

Важные этапы в развитии детей.

Узнайте о признаках. Действуйте своевременно.

Адаптировано по: «Забота о вашем младенце и ребенке: с рождения до 5 лет», 5-е изд. под ред. Стивена Шелов и Тани Ремер Альтманн ©1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Американская академия педиатрии и «Светлое будущее: Руководство по наблюдению за здоровьем младенцев, детей и подростков» 3-е изд. под ред. Джозефа Хагана мл. Джудит С. Шоу, и Полы М. Данкан, 2008, Элк Гроув Вилледж, Иллинойс, Американская академия педиатрии.

Выражаем особую благодарность Сьюзен П. Бергер, д-р философии (PhD); Дженни Бёрт д-р философии (PhD); Маргарет Греко, д-р медицины (MD); Кейт Грин, магистр здравоохранения (MPH), Джорджине Пикок, д-р медицины, магистр здравоохранения (MD, MPH); Ларе Робинсон, д-р философии, магистр здравоохранения (PhD, MPH), Камилле Смит, магистр (MS), Джулии Уитни, бакалавр (BS); и Ребекке Вольф, магистр (MA).

Вы можете следить за развитием своего ребенка наблюдая за тем как он (а) играет, учится, говорит и действует. Здесь мы расскажем вам о важных этапах развития ребенка, которые нужно отслеживать, и о том, как вы можете помочь своему ребенку расти и учиться.

Отмечайте важные этапы, пройденные вашим ребенком в развитии.

Возьмите это пособие и при каждом посещении доктора, наблюдающего за вашим ребенком, обсуждайте с ним этапы, пройденные в развитии вашим ребенком, и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем.

Ниже приведены списки этапов развития, которые необходимо отслеживать, когда ваш ребенок достигнет возраста:

2 МЕСЯЦА
4 МЕСЯЦА
6 МЕСЯЦЕВ
9 МЕСЯЦЕВ
1 ГОД
18 МЕСЯЦЕВ
2 ГОДА
3 ГОДА
4 ГОДА

Вашему младенцу исполнилось **2 месяца**. (При каждом посещении доктора, наблюдающего за вашим ребенком, обсуждайте с ним этапы, пройденные в развитии вашим ребенком, и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем).

Что обычно делают младенцы в этом возрасте:

Социальное/Эмоциональное развитие.

- Может ненадолго успокоить сам себя (сосет палец)
- Начинает улыбаться другим людям
- Пытается смотреть на родителей

Язык/Общение.

- Гуление
- Поворачивает голову в сторону звука.

Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач)

- Обращает внимание на лица.
- Начинает следить глазами за предметами и узнает людей на расстоянии.
- Показывает признаки утомления (плачет, привередничает) при отсутствии смены вида деятельности.

Движение/Физическое развитие.

- Может держать головку и начинает отжиматься, лежа на животе.
- Делает плавные движения руками и ногами

Как вы можете помочь развитию своего ребенка:

- Обнимайте и прижимайте к себе ребенка, разговаривайте и играйте с ним во время кормления, одевания и купания.
- Помогите своему ребенку научиться успокаивать себя. Если младенец сосет палец – это нормально.
- Начните в большей степени помогать своему ребенку в обычной деятельности, например в подготовке ко сну, вечером, а также установите и соблюдайте режим дня.
- Понимание предпочтений младенца и того, к чему он испытывает неприязнь, может помочь вам чувствовать себя более комфортно и уверенно.
- Улыбайтесь своему младенцу и поощряйте его, когда он издает звуки.
- Вы можете иногда подражать звукам, которые издает ваш младенец, но также используйте и четкую речь.
- Обращайте внимание на различие в плаче и криках младенца, чтобы научиться понимать его потребности.
- Разговаривайте, читайте и пойте своему младенцу.
- Играйте в «ку-ку» и помогайте своему младенцу играть в эту игру.
- Поместите в кроватку к ребенку безопасное зеркало, чтобы он мог смотреть на себя.
- Рассматривайте со своим младенцем картинки и разговаривайте о них.
- Когда ваш младенец проснется, положите его на животик и поместите рядом с ним игрушки.
- Стимулируйте своего младенца поднимать головку, держа игрушки перед ним на уровне его глаз.
- Держите игрушку или погремушку над головой младенца и поощряйте его тянуться за ними.
- Держите своего младенца в вертикальном положении с ногами на полу. Пойте ему песенки или разговаривайте с ним, пока он находится в вертикальном положении.

