

ВСЕСТОРОННЕЕ РАЗВИТИЕ РЕБЁНКА 12 МЕСЯЦА ЖИЗНИ

В двенадцать месяцев вес ребенка должен быть 10-10,6 кг, его рост около 76-77 см.

Не нужно беспокоиться, если показатели роста и веса вашего малыша отличаются от вышеприведенных. Потому, что все дети разные и в первую очередь родители должны посмотреть на себя, бабушек и дедушек, и других родственников. Дело в том, что в ребенке заложены все конституционные особенности. Спросите у бабушки или дедушки, какими вы были в этом возрасте, сколько было зубов, умели ли вы говорить.

Количество молочных зубов у детей, которым исполнился годик, тоже может быть разное.

Существует формула, с помощью которой можно посчитать, сколько молочных зубчиков должно быть у ребенка в определенном возрасте. Эта формула очень проста: количество молочных зубчиков должно быть на 4 меньше, чем возраст ребенка в месяцах. Т.е. к одному годiku (12 месяцев) у малыша должно быть 8 зубчиков. Это 4 верхних зубчика и 4 нижних. С помощью данной формулы и включительно до двух лет (24 месяца), родители могут определять количество зубов, которое должны быть у малыша. Каждый ребенок индивидуален в своем развитии и формула показывает только ориентировочное число.

Двигательная активность

Каждые три из пяти малышей в возрасте двенадцати месяцев начинают **ходить**. Но, если ребенок начал недавно уверенно стоять, пойти он может позже - даже в полтора года. Еще позднее начинают ходить дети с лишним весом и так называемые "лимфатики", которые за темпераментом очень спокойные, неторопливые и рассудительные. Если дочка или сын к этому времени не сделали ни одного самостоятельного шага, не нужно беспокоиться – со временем они догонят своих сверстников. Но если ребенок в год не ходит и, даже не сидит, причину этому нужно обязательно искать вместе с врачом.

Малыш крепко стоит на ножках, но ходит еще неуверенно. Он широко расставляет ножки, идет, шатаясь из стороны в сторону, иногда садится на попу. Но его заинтересованность и настойчивость берут свое, и с каждой новой попыткой ребенок улучшает свои результаты. Не обойдутся первые шаги и без падений и "шишек" на лбу. Если малыш падает, не нужно его

постоянно жалеть, тем самым распускать "нюни" и воспитывать плакуна и не уверенного в себе человека. Лучшее сделать вид, что ничего не случилось и заинтересовать, отвлечь ребенка чем-нибудь интересным (игрушкой, книжкой и т.д.). Нужно **хвалить** малыша и **вызывать** у него желание ходить, можно даже слегка заставлять, если он от этого отказывается! Бывает, что малыш начинает ходить и разговаривать одновременно. В этом случае он концентрируется определенно на одном, к примеру, на развитии речи, тогда навыки ходьбы будут развиваться немного медленнее.

В возрасте 12 месяцев малыши проявляют желание кушать самостоятельно. Поэтому, не удивляйтесь, если ребенок совсем не хочет есть еду, которую вы ему предложили. Но стоит малышу дать ложку, как тарелка сразу же становится пустой.

Двигательная активность ребенка чрезвычайно велика, особенно, когда он начинает самостоятельно ходить. Ребенок настойчиво ходит по всем комнатам, так что, вам бывает сложно за ним поспеть. Именно поэтому ребенок мало набирает в весе – вся энергия выходит в движении. Если у вас есть желание избавиться лишнего веса – берите пример со своего чада.

Восприятие окружающей среды

С каждым днем ребенок все больше узнает окружающий мир, различает вкусы и запахи. Благодаря этому у малыша появляются любимые блюда, запахи, игрушки, а также симпатии и антипатии к некоторым людям. Ребенок любит **общение, компанию**, он с удовольствием играет вместе с мамой и папой – складывает игрушки, катит мячик, "читает" книжки и с удовольствием дублирует действия других.

Развитие речи ребенка

Словарный запас остается то же или же незначительно увеличивается. Но пассивный словарь у ребенка постоянно дополняется.

Малыш с легкостью покажет каждого члена семьи, если назвать его по имени, покажет на определенный предмет (например, телевизор, стол, окно и т. д.), покажет действия, которые вы ему предложите (как умывается, ложиться спать, машет ручкой "пока-пока" и т.д.). "Активная" речь может появиться несколько позже.

Игры ребенка

Благодаря ежедневным играм, ребенок познает окружающий мир. Если ваша дочка играет машинками, а сыну больше нравятся куклы – не нужно их ругать. Ведь



игрушки не разделяются на "только для мальчиков" или "только для девочек" для маленьких деток это просто игрушки.

Самой интересной игрой для ребенка, которому исполнился один год, становится **имитация звуков и поведения животных**, малыш с радостью повторяет ваши действия и движения. Пришло время приобрести игрушечную посудку, стиральную машину, телефон и т.д.

Главные задачи в воспитании ребенка в 12 месяцев:

Усовершенствование ходьбы.

Развитие речи.

Отработка гигиенических навыков.

