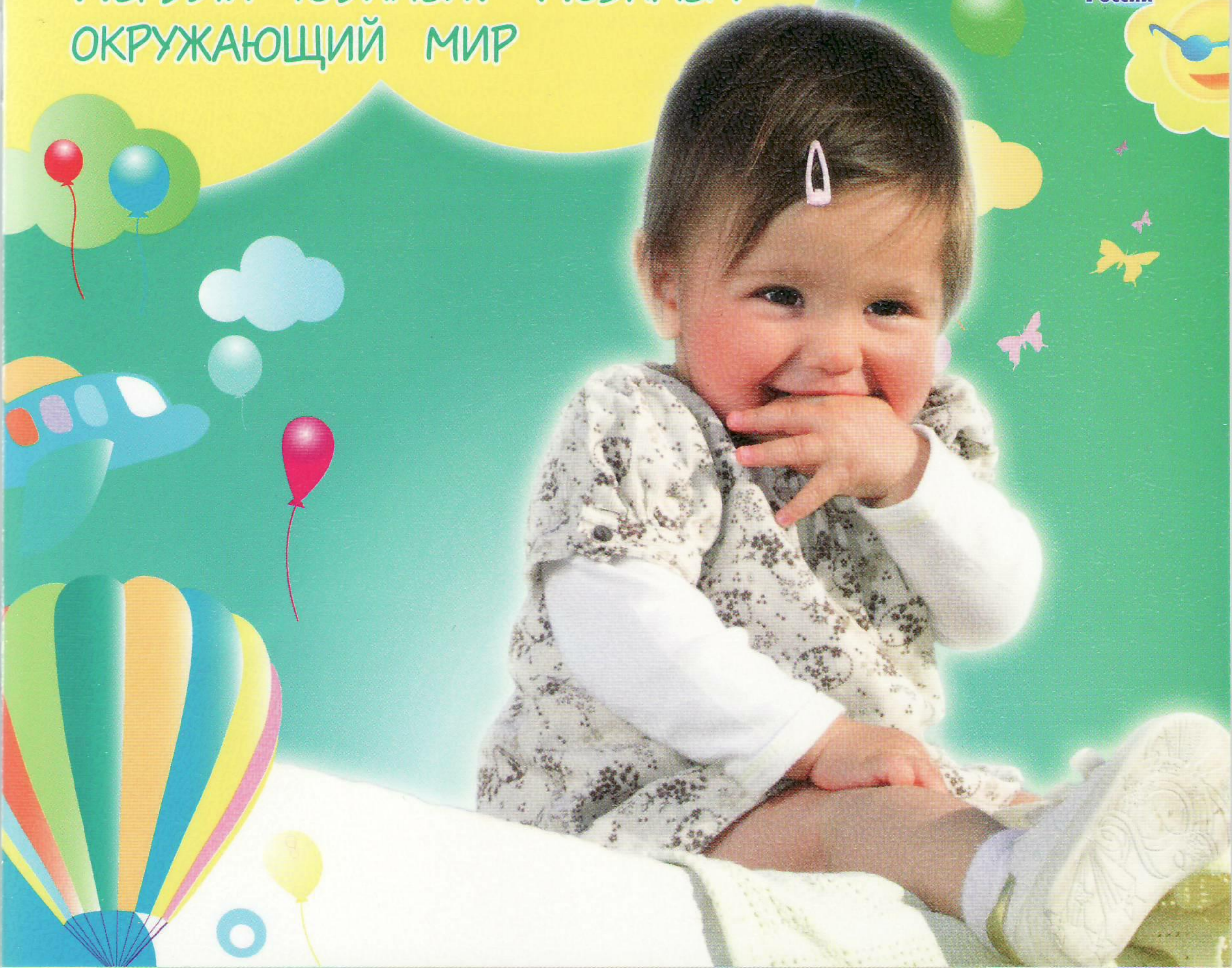


ВАШ МАЛЫШ

1-1,5 ГОДА:
ПЕРВЫЙ ЮБИЛЕЙ. ПОЗНАЕМ
ОКРУЖАЮЩИЙ МИР



Союз
педиатров
России





СОДЕРЖАНИЕ

Развитие ребенка до полутора лет	3
Накопление словарного запаса	4
Познание окружающего мира	5
Падения, падения... ..	6
Ребенок учится есть самостоятельно	7
Питание ребенка	8
Игра и ее значение	10
Игры в воде	12
Игры в песочнице	12
Дисциплина и режим	13
Воспитание воли	17
Здоровье ребенка	19
Необходимые прививки	20

ВОТ И ПЕРВЫЙ ЗНАЧИТЕЛЬНЫЙ ЮБИЛЕЙ: ВАШЕМУ МАЛЫШУ ИСПОЛНИЛСЯ ГОДИК.

Как быстро прошло время – кажется, совсем недавно вы принесли из роддома маленький кричащий комочек, а теперь это вполне самостоятельный любознательный человечек. В этом возрасте детям интересно все – они активно познают мир, они любопытны, открыты всему новому и способны учиться. И очень важно поддержать это желание, ведь только так из малыша вырастет Человек.

В этой книжке особое внимание мы уделим воспитанию и развитию маленького человечка. Также мы поговорим о правильном питании и важности режима, об играх и, конечно же, о здоровье малыша.



Но, как обычно, мы начнем с того, что малыш должен уметь делать в год.

РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА ДО ПОЛУТОРА ЛЕТ

В возрасте ребенка от года до 3-х лет довольно четко прослеживаются три периода. Вы должны обратить внимание на это разделение, поскольку знание возрастных периодов поможет вам выбрать правильную тактику при уходе и воспитании малыша.

Первый период – от года до полутора лет. «Искорка» – так теперь можно назвать ребенка: в это время в нем зарождаются первые навыки мыслящего существа, он начинает думать, соотносить одно с другим, радоваться и печалиться, сострадать и любить. Главное в этот период – не гасить интерес, случайно, нечаянно не задеть эту открытость миру – от нее многое сейчас зависит. Ребенок, начавший ходить, становится гораздо