Не откладывая, обращайтесь к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- 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.

Сообщите своему детскому врачу либо медсестре, если вы заметили любой из перечисленных признаков возможной задержки развития в этом возрасте, и поговорите с ответственным за предоставление услуг детям в вашей местности, например услуги раннего вмешательства в вашем регионе.

Вашему младенцу исполнилось **4 месяца**. (При каждом посещении доктора, наблюдающего за вашим ребенком, обсуждайте с ним этапы, пройденные в развитии вашим ребенком, и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем.)

Что обычно делают младенцы в этом возрасте:

Социальное/Эмоциональное развитие.

- Непроизвольно улыбается, особенно людям.
- Подражает движениям и мимике, например, улыбается или хмурится.
- Любит играть с людьми и может заплакать при прекращении игры.

Язык/Общение.

- Начинает лепетать.
- Лепечет с выражением, и подражает услышанным звукам.
- Использует разный плач, чтобы показать, что он голоден, устал, или чувствует боль.

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.

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.

Как вы можете помочь развитию своего ребенка:

- Держите ребенка на руках и разговаривайте с ним, улыбайтесь ему и демонстрируйте хорошее настроение, пока вы делаете это.
- Установите устойчивый распорядок кормления и сна.
- Обратите пристальное внимание на то, что нравится и не нравится вашему ребенку: вы узнаете, как лучше всего удовлетворить его потребности и что вы сможете сделать, чтобы ваш ребенок был счастлив.
- Подражайте звукам, которые издает ваш ребенок.
- Демонстрируйте воодушевление и улыбайтесь, когда ребенок издает звуки.

- Уделите время периодам тихой игры, когда вы читаете ребенку или поете ему песенки.
- Давайте ему играть с подходящими по возрасту игрушками, такими, как погремушки или цветные картинки.
- Играйте в такие игры как «ку-ку».
- Предоставьте своему ребенку безопасную возможность тянуться за игрушками и исследовать свое окружение.
- Поместите игрушки рядом с ребенком таким образом, чтобы он мог тянуться за ними или пинать их ножками.
- Поместите игрушку или погремушку в руку ребенка и помогите ему держать их.
- Поставьте ребенка в прямом положении ножками на пол, и разговаривайте с ним или пойте ему песенки, в то время как он «стоит» с вашей поддержкой.

Не откладывая, обращайтесь к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- 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 отталкивается ножками от твердой поверхности.
- Испытывает затруднения при движении одного или обоих глаз во всех направлениях.

Сообщите своему детскому врачу либо медсестре, если вы заметили любой из перечисленных признаков возможной задержки развития в этом возрасте, и поговорите с ответственным за предоставление услуг детям в вашей местности, например услуги раннего вмешательства в вашем регионе.

Вашему младенцу исполнилось **6 месяцев**. (При каждом посещении доктора, наблюдающего за вашим ребенком, обсуждайте с ним этапы, пройденные в развитии вашим ребенком, и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем.)

Что обычно делают младенцы в этом возрасте:

Социальное/Эмоциональное развитие.

- Узнает знакомые лица и начинает распознавать незнакомых людей.
- Любит играть с другими, особенно с родителями.
- Отвечает на эмоции других людей и часто кажется счастливым.
- Нравится смотреть на себя в зеркало.

Язык/Общение.

- Отвечает звуками на звуки.
- Связывает гласные при лепете и любит издавать звуки по очереди с родителями.
- Реагирует на свое имя.
- Издает звуки, чтобы выразить радость и неудовольствие.
- Начинает издавать согласные звуки.

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.

