✓ Знает основные правила общения, хорошо ориентируется в знакомой и незнакомой обстановке.
- ✓ Управляет своим поведением (знает границы дозволенного).
- ✓ Обладает эмоциональной устойчивостью и контролем над своим поведением.
- ✓ Появляется оценка результатов своей деятельности (стремится быть «хорошим», «первым», очень огорчается при неудаче, тонко реагирует на изменение отношения к себе взрослых).
- ✓ Формируются нравственные, интеллектуальные и эстетические чувства.

- ✓ Эмоции разнообразны и глубоки, но в то же время, они более сдержанны и избирательны в эмоциональных проявлениях.
- ✓ Осознанно выполняет правила поведения, соответствующие гендерной роли в быту, общественных местах, в общении и т. д.
- ✓ Проявляет стремление к усвоению определённых способов поведения, ориентированных на выполнение будущих социальных ролей.
- ✓ Обладает позитивным отношением к школе, семье и своей жизни в целом.
- ✓ Умеет работать в команде.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ? (Язык/Общение)

- ✓ Не только правильно произносит, но и хорошо различает фонемы (звуки) и слова.
- ✓ Успешно образовывает достаточно сложные грамматические формы существительных, прилагательных, глаголов.
- ✓ Использует сложные предложения (с сочинительными и подчинительными связями).
- ✓ Точно использует слова для передачи своих мыслей, представлений, впечатлений, эмоций, при описании предметов, пересказе и т.п.
- ✓ Понимает, как поддерживать диалог.
- ✓ Пересказывает тексты небольшого объема.
- ✓ Сочиняет рассказы на определенную тему.
- ✓ Может объяснить малоизвестные или неизвестные слова, близкие или противоположные по смыслу, а также переносный смысл слов (в поговорках и пословицах).
- ✓ Появляется речь-рассуждение.
- ✓ Речь становится подлинным средством как общения, так и познавательной деятельности, а также планирования и регуляции поведения.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК ПОНИМАЕТ?

(Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач))

- ✓ Знает счет до сотни.
- ✓ Умеет сравнивать стоящие рядом числа.
- ✓ Отличает и называет формы предметов.
- ✓ Использует порядковые и количественные числительные.
- ✓ Решает логические задачи простого уровня.
- ✓ Классифицирует предметы по признакам.
- ✓ Знает, чем занимаются люди в некоторых профессиях.
- ✓ Знает последовательность времени суток и года.
- ✓ Различает растения – цветы, деревья, кустарники.
- ✓ Называет свое полное имя и родителей, адрес проживания и номер телефона.
- ✓ Понимает принцип сезонных изменений в природе.
- ✓ Рассказывает о ситуациях, произошедших в его жизни.
- ✓ Умеет находить как минимум 5 отличий между вещами.
- ✓ Обращает внимание сразу на 7 объектов.
- ✓ Концентрирует внимание на одном задании не менее 20 минут.
- ✓ В игре способен отражать достаточно сложные социальные события – праздник, авария, война и др. В игре может быть несколько центров, в каждом из которых отражается та или иная сюжетная линия. Может по ходу игры брать на себя две роли, переходя от исполнения одной к исполнению другой.
- ✓ Способен заканчивать начатые дела, выполнять их в срок.

ЧТО МОЙ РЕБЕНОК МОЖЕТ ДЕЛАТЬ?

(Движение/Физическое развитие)

- ✓ Умеет штриховать и раскрашивать картинки, не выходя за контуры рисунка, повторять увиденные изображения.
- ✓ Совершенствуются ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног.

- ✓ Способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку.
- ✓ По собственной инициативе может организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.
- ✓ Прыгает на одной и двух ногах, в высоту и в длину с места и с разбега.
- ✓ Способен чётко метать различные предметы в цель.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТАМ (патронажная медицинская сестра, врач, логопед, психолог и др.)?

- ✓ Отсутствие интереса к учебе.
- ✓ Слишком остро воспринимает любую критику.
- ✓ Наличие комплексов, заниженная самооценка.
- ✓ Проявляет агрессию, жестокость, повышенная тревога.
- ✓ Замыкается в себе, не прошел адаптацию в школьном коллективе.
- ✓ Отсутствие близкой связи и доверия к родителям.
- ✓ Трудности в усвоении учебного материала, в понимании информации.
- ✓ Затруднения в самообслуживании.
- ✓ Нестабильное эмоциональное состояние.
- ✓ Весьма непродолжительное время может концентрировать внимание (норма 16–24 мин). Частое употребление понятий, которые не вписываются в данную ситуацию.
- ✓ Сниженная потребность в общении со взрослыми и сверстниками.
- ✓ Затруднения с выполнением задания, проще бросить его, чем обратиться за помощью к взрослым.
- ✓ Недостаточно эмоционален, следует жестким правилам. Выдвигаемые требования учитывают позицию лишь одной из сторон, не оставляя места для гибкости и логической реализации.

- ✓ Не говорит четко предложения из 5 или более слов.
- ✓ С трудом формулирует свою мысль в развернутом виде, даже если понимает суть задания и конкретные требования, не может пересказать текст средних размеров или составить собственную историю по сюжетным рисункам, описать ситуацию.

СИМПТОМЫ ПЕРЕХОДНОГО ПЕРИОДА 7 ЛЕТ У РЕБЕНКА

Для распознавания переходного периода необходимо, чтобы у ребенка четко проявлялись как минимум четыре-пять признаков. В противном случае речь идет не о переходном периоде, а о локальной сложной ситуации.