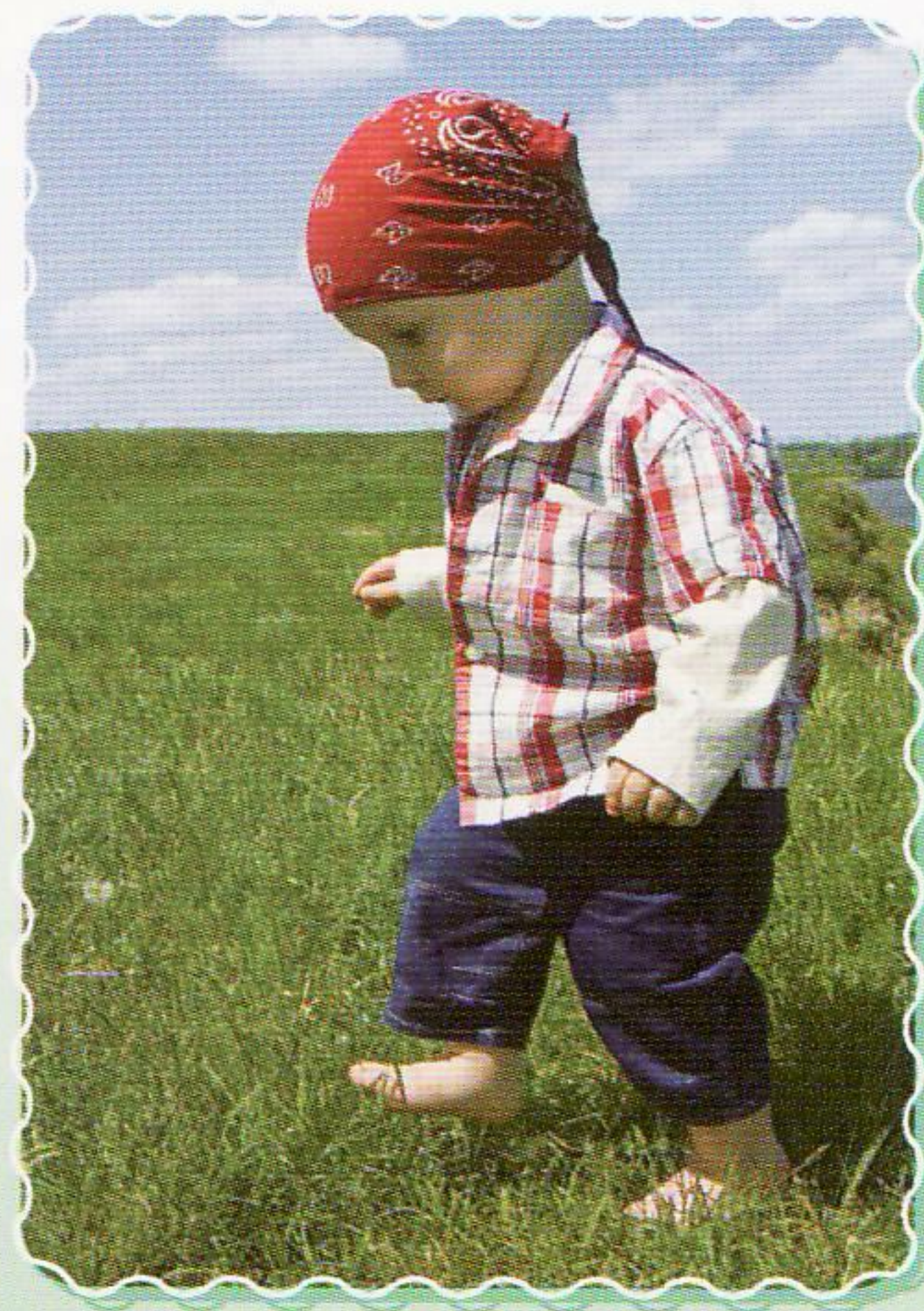
самостоятельнее, чем раньше; в этом возрасте он – исследователь; он лезет всюду, набивает себе шишки, и его не удержать. В этом же возрасте ребенок начинает говорить.

НАКОПЛЕНИЕ СЛОВАРНОГО ЗАПАСА

Сразу после года малыш начинает произносить все новые и новые слова. Он еще не скажет вам фразу, да и слова, что посложнее, произносит неправильно, но вы уже знаете, что он имеет в виду. Это период накопления словарного запаса, ребенок запоминает слова. И если он долгое время не произносит какое-либо слово, это не значит, что он его забыл. Нет, оно уже отложилось в «ящичке памяти».

Ваша задача – как можно больше заниматься с малышом, разговаривать с ним, сопровождая комментариями свои и его действия, по несколько раз называя незнакомые предметы, объясняя их назначение... Дитя – это ваш храм; что вы в него вложите, то в нем и останется. Основы вашего воспитания останутся с ним навсегда: какими бы ни были жизненные перипетии – умственного развития, знаний у вашего ребенка никто не отнимет. Фундамент этого развития, знаний закладываете вы. В голове у вашего ребенка, как и у всякого человека, уже присутствует некая модель мира, и совершенствовать эту модель ему предстоит всю жизнь. В соответствии с этой моделью строится поведение вашего малыша, а впоследствии будет строиться и весь образ его жизни.