Как вы можете помочь развитию своего ребенка:

- Ежедневно играйте со своим ребенком на полу.
- Учитесь распознавать настроение ребенка. Если он счастлив, продолжайте то, что вы делали, если нет, сделайте перерыв и успокойте его.
- Покажите ребенку как успокоить себя, если он расстроен. Он может сосать палец, чтобы успокоиться.
- Используйте «обоюдную» игру – ребенок улыбается, и вы улыбаетесь, он издает звуки, и вы издаете.
- Повторяйте звуки, которые издает ребенок и называйте простые слова с этими звуками. Например, если ребенок говорит «ба», скажите «баба», «байка», «бант».
- Ежедневно читайте книги своему ребенку. Хвалите его, если он тоже лепечет и «читает» вместе с вами.
- Если ребенок на что-то смотрит, укажите на этот предмет и поговорите о нем.
- Если он уронит игрушку на пол, поднимите ее с пола и отдайте ему. Это поможет ему распознать причину и следствие.
- Читайте своему ребенку книжки с красочными картинками.
- Показывайте своему ребенку новые предметы и называйте их.
- Показывайте своему ребенку яркие картинки в журналах и называйте их.
- Придерживайте своего ребенка, когда он сидит, или используйте для поддержки подушки. Позвольте ему осмотреться и дайте ему игрушки, которые он мог бы рассматривать сидя.
- Положите своего ребенка на спинку или животик и поместите вне его досягаемости игрушки. Поощрите его перекачываться, чтобы достать их.

Не откладывая, обращайтесь к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

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

Сообщите своему детскому врачу либо медсестре, если вы заметили любой из перечисленных признаков возможной задержки развития в этом возрасте, и поговорите с ответственным за предоставление услуг детям в вашей местности, например услуги раннего вмешательства в вашем регионе.

Вашему младенцу исполнилось **9 месяцев**. (При каждом посещении доктора, наблюдающего за вашим ребенком, обсуждайте с ним этапы, пройденные в развитии вашим ребенком, и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем.)

Что обычно делают младенцы в этом возрасте:

Социальное/Эмоциональное развитие.

- Может пугаться незнакомых людей.
- Может быть «прилипчивым» со знакомыми взрослыми.
- У него есть любимые игрушки.

Язык/Общение.

- Понимает слово «нет».
- Издаёт много различных звуков, например «мамамама» или «бабабаба».
- Подражает звукам и жестам других людей.
- Использует палец, чтобы указать на предметы.

Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач).

- Следит за траекторией падения предмета.
- Ищет предметы, которые вы спрятали.
- Играет в «ку-ку».
- Помещает предметы в рот.
- Плавно перекладывает предметы из одной руки в другую.
- Может поднимать мелкие предметы, захватывая их большим и указательным пальцами.

Движение/Физическое развитие.

- Стоит прямо.
- Сидит с поддержкой.
- Ползает.
- Может перейти в сидячее положение.
- Тянется, чтобы встать.

Как вы можете помочь развитию своего ребенка:

- Обратите внимание на то, как ребенок реагирует на новые ситуации и людей; попытайтесь продолжать делать то, что делает вашего ребенка счастливым и чувствовать себя комфортно.
- Будьте поблизости, когда ребенок исследует окружающую обстановку, чтобы ребенок знал, что вы всегда рядом.
- Продолжайте соблюдать ежедневные ритуалы, в это время они особенно важны.
- Играйте с ребенком в игры, в которых есть ходы по очереди («Мой ход, твой ход»).
- Озвучивайте то, что, по вашему мнению, чувствует ваш ребенок. Например, «Ты грустишь, давай посмотрим, что можно сделать, чтобы ты почувствовал себя лучше».
- Описывайте предметы, на которые смотрит ребенок, например «Круглый, красный мячик».
- Поговорите о том, чего хочет ребенок, когда он указывает на что-нибудь.
- Подражайте звукам и словам своего ребенка.
- Поговорите о том, что вы ожидаете от ребенка. Вместо «Не стой» используйте «пора посидеть».
- Обучайте ребенка взаимосвязи причины и следствия, используя игрушечные машинки и грузовики, помещая кубики в коробку и вынимая их из него.
- Играйте в «ку-ку» и в прятки.
- Читайте своему ребенку и разговаривайте с ним.
- Предоставляйте своему ребенку больше пространства для движения и исследования в безопасном окружении.
- Помещайте своего ребенка близко к предметам, чтобы он мог к ним безопасно подтягиваться.