- ✓ У некоторых детей – неусидчивость, отсутствие концентрации, чрезмерное чувство соперничества. Им нужно выплескивать энергию, поэтому уроки и домашние занятия для них кажутся непреодолимым препятствием.
- ✓ Проявление агрессии, которая проявляется в домашней обстановке. Ребенок может быть отличником и гордостью класса, а наедине с родителями проявляет накопленную раздражительность, которая выливается в истериках.
- ✓ Ребенок не выполняет просьбы, не слушается.
- ✓ Капризничает, упрямится.
- ✓ Выражает протест, недовольство, паясничает и грубит.
- ✓ Не воспринимает критику, на замечания выдает крайне отрицательные реакции.
- ✓ Дословное повторение родительских слов, интонаций, жестов – апробирование атрибутов взрослости.
- ✓ Пытается казаться взрослее, стремится общаться со старшими ребятами, избегает младших.
- ✓ Сравнивает права и обязанности родственников, обнаруживая несправедливость, открыто выражает недовольство, упрямится (отказывается спать, гуляет без шарфа, как папа).
- ✓ Осознанно поступает наперекор взрослым.

- ✓ Обесценивает то, что раньше казалось ему важным.
- ✓ Подвержен перепадам настроения.



КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ?

- ✓ Необходим четкий распорядок дня, дисциплина и спорт, который поможет тренировать выдержку и расходовать энергию.
- ✓ Родителям нужно проявлять максимум внимания к жизни ребенка, разговаривать по душам, обсуждать его чувства и эмоции.
- ✓ Знакомство со школой. Рекомендуется посетить учебное заведение до первых занятий, ребенок будет себя чувствовать более уверенным, спокойным.
- ✓ Обозначение прав, обязанностей.
- ✓ Предоставление свободы. Должны существовать способы реализации самостоятельности, пример: уборка в комнате обязательна, но ребенку разрешено выбрать время, способ.
- ✓ Необходимо демонстрировать уважение к ребенку. У него должно быть право на ошибку.
- ✓ В воспитании рекомендуется проявить гибкость, придерживаться системы принятых правил, но оставлять пространство для самостоятельности, выбора, изменения роли.
- ✓ Не следует идти на открытую конфронтацию с ребенком, это обостряет негативные симптомы.
- ✓ Разговаривать дружелюбно, без давления, упреков.
- ✓ Критиковать не личность, а действия.
- ✓ Аргументировать отказы и замечания.
- ✓ Учить обсуждать проблемы, разбирать причины и следствия ситуации.
- ✓ Узнавать мнение ребенка о произошедшем.

ПРОСТО О СЛОЖНОМ

Глоссарий

Компетенция подразумевает способность применять знания, навыки и личностные качества для работы в конкретной области.

Мониторинг развития — это наблюдение за тем, как ребенок растет и меняется с течением времени, а также за тем, как он развивается в играх, обучении, речи, поведении и движении.

Оценка развития – краткий тест с использованием инструмента скрининга, не дает диагноза, но показывает, находится ли ребенок на правильном пути развития или специалисту следует присмотреться. Если инструмент скрининга определяет проблемную область, может потребоваться официальная оценка развития. Специалист может наблюдать за ребенком, дать ребенку структурированный тест, задать вопросы родителям или опекунам, или попросить их заполнить анкеты. Результаты оценки покажут, нуждается ли ребенок в специальном лечении или в услугах раннего развития, или в том и другом. Оценку развития может проводить: педиатр, специалист по развитию, детский психолог или другой обученный специалист.

Скрининг развития позволяет более внимательно изучить, как развивается ребенок. Ребенок проходит краткий тест, или родители заполняют анкету о своем ребенке. Инструменты, используемые для скрининга развития и поведения, представляют собой формальные анкеты или контрольные списки, в которых задаются вопросы о развитии ребенка, включая язык, движения, мышление, поведение и эмоции.

Социальные сигналы – это сигналы, которые использует ребенок младенческого возраста в случае дискомфорта, психической или физической угрозы со стороны взрослого.

Младенческий возраст – период жизни ребёнка в возрасте от рождения до года. Различают период новорожденности (первые 4 недели после рождения) и грудной возраст (от 4 недель до 1 года).

Ранний возраст – возраст ребенка от 1 года жизни до 3 лет.

Младший и средний дошкольный возраст: от 3 до 4–5 лет.

Старший дошкольный возраст: от 4–5 до 6–7 лет.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Бонни Харрис
«Когда дети управляют нами»
- Винникотт Д.В.
«Разговор с родителями»
- Гери Чепмен
«Пять языков любви»
- Гиппенрейтер Ю.Б.
«Самая важная книга для родителей»
- Гиппенрейтер Ю.Б.
«Общаться с ребенком. КАК?»
- Петрановская Л.В.
«Если с ребенком трудно»
- Петрановская Л.В.
«Тайная опора. Привязанность в жизни ребенка»

Ozim Platform –

Мобильное приложение на базах IOS и Android для родителей детей раннего возраста. В приложении родитель сможет найти информацию об общем развитии навыков детей, узнать больше о детских заболеваниях, воспользоваться обучающими видеороликами для занятий детей в домашних условиях, ознакомиться с международными исследованиями о детском развитии и найти единомышленников на форуме.



Приложение Vebbo –

это интерактивный гид, который сопровождает родителей с момента рождения ребенка до первого дня в школе (от 0 до 6 лет). Мобильное приложение поможет мамам и папам, бабушкам и дедушкам справиться с родительским стрессом, трудностями в воспитании ребенка.

Мобильное приложение поможет:

- следить за прогрессом ребенка,
- стимулировать его развитие с помощью игр,
- получать подсказки от экспертов,
- вести учет медосмотров и прививок,
- принимать напоминания о важных этапах развития ребенка,
- узнавать о методах улучшения языковых, моторных и социальных навыков ребенка.



МОЙ РЕБЕНОК