Учите ребенка ходить и усовершенствовать его навыки в ходьбе. Подзывайте его к себе с разных расстояний, при этом называйте малыша по имени.

Нужно заниматься с ребенком каждый день, пополнять его словарный запас: называйте имена других детей, взрослых (называйте по имени маму, папу, бабушку, дедушку), называйте новые предметы, фрукты, овощи. Можно дополнять рассказы картинками с изображениями фруктов, предметов, животных. Ваш язык, должен быть понятным ребенку - правильно выговаривайте слова, не искажайте их, говорите четко, кратко, выразительно, но не громко.

Занимайтесь массажем и гимнастикой, отрабатывайте гигиенические навыки. Обязательно придерживайтесь режима дня.

Игрушки ребенка

Ребенок знакомится с окружающим миром, поэтому игра занимает важное место в его жизни. Для этого предлагаем следующие игрушки: кубики, мягкие игрушки, мячики, детские книжечки (с плотными страницами), картинки, заводные машинки.

Не смотря на всю вашу заботу, нужно давать малышу возможность играть **самостоятельно**, без взрослых.

Физические навыки

За месяц вес ребенка увеличивается на 350-300 г.

Рост увеличивается на 1,5-2 см.

Сенсорно-моторные навыки

Играет в положении "сидя", если нужно поднимается, при этом за что-нибудь держится.

Знает, как правильно использовать такие игрушки как молоток, телефон, расческа и т. д.

Использует разные комбинации для передвижения (ползание, хождение).

В игре отдает предпочтение какой-то одной руке.

Постепенно начинает ходить без поддержки.

Умеет ходить по ступенькам вверх-вниз.

Самостоятельно может вылезть с коляски или манежа.

Интеллектуальные навыки

Ребенок может говорить простые словосочетания, которые состоят из двух слов, например, "мама да".

Узнает животных на картинках к книжке.

Малыш больше понимает указания и то, что ему говорят.

Помнит события на протяжении длительного времени.

Социальные навыки

Остро реагирует на отсутствие родителей.

С удовольствием играет в действенные игры, в которых объекты пребывают в движении.

Хитрит, может требовать от родителей помощи больше, чем нужно на самом деле.

Проявляет чувство юмора.

Требует любимую игрушку (куклу, плюшевого мишку, собачку), для того чтобы "вместе" кушать, купаться и спать.

Закаливание ребенка

Температура воздуха в комнате ребенка должна быть в пределах 19-20°C. Регулярно проветривайте комнату. Летом малыш должен спать с открытой форточкой.

Прогулки с ребенком

Ваш малыш должен больше времени проводить на свежем воздухе. Летом по 3 – 3,5 часа три раза в день, зимой по 2,5 – 3 часа. Желательно, чтобы весь дневной сон малыш проводил на свежем воздухе.

Купание ребенка

Годовалого ребенка купать необходимо **через день**. Длительность купания - около 10 минут, температура воды для купания - 33°C, температура воздуха в комнате - около 21°C. После купания малыша можно обливать водой, температура которой на один-два градуса ниже.

Каждое утро умывайте малышу личико, мойте ручки, а вечером, перед сном мойте и ножки. Ежедневное мытье ног - прекрасное профилактическое средство против

простудных заболеваний. Для этой процедуры используют обычную воду, температура которой должна быть в пределах 30-32°C.

Воздушные ванны

Рекомендуется проводить воздушные ванны два раза в день по 30 минут при температуре воздуха в комнате 18-19°C. Когда переодеваете ребенка можно делать воздушные ванны по 5-6 минут.

Водные обливания

Выполняйте водные обливания после занятий гимнастикой и массажем.

Гимнастика и массаж для здоровья вашего малыша

В комплекс массажа и гимнастики входят следующие упражнения:

Движения руками по кругу держась за подвешенные кольца.

Сгибание и разгибание ног вместе и попеременно.

Поднимание тела с положения на животе к вертикальному положению, держась за подвешенные кольца.

Наклоны и выпрямления туловища.

Приседания за отведенную в сторону руку.

Сгибание и разгибание рук, сидя и стоя, удерживаясь за подвешенные кольца.

Скользкие шаги.

Приседания, удерживаясь за подвешенные кольца (упражнения для рук).

Массаж живота.

Массаж спины.

Занимайтесь с Вашим малышом гимнастикой и массажем каждый день, делайте каждое упражнение 5-7 раз на протяжении 10 минут.

БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

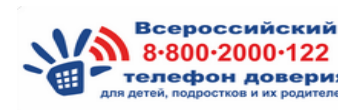
**«Республиканский центр
психолого-педагогической помощи
населению «СоДействие»»**



**ВСЕСТОРОННЕЕ РАЗВИТИЕ
РЕБЁНКА 12 МЕСЯЦА ЖИЗНИ**

НАШ АДРЕС:

УР, 426039, г. Ижевск,
Воткинское шоссе, 110 а
Тел. 44-16-35, 44-40-88



Email: social95@minsoc18.ru

Сайт: sodeistvie18.ucoz.net

Мы работаем для Вас:

Пн – Чт с 8.30 до 20-00

Пт с 8.30 до 19-00

Обед с 12-00 до 12-30

Ижевск, 2016 г.