**ГКУСО ВО «Владимирский социально-реабилитационный центр**

**для несовершеннолетних»**

**Региональный информационно-методический центр ранней помощи**

**Методические рекомендации**

**«Руководство по наблюдению**

 **за здоровьем детей от 2 месяцев до 4-х лет»**



**2020 год**

**«Подари себе солнце»**

Каждый любящий родитель пытается дать своему ребенку максимальное количество любви, ласки и заботы. Конечно же, каждый мечтает, чтобы его ребенок вырос здоровым, сильным и хорошим человеком. Здоровье человека в периоде раннего детства является определяющим для его развития на протяжении всей последующей жизни. Каждый месяц у малыша должны появляться новые навыки, которые помогают определить его нормальное развитие.

**Вашему младенцу исполнилось 2 месяца.**

*1) Что обычно делают младенцы в этом возрасте:*

- Может ненадолго успокоить сам себя (сосет палец).

- Начинает улыбаться другим людям.

- Пытается смотреть на родителей.

- Гулит.

- Поворачивает голову в сторону звука.

- Обращает внимание на лица.

- Показывает признаки утомления (плачет, капризничает).

 - Может держать голову и начинает приподнимать ее, лежа на животе.

*2) Тревожные признаки!*

Не откладывая, обратитесь в Службу ранней помощи или 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 голову, когда отжимается, лежа на животе.

**Вашему младенцу исполнилось 4 месяца.**

*1) Что обычно делают младенцы в этом возрасте:*

- Непроизвольно улыбается, особенно людям.

- Подражает движениям и мимике, например, улыбается или хмурится.

- Начинает лепетать.

- Координирует деятельность глаз и рук, например, видит игрушку и тянется за ней.

- Отслеживает глазами предмет, движущийся из стороны в сторону.

- Внимательно наблюдает за лицами.

- Устойчиво держит голову без поддержки.

- Отталкивается ногами, когда они находятся на твердой поверхности.

- Может перевернуться с живота на спину.

- Может держать игрушку и трясти ее, а также раскачивает подвешенные игрушки.

- Тянет руки ко рту.

- Приподнимается на локтях, лёжа на животе.

*2) Тревожные признаки!*

Не откладывая, обращайтесь в Службу ранней помощи или к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- Не следит за движущимися предметами.

- Не улыбается людям.

- Не может устойчиво держать голову.

- Не лепечет и не издает звуки.

- Не тянет предметы ко рту.

- Не отталкивается ногами от твердой поверхности.

- Испытывает затруднения при движении одного или обоих глаз во всех направлениях.

**Вашему младенцу исполнилось 6 месяцев.**

*1) Что обычно делают младенцы в этом возрасте:*

- Узнает знакомые лица и начинает распознавать незнакомых людей.

- Отвечает на эмоции других людей и часто кажется счастливым.

- 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.

- Тянет предметы в рот.

- Начинает перекладывать предметы из одной руки в другую.

- Стоя, переносит вес на ноги и может балансировать.

- Начинает сидеть с поддержкой.

*2) Тревожные признаки!*

Не откладывая, обратитесь в Службу ранней помощи или к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- Не реагирует на окружающие звуки.

- Испытывает проблемы с поднесением предметов ко рту.

- Выглядит пассивным, как плюшевая игрушка.

- Не издает гласных звуков.

- Не перекатывается в каком-либо направлении.

- Не смеется и не издает визжащих звуков.

- Выглядит очень напряженным.

**Вашему младенцу исполнилось 9 месяцев.**

*1) Что обычно делают младенцы в этом возрасте:*

- Может пугаться незнакомых людей.

- Может быть «прилипчивым» со знакомыми взрослыми.

- У него есть любимые игрушки.

- Понимает слово «нет».

- Издает много различных звуков, например «мамамама» или «бабабаба».

- Подражает звукам и жестам других людей.

- Использует палец, чтобы указать на предметы.

- Следит за траекторией падения предмета.

- 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.

- Стоит прямо.

- Сидит с поддержкой.

- Ползает.

- Может перейти в сидячее положение.

- Тянется, чтобы встать.

*2) Тревожные признаки!*

Не откладывая, обратитесь в Службу ранней помощи или к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- Не переносит свой вес на ноги с поддержкой.

- Не сидит с помощью других.

- Не лепечет.

- 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.

**Вашему ребенку 1 год.**

*1) Что обычно делают дети в этом возрасте:*

- 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.

- Повторяет звуки и действия, чтобы привлечь внимание.

- Подает руку или ногу, чтобы помочь при одевании.

- Играет в такие игры, как «ку-ку».

- Реагирует на простые устные просьбы.

- Использует простые жесты, например, качает головой при отрицании, машет «пока - пока».

- Говорит «мама», «папа», издает краткие восклицания «ух-ох».

- Пытается повторять произнесенные вами слова.

- Исследует предметы различными способами: трясет, бросает, стучит.

- Подражает жестам.

- 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».

- Самостоятельно занимает сидячее положение.