Не откладывая, обращайтесь к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

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

Сообщите своему детскому врачу либо медсестре, если вы заметили любой из перечисленных признаков возможной задержки развития в этом возрасте, и поговорите с ответственным за предоставление услуг детям в вашей местности, например услуги раннего вмешательства в вашем регионе.

Вашему ребенку **1 год**. (При каждом посещении доктора, наблюдающего за вашим ребенком, обсуждайте с ним этапы, пройденные в развитии вашим ребенком, и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем.)

Что обычно делают дети в этом возрасте:

Социальное/Эмоциональное развитие.

- Нервничает и стесняется при общении с незнакомыми людьми.
- Плачет, когда уходят мама или папа.
- У него есть любимые вещи и люди.
- Пугается в некоторых ситуациях.
- Протягивает вам книгу, когда хочет, чтобы ему читали.
- Повторяет звуки и действия, чтобы привлечь внимание.
- Подает руку или ногу, чтобы помочь при одевании.
- Играет в такие игры, как «ку-ку» и «куличики».

Язык/Общение.

- Реагирует на простые устные просьбы.
- Использует простые жесты, например качает головой при отрицании, машет «пока-пока».
- Изменяет тональность звуков (издаваемые звуки уже больше похожи на речь).
- Говорит «мама», «папа», издает краткие восклицания «ух-ох».
- Пытается повторять произнесенные вами слова.

Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач).

- Исследует предметы различными способами: трясет, бросает, стучит.
- Легко находит спрятанные предметы.
- Смотрит на названную картинку или предмет.
- Подражает жестам.
- Складывает вещи в коробку и достает их из коробки.
- Стучит предметами один об другой.
- Начинает правильно использовать предметы, например, пьет из чашки, расчесывает волосы расческой.
- Выпускает предметы из рук без помощи.
- Указывает на предметы указательным пальцем.

- Выполняет простые инструкции, например «подними игрушку».

Движение/Физическое развитие.

- Самостоятельно занимает сидячее положение.
- Тянется, чтобы встать, ходит, держась за мебель.
- Может сделать несколько шагов без посторонней поддержки.
- Может самостоятельно стоять.

Как вы можете помочь развитию своего ребенка:

- Дайте ребенку время познакомиться с новым воспитателем. Принесите любимую игрушку или одеяло, чтобы помочь вашему ребенку успокоиться.
- В ответ на нежелательное поведение просто твердо скажите «нет». Не шлепайте ребенка, не кричите на него, не вдавайтесь в долгие объяснения. Для того, чтобы перенаправить поведение ребенка вам может понадобиться от 30 сек до 1 мин.
- Чаще обнимайте и целуйте вашего ребенка, хвалите его за хорошее поведение.
- Уделяйте гораздо больше времени поощрению желаемого поведения по отношению к времени, затраченному на наказание за неприемлемое поведение (в соотношении примерно 4/1).
- Говорите с ребенком о том, что вы делаете, например «Мама моет твои ручки мочалкой».
- Ежедневно читайте с ребенком. Пусть малыш переворачивает страницы. По очереди указывайте на картинки.
- Стройте общение с ребенком от того, что ребенок говорит, пытается сказать или на что он показывает. Например, если он показывает на машину и говорит «м», «ма», скажите «Да, это большая голубая машина».
- Дайте ребенку бумагу и фломастеры и позвольте самостоятельно рисовать. Покажите, как проводить линии на бумаге, похвалите, если он пытается повторить за вами.
- Играйте в кубики, сортировщики форм и другие игрушки, которые стимулируют ребенка использовать руки.
- Спрячьте мелкие игрушки и другие предметы и попросите ребенка найти их.
- Просите ребенка показать пальцем части тела или предметы, которые вы видите в поездке.
- Пойте ребенку песни, которые сопровождаются действиями, помогите ребенку выполнять действия вместе с вами.
- Дайте ребенку горшки, кастрюли или маленький музыкальный инструмент, например бубен или барабан. Поощряйте ребенка стучать в них.
- Предоставьте своему ребенку много безопасных мест для исследования. Примите меры для обеспечения безопасности ребенка, удалите из его досягаемости предметы бытовой химии, обезопасьте розетки, надежно закройте двери и окна.
- Дайте ребенку игрушки, которые он мог бы тянуть за собой, машинки, вагончики, тележки.

Не откладывая, обращайтесь к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- 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.

Сообщите своему детскому врачу либо медсестре, если вы заметили любой из перечисленных признаков возможной задержки развития в этом возрасте, и поговорите с

ответственным за предоставление услуг детям в вашей местности, например услуги раннего вмешательства в вашем регионе.

Вашему ребенку **18 месяцев (1 1/2 года)**. (При каждом посещении доктора, наблюдающего за вашим ребенком, обсуждайте с ним этапы, пройденные в развитии вашим ребенком, и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем.)

Что обычно делают дети в этом возрасте:

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 воспитателям в новых ситуациях.
- Указывает пальцем, чтобы показать другим на что-то интересное.
- Самостоятельно исследует окружение, если рядом находятся родители.

Язык/Общение.

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

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».

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.

Как вы можете помочь развитию своего ребенка:

- Предоставьте ребенку безопасное, любящее окружение. Очень важно быть постоянным и предсказуемым.
- Уделяйте гораздо больше времени поощрению желаемого поведения по отношению к времени, затраченному на наказание за неприемлемое поведение.
- Описывайте эмоции ребенка. Например, «Тебе нравится читать эту книгу».

- Поощряйте игры понарошку.
- Поощряйте сочувствие. Например, когда он видит грустного ребенка, попросите своего ребенка обнять его в утешение.
- Читайте книги и говорите о картинках, используя простые слова.
- Подражайте словам своего ребенка.
- Используйте слова, которые описывают чувства и эмоции.
- Используйте простые фразы и задавайте простые вопросы.
- Прячьте предметы под подушками и одеялами и поощряйте ребенка их искать.
- Играйте мячами, кубиками в пазлы и игрушки, которые обучают взаимосвязи причины и следствия и решению заданий.
- Называйте картинки в книгах и части тела.
- Предоставьте ребенку игрушки, которые стимулируют игры понарошку, куклы, игрушечные телефоны.
- Предоставляйте ребенку безопасное пространство для ходьбы и передвижений.
- Давайте ребенку игрушки, которые он может безопасно толкать или тянуть за собой.
- Поощряйте его пить из своей чашки и использовать ложку при еде, независимо от того насколько сильно он пачкается при этом.
- Надувайте пузыри, чтобы ребенок мог их «лопать».

Не откладывая, обращайтесь к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- 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 воспитатель уходит и возвращается.
- Разучился делать то, что делал раньше.

Сообщите своему детскому врачу либо медсестре, если вы заметили любой из перечисленных признаков возможной задержки развития в этом возрасте, и поговорите с ответственным за предоставление услуг детям в вашей местности, например услуги раннего вмешательства в вашем регионе.

Вашему ребенку **2 года**. (При каждом посещении доктора, наблюдающего за вашим ребенком, обсуждайте с ним этапы, пройденные в развитии вашим ребенком, и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем.)

Что обычно делают дети в этом возрасте:

Социальное/Эмоциональное развитие.

- Подражает другим, особенно взрослым и старшим детям.
- Приходит в возбуждение 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.

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.

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 с макияжем.
- Строит башни из 4-х и более кубиков.
- Может использовать одну руку чаще другой.
- Выполняет инструкции из 2 шагов: «Подними туфли и поставь их в шкаф».
- Называет предметы в книге с картинками, например, кошка, собака, птица.

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.