Закладывая в ребенка знания, воспитывая его, вы обогащаете его представления о мире и тем самым очень облегчаете малы-

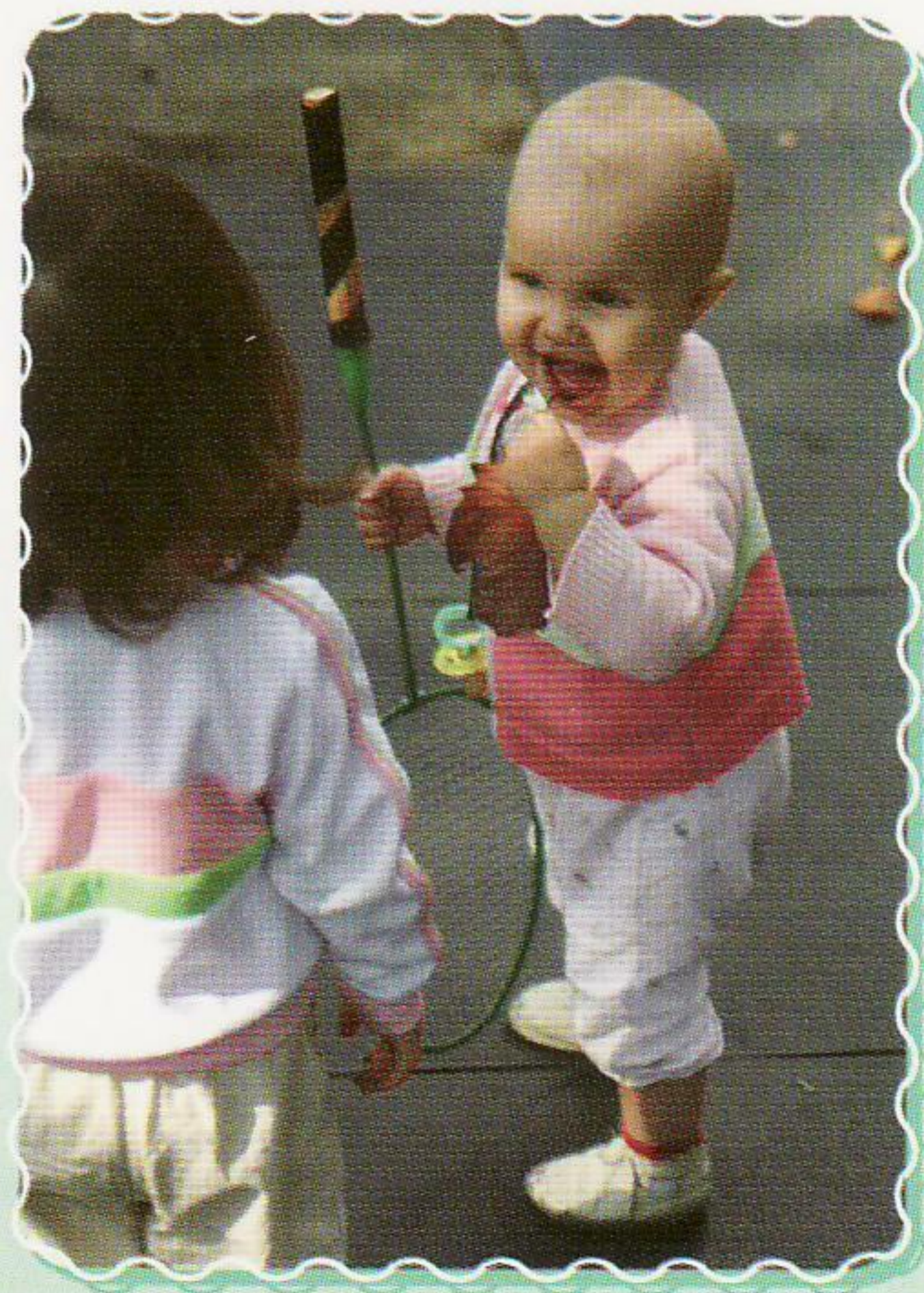


шу жизнь. Не огорчайтесь, что ваш ребенок говорит еще только отдельные слова и не строит фразы. Это нормально для его возраста. Вы можете убедиться, насколько хорошо он вас понимает: попросите малыша принести пирамидку, и он принесет ее вам, скажите положить пирамидку – и он положит.