- Тянется, чтобы встать, ходит, держась за мебель.

- Может самостоятельно стоять.

*2) Тревожные признаки!*

Не откладывая, обратитесь в Службу ранней помощи или к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- Не ползает.

- Не может стоять с поддержкой.

- 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.

**Вашему ребенку 18 месяцев (1,5 года).**

*1) Что обычно делают дети в этом возрасте:*

- Любит в качестве игры передавать предметы другим.

- Может устраивать истерики.

- Может пугаться незнакомых людей.

- Указывает пальцем, чтобы показать другим на что-то интересное.

- Самостоятельно исследует окружение, если рядом находятся родители.

- Говорит несколько простых слов.

- Качает головой и говорит «нет» при отрицании.

- Показывает пальцем, чтобы показать другим, что он хочет.

- Знает, для чего используются обычные предметы, например, телефон, расческа, ложка.

- Выполняет простые устные просьбы, не подкрепленные жестами, например садится, кода вы говорите: «Сядь».

- Самостоятельно ходит.

- Может помогать при раздевании.

- Пьет из чашки.

- Ест с помощью ложки.

*2) Тревожные признаки!*

Не откладывая, обратитесь в Службу ранней помощи или к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- Не может ходить.

- Не знает, для чего используются знакомые предметы.

- Не подражает другим.

- Не вводит в речь новые слова.

- Разучился делать то, что делал раньше.

**Вашему ребенку 2 года.**

*1) Что обычно делают дети в этом возрасте:*

- Подражает другим, особенно взрослым и старшим детям.

- Приходит в возбуждение с другими детьми.

- Провоцирует (делая то, что ему не разрешают).

- Следует простым указаниям.

- Повторяет слова, услышанные в разговоре.

- Начинает сортировать предметы по цвету и форме.

- Строит башни из 4-х и более кубиков.

- Выполняет инструкции из 2 шагов: «Подними туфли и поставь их в шкаф».

- Называет предметы в книге с картинками (например, кошка, собака, птица).

- Начинает бегать.

*2) Тревожные признаки!*

Не откладывая, обратитесь в Службу ранней помощи или к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- Не подражает словам и действиям.

- Не выполняет простые указания.

- Не ходит устойчиво.

- Разучился делать то, что делал раньше.

**Вашему ребенку 3 года.**

*1) Что обычно делают дети в этом возрасте:*

- Подражает взрослым и своим друзьям.

- Выказывает привязанность к друзьям без подсказки.

- Проявляет заботу о плачущем друге.

- Самостоятельно одевается и раздевается.

- Понимает значение слов «мой», «его», «её».

- Легко различает маму и папу.

- 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.

- Составляет пазлы из 3 – 4 частей.

- Перелистывает по одной страницы в книге.

- Строит башни более чем из 6 кубиков.

- Легко бегает.

*2) Тревожные признаки!*

Не откладывая, обратитесь в Службу ранней помощи или к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- 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 желает играть с другими детьми и игрушками.

- Разучился делать то, что делал раньше.

**Вашему ребенку 4 года.**

*1) Что обычно делают дети в этом возрасте:*

- Любит заниматься новыми видами деятельности.

- Больше предпочитает играть с другими детьми, а не самостоятельно.

- Говорит о том, что ему нравится и в чем он заинтересован.

- Рассказывает истории.

- Может назвать свои имя и фамилию.

- Называет некоторые числа и цвета.

- Понимает смысл счёта.

- Начинает понимать, как определять время.

- Запоминает части историй.

- Понимает смысл «такой же», «отличающийся».

- Использует ножницы.

- Играет в игры с карточками и игровой доской.

- Говорит, что, по его мнению, должно произойти дальше в книге.

*2) Тревожные признаки!*

Не откладывая, обратитесь в Службу ранней помощи или к своему лечащему врачу, если ваш ребенок:

- 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.

Если выявляется отсутствие или отставание в появлении навыков родителям рекомендуется уделить более пристальное внимание развитию ребенка. При каждом посещении доктора, наблюдающего за ребенком, следует обсуждать с ним этапы, пройденные в развитии и то, чего следует ожидать в ближайшем будущем. Необходимо сообщить детскому врачу либо медсестре, если вы заметили любой из перечисленных признаков возможной задержки развития в этом возрасте.

Чтобы обеспечить своему ребёнку гармоничное развитие и полноценную жизнь в будущем, нужно начинать с самого рождения.

Список литературы:

1. «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.

2. «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.

3. Борисенко, М. Г. Гармоничное развитие ребенка от года до трех лет. Практическое руководство по диагностике и развитию малыша / М.Г. Борисенко, Н.А. Лукина. - М.: Литера**,** 2012. **– 558 с.**

4. Казьмин, А. М. Дневник развития ребенка от рождения до 3 лет / А.М. Казьмин, Л.В. Казьмина. - М.: Когито-Центр, 2008. - **951**c.

5. Щеглова, Ю. В. 99 практических советов по развитию ребенка / Ю.В. Щеглова. - М.: Феникс, 2007. - 192 c.