

Навыки ребенка от 0 до 12 месяцев

Что должен уметь ваш ребенок? Жирным выделены приоритетные навыки, 3–4 из которых среднестатистический ребенок осваивает в этом возрасте. Важна картина в целом, а не конкретные умения.

Важно знать: все малыши разные, и необходимые умения могут приходиться в разное время. Главное, чтобы навык был освоен в принципе.

1 месяц



- плавно следит за предметами
- прислушивается к голосам
- выполняет гримасу улыбки
- **лежа на животе, пытается приподнять голову**
- поворачивает голову к свету
- реагирует на звук
- **двигает активно руками и ногами**

4 месяц



- узнает маму и папу
- **громко смеется в ответ на разговор**
- **захватывает игрушки, ощупывает их**
- **пробует предметы «на зуб»**
- **переворачивается на живот**
- следит за движениями родителей
- проявляет «пищевой интерес», тянется за едой родителей
- **гулит**

2 месяц



- **долго смотрит на неподвижные предметы**
- продолжительно следит за движущейся игрушкой
- поворачивает голову в сторону голоса /громкого длительного звука
- **отвечает улыбкой на голос/разговор**
- начинает смеяться
- **лежа на животе, поднимает и непродолжительное время удерживает голову**

5 месяц



- отличает близких, пугается незнакомых людей
- узнает голос мамы
- **берет погремушку из рук взрослого, удерживает ее**
- **долго лежит на животе, опираясь на ладони и поднимая корпус**
- **быстро переворачивается со спины на живот**
- может перекатываться по поверхности

3 месяц



- рассматривает ручки, обхватывает их и сцепляет в замок
- оживленно реагирует на разговор
- **пытается захватить игрушки**
- **лежит на животе до нескольких минут опираясь на предплечья**
- **уверенно удерживает голову**
- **переворачивается на бок и с живота на спину**
- издает протяжные звуки в ответ на голоса
- **улыбается**

6 месяц



- **при тракции (вытяжении) за руки пытается встать**
- **продолжительно лепечет (говорит отдельные слоги), «поет»**
- **удерживает круглые предметы, уверенно берет игрушки, перекладывая их из руки в руку**
- **передвигается, переставляя руки: вперед, назад крутится на месте**
- **пытается стоять на четвереньках, раскачивается**
- **выражает эмоции смехом и плачем**
- **активный пищевой интерес, ест с ложки густую пищу**
- самостоятельно удерживает грудь/бутылочку



7 месяц

- уверенно сидит, опирается на ручки
- **занимается игрушками, стучит, бросает, размахивает**
- **стоит на четвереньках**
- ползает в разных направлениях
- начинает понимать обращение к себе
- подолгу лепечет
- пьет из чашки с помощью взрослого
- проявляет недовольство, требует



8 месяц

- держится за барьер, пытается встать
- **встает на колени**
- **самостоятельно садится, ложится**
- подражает действиям взрослого (толкает мяч/машинку, стучит)
- произносит повторные слоги
- пытается самостоятельно есть ложкой



9 месяц

- **по просьбе выполняет действия («ладушки», машет ручкой)**
- **стоит у опоры/барьера**
- «приплясывает»
- **«работает» с предметами (нажимает, катает, гремит)**
- находит предметы по просьбе взрослого
- подражает речи и действиям взрослого
- пьет из чашки, придерживая ее



10 месяц

- **ходит вдоль опоры приставными шагами**
- делает первый шаг вперед
- **понимает просьбу «дай», находит и дает знакомые предметы**
- «заигрывает», выполняет заученные действия
- **реагирует на взрослого, опасается, тянет ручки**
- «работает» ложкой



11 месяц

- **погружает ложку в еду, подносит ко рту**
- радуется приходу взрослых
- **самостоятельно уверенно стоит**
- **ходит с опорой или поддержкой (за палец взрослого).**



12 месяц

- **самостоятельно ходит и изучает новое пространство, отталкивает маму**
- **произносит первые простые слова (15–20 слов) и предложения, умеет требовать**
- пытается бегать
- контактирует с детьми
- умеет есть ложкой, не теряя еду
- пытается накалывать еду на вилку
- **строит пирамидку, складывает/разделяет игрушки по просьбе взрослого**



Олеся Владимировна Сеничкина
врач-педиатр родильного дома ГКБ №29

Отставание на два месяца — норма, далее врач рекомендует упражнения или массаж, которые помогают 99% детей. На первом году жизни моторное развитие важнее когнитивного. Не надо ограничивать пространство для исследования. Шезлонги, коконы, манежи — от них хорошо только маме.

Форсировать развитие тоже нельзя (например, ставить на ноги или заставлять ходить). Родитель делает с малышом только то, что тот умеет сам. Ребенок должен самостоятельно пройти все этапы моторного развития.