ПОЗНАНИЕ ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА

Едва проснувшись, ребенок выбирается из кроватки. Лежать, как он лежал прежде, уже скучно. Вокруг так много интересного! Не мешайте ребенку познавать мир, не говорите ему на каждом шагу: «Этого нельзя!», «Того нельзя!», «Не трогай!» и т.д. Если чего-то ребенку действительно нельзя, например играть с папиной зажигалкой, то, значит, зажигалка не должна попадаться ему на глаза. Все, что ребенок видит, он непременно захочет потрогать, подвигать, перевернуть – посмотреть, что будет. Помогите ему в его исследованиях, поучаствуйте. Заодно будете держать его исследования под контролем. Если малыш хочет забраться в шкаф – забирайтесь с ним в шкаф, хочет повытаскивать ящики стола – вытаскивайте ящики стола.

Ребенок – полноправный член вашей семьи; он тоже хочет знать, где у вас что лежит. Его время драгоценно: взрослый человек не способен обрести столько знаний за единицу времени, сколько может ребенок. Поэтому должно быть обидно, если ребенок теряет время, слыша очередное «Нельзя!». Малыш все меньше спит и все больше бодрствует. Днем он спит только один раз – в послеобеденное время. Чем же он занят во время бодрствования? Конечно же, играми.



Ребенок в этом возрасте способен играть не только с игрушками, но и со всеми предметами, попадающими ему в руки: с тарелками, с молотком, с часами, с кошельком и т.д. Вы понимаете, что не все предметы подходят для игр, но не спешите отнимать их у малыша – нужно же ему приобретать практические навыки, нужно знакомиться с миром предметов. Ребенок приобретает навыки тем быстрее, чем больше новых предметов попадается ему в руки.

Дайте ребенку книгу, которую читаете, и научите обращаться с ней аккуратно. Ваш малыш довольно быстро приспособится перелистывать страницы. Дайте ему чашку и кубик, и он порадует вас умением ловко вкладывать кубик в чашку. Задумайтесь над тем, какие новые практические навыки вы могли бы дать своему ребенку.

ПАДЕНИЯ, ПАДЕНИЯ...

Кроме постижения мира ребенок после года быстро постигает премудрости ходьбы. И, конечно же, часто падает. А вы всякий раз бросаетесь к нему на помощь и – поступаете неправильно. Еще А.М. Горький говорил своему сыну: «Падая и поднимаясь, ты растешь, мой мальчик». Не переживайте, что ребенок часто падает: он не сильно ушибается, поскольку еще слишком легок, и переломы ему не грозят (косточки его, содержащие много органики, очень гибки). А поднимаясь, малыш развивает, тренирует мышцы.

Во время падений, как во время любого движения, развивается и совершенствуется чувство равновесия (задействуется вестибулярный аппарат), ребенок набирается опыта в плане ориентации в пространстве. Упал – пусть поднимется сам. Ваше неучастие в этом имеет большое воспитательное значение. Малыш должен при-



выкнуть сам справляться со своими трудностями. Иначе в будущем он будет постоянно оглядываться на вас, ожидая помощи. Единственное, что от вас требуется, это поддерживать морально, словом. Если малыш разнервничался, успокойте его, ободрите. Умейте поддержать его хорошее настроение. Но не сюсюкайте, разговаривайте с ребенком, как с одним из взрослых.

РЕБЕНОК УЧИТСЯ ЕСТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО

По своему развитию малыш после года вполне способен сам управляться с ложкой. Если он еще не ест самостоятельно, активизируйтесь в этом направлении. Некоторые дети способны пользоваться ложкой уже до года.

Что нужно делать, чтобы ребенок поскорее научился есть сам? Ничего особенного не нужно. Просто не делайте из ложки запретного предмета. Если ребенок схватил ее, пусть поиграет с ней, пусть изучит. Он уже знает назначение ложки и, подражая вам, попробует ее использовать. Первые попытки, конечно, будут неудачными, но малыш быстро освоит науку.