Как вы можете помочь развитию своего ребенка:

- Поощряйте ребенка помогать в простой работе по дому, например подметании пола или приготовлении обеда. Похвалите ребенка, скажите какой он хороший помощник.
- В этом возрасте дети все еще играют рядом, а не друг с другом, и не любят делиться друг с другом игрушками. Берите с собой на прогулку много игрушек. Внимательно наблюдайте за детьми и будьте готовы вмешаться, если они спорят или дерутся.
- Уделяйте внимание ребенку и хвалите его, когда он выполняет указания. Старайтесь не обращать внимание на провокационное поведение. Уделяйте больше времени поощрению хорошего поведения.
- Учите ребенка распознавать и называть части тела, животных и другие обычные предметы.
- Не поправляйте ребенка, если он неправильно произносит слова, произнесите их сами правильно, например «Это мяч».
- Поощряйте ребенка называть предметы, которые он хочет, а не показывать на них пальцем. Если ребенку сложно произнести слово целиком («молоко»), чтобы помочь ему, назовите первый звук или слог («м, мо»). Со временем, вы можете побуждать ребенка сказать все предложение («Я хочу молока»).
- Спрячьте игрушки ребенка в комнате и попросите их найти.
- Помогите ребенку складывать пазлы с цветами, формами, или домашними животными. Называйте части, которые ребенок устанавливает на свое место.
- Поощряйте своего ребенка играть с кубиками. По очереди стройте башни из кубиков и разрушайте их.
- Делайте с ребенком поделки, используя фломастеры, краски и бумагу. Описывайте то, что делает ребенок и вешайте его рисунки на стену или холодильник.

- Попросите ребенка помочь вам открыть двери и выдвинуть ящики и переверачивать страницы в книгах и журналах.
- Когда ребенок научится хорошо ходить, попросите его помочь вам перенести маленькие вещи.
- Устройте с ребенком «перепасовку» мячом. Когда ребенок научится хорошо это делать, поощряйте его бежать и пасовать.
- Возьмите своего ребенка в парк, чтобы он мог бегать и взбираться на специальное оборудование и ходить по природным тропам. Внимательно наблюдайте за ним.

Не откладывая, обращайтесь к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- Не знает, что делать с обычными предметами, например ложкой, вилкой, расческой, телефоном.
- Не подражает словам и действиям.
- Не выполняет простые указания.
- Не использует фразы, состоящие из 2 слов (например, «пить молоко»).
- Не ходит устойчиво.
- Разучился делать то, что делал раньше.

Сообщите своему детскому врачу либо медсестре, если вы заметили любой из перечисленных признаков возможной задержки развития в этом возрасте, и поговорите с ответственным за предоставление услуг детям в вашей местности, например услуги раннего вмешательства в вашем регионе.

Вашему ребенку **3 года**. (При каждом посещении доктора, наблюдающего за вашим ребенком, обсуждайте с ним этапы, пройденные в развитии вашим ребенком, и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем.)

Что обычно делают дети в этом возрасте:

Социальное/Эмоциональное развитие.

- Подражает взрослым и своим друзьям.
- Выказывает привязанность к друзьям без подсказки.
- Обменивается ходами в играх.
- Проявляет заботу о плачущем друге.
- Самостоятельно одевается и раздевается.
- Понимает значение слов «мой», «его», «её».
- Проявляет широкий спектр эмоций.
- Легко различает маму и папу.
- Может расстроиться из-за серьезных изменений в распорядке дня.

Язык/Общение.

- Выполняет инструкции из 2 или 3 этапов.
- Может назвать большинство знакомых предметов.
- Понимает значение слов «в», «на», и «под».
- Может назвать свое имя, возраст и пол.
- Может назвать своего друга.

- Употребляет слова: «я», «мне», и «ты» и некоторые слова в множественном числе («машины», «кошки», «собаки»).
- Поддерживает разговор, используя 2 или 3 предложения.

Познавательное развитие (обучение, мышление, решение задач).

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

Движение/Физическое развитие.

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

Как вы можете помочь развитию своего ребенка:

- Посещайте с ребёнком детские площадки и другие места, где много детей, чтобы поощрить его взаимодействовать с ними.
- Когда ребенок расстроен, работайте вместе с ним, чтобы помочь ему справиться с проблемой.
- Говорите об эмоциях ребенка. Например, скажите «Я вижу, что ты злишься, потому что ты разбросал игрушки». Поощряйте ребенка распознавать эмоции на картинках в книгах.
- Установите для ребенка правила и ограничения и придерживайтесь их. Если ребенок нарушает правила, он должен посидеть в кресле в своей комнате от 30 сек до 1 мин. Хвалите ребенка за соблюдение правил.
- Давайте ребенку инструкции из 2 или 3 шагов. Например, «Пойди в свою комнату и принеси туфли и пальто».
- Ежедневно читайте ребенку. Попросите ребенка показывать предметы в книгах и повторять за вами слова.
- Дайте ребенку коробку с бумагой, фломастерами и книжками-раскрасками. Рисуйте и раскрашивайте с ребенком линии и формы.
- Играйте с ребенком в игры на сравнение. Попросите ребенка найти в книгах или в окружающей обстановке одинаковые предметы.
- Играйте в игры на счет. Считайте части тела, ступеньки и другие предметы, которые вы видите и используете в повседневной жизни.
- Держите ребенка за руку, поднимаясь и спускаясь по лестнице. Когда он сможет это делать уверенно, поощряйте его пользоваться перилами.
- Играйте с ребенком на свежем воздухе. Посещайте парки, ходите в походы, чтобы ребенок мог свободно играть без структурированной деятельности.

Не откладывая, обращайтесь к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- 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 и игры с макияжем.
- Не желает играть с другими детьми и игрушками.
- Разучился делать то, что делал раньше.

Сообщите своему детскому врачу либо медсестре, если вы заметили любой из перечисленных признаков возможной задержки развития в этом возрасте, и поговорите с ответственным за предоставление услуг детям в вашей местности, например услуги раннего вмешательства в вашем регионе.

Вашему ребенку **4 года**. (При каждом посещении доктора, наблюдающего за вашим ребенком, обсуждайте с ним этапы, пройденные в развитии вашим ребенком, и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем.)

Что обычно делают дети в этом возрасте:

Социальное/Эмоциональное развитие.

- Любит заниматься новыми видами деятельности.
- Вносит больше творчества в игры с макияжем.
- 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.

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.

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 копировать некоторые заглавные буквы.
- Говорит, что, по его мнению, должно произойти дальше в книге.

Движение/Физическое развитие.

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

Как вы можете помочь развитию своего ребенка:

- Играйте с ребенком в игры с макияжем. Позвольте ему быть ведущим, и повторяйте то, что он делает.
- Предложите ребенку смоделировать предстоящее событие, которое его нервирует, например, поход в детский сад или ночевку в доме бабушки и дедушки.
- Предоставляйте ребенку возможность выбора, когда это возможно. Дайте ребенку возможность выбрать, что ему надеть, во что поиграть, или что съесть на полдник. Ограничьте выбор 2 – 3 вариантами.
- Во время игры с другими детьми позвольте ребенку самостоятельно разобраться с проблемами, но будьте при этом неподалеку, чтобы помочь в случае необходимости.
- Поощряйте ребенка использовать слова, делиться игрушками и во время игры выбирать игры по очереди.
- Давайте ребенку игрушки, стимулирующие воображение, одежду для переодевания (маскарадные костюмы?), кухонные наборы, кубики.
- Правильно стройте свою речь. Вместо «Мамочка хочет, чтобы ты подошел», скажите «Я хочу, чтобы ты подошел».
- В разговоре о повседневной деятельности используйте слова «сначала», «затем» и «наконец». Это поможет ребенку узнать о последовательности действий.
- Не старайтесь сразу ответить на вопросы ребенка с «почему». Если вы не знаете ответ, скажите «Я не знаю», или помогите ребенку найти ответ в книге, сети Интернет, или у другого взрослого.
- Когда вы читаете книгу ребенку, попросите его рассказать вам, что произошло в истории.
- Называйте цвета в книгах, картинках и домашних предметах. Занимайтесь счетом, считайте печенье, ступеньки, вагончики в игрушечных поездах.
- Учите ребенка играть в игры на свежем воздухе, например, догонялки.
- Поставьте любимую музыку ребенка и потанцуйте с ним. По очереди подражайте движениям друг друга.

Не откладывая, обращайтесь к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- Не может прыгать на месте.
- Испытывает затруднения при письме.
- Не показывает интереса к играм с макияжем и 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.

Сообщите своему детскому врачу либо медсестре, если вы заметили любой из перечисленных признаков возможной задержки развития в этом возрасте, и поговорите с ответственным за предоставление услуг детям в вашей местности, например услуги раннего вмешательства в вашем регионе.