Вы же будьте терпеливы, не браните ребенка, если он слишком вымазался в каше. К 15-месячному возрасту большинство детей вполне осваиваются с ложкой и владеют ею если не виртуозно, то во всяком случае достаточно уверенно, чтобы обходиться при еде без вашей помощи.

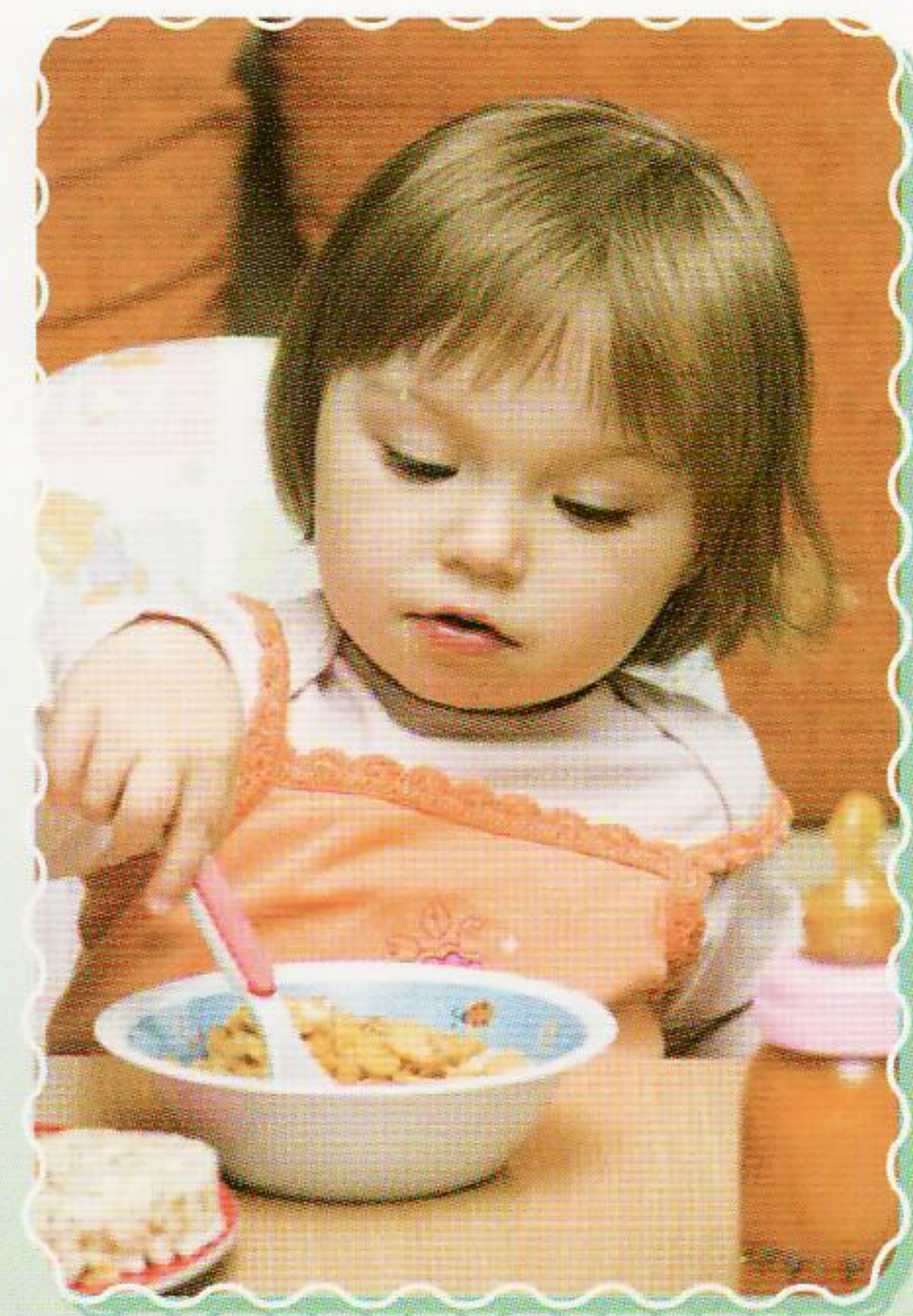
Вы заметили, что ваш ребенок склонен баловаться за столом, отвлекается или начинает играть с едой? Попробуйте пресекать эту нехорошую манеру следующим образом: заберите у малыша еду, спрячьте тарелку. Точно так же поступите и в следующий раз. Ребенок быстро сообразит, что баловство ему «не на руку».



ПИТАНИЕ РЕБЕНКА

Диета ребенка в этом полугодии сохраняет все черты переходной – малыш постепенно приобщается к стилю питания, традиционному для взрослых людей. В возрасте 1-1,5 года многие дети легко переходят на четырехразовое питание (завтрак, обед, полдник, ужин), но некоторые малыши все еще тяготеют к пятому (ночному) кормлению. Общий суточный объем блюд в это время обычно составляет приблизительно 1000-1200 мл. Согласно рекомендациям детских диетологов, он должен содержать 45-50 г белков и такое же количество жиров, а также около 160 г углеводов. Общая энергетическая ценность рациона – до 1300 ккал.

Рацион ребенка в возрасте от года до полутора лет включает блюда, ставшие привычными малышу в конце первого года жизни, и, разумеется, новые для малыша продукты. Вариабельность меню может быть значительной, но не следует забывать о некоторых важных моментах – сохраняющейся актуальности молочных продуктов, например. По мнению детских диетологов, в этом возрасте малыш обязательно должен получать таковые ежедневно (в объеме 500-650 мл). Приведенные цифры – это, конечно же, не цельное молоко или кефир, которые должны быть выпиты малышом в течение суток, а так называемый «молочный эквивалент». К ценным (высокобелковым) молочным продуктам относятся и свежий творог (рекомендуется около 40 г), и сыр (в том числе плавленый), а также различные виды специализированных детских сырков и творожных изделий.



Другим важным моментом являются требования к составу и кулинарной обработке пищи. Одним из основных требований, пожалуй, можно признать тщательную механическую и термическую обработку: малышам 1-1,5 года супы и каши готовятся протертыми, а мясо и рыба – в виде суфле, паровых котлет, тефтелей.

Характеризуя рацион ребенка в возрасте 1-1,5 года, следует оговорить еще кое-какие заслуживающие внимания моменты. Для приготовления мясных блюд лучше использовать нежирную говядину и телятину. Свинина и мясо некоторых птиц (уток, гусей) содержат излишек тугоплавких животных жиров, чрезмерно загружающих пищеварительную систему ребенка. А в качестве пищевых источников липидов лучше использовать сливочное (до 12 г в сутки) и растительное масло (подсолнечное, кукурузное – 3 г в день).

Из круп, пожалуй, наиболее важны в этом возрасте овсяная и гречневая, но вполне допустимы и другие – ячневая, перловая, пшеничная и т.д. При выборе выпечки приоритет лучше отдавать изделиям из пшеничной муки грубого помола, а еще лучше – ржаной.

Из овощей наиболее часто используются картофель, морковь, капуста, репа, свекла, кабачки, тыква и томаты. Довольно актуальна (при отсутствии специфических противопоказаний, конечно) огородная и дикорастущая зелень – укроп и салат, шпинат и петрушка, щавель, зеленые лук и чеснок, черемша, крапива. Довольно богат выбор рекомендуемых детскими диетологами фруктов – здесь и яблоки, и груши, и сливы, и бананы, и представители славного семейства цитрусовых... Из ягод рекомендуются малина и черная смородина, черноплодная рябина, крыжовник и облепиха, а также дикоросы – черника, брусника, клюква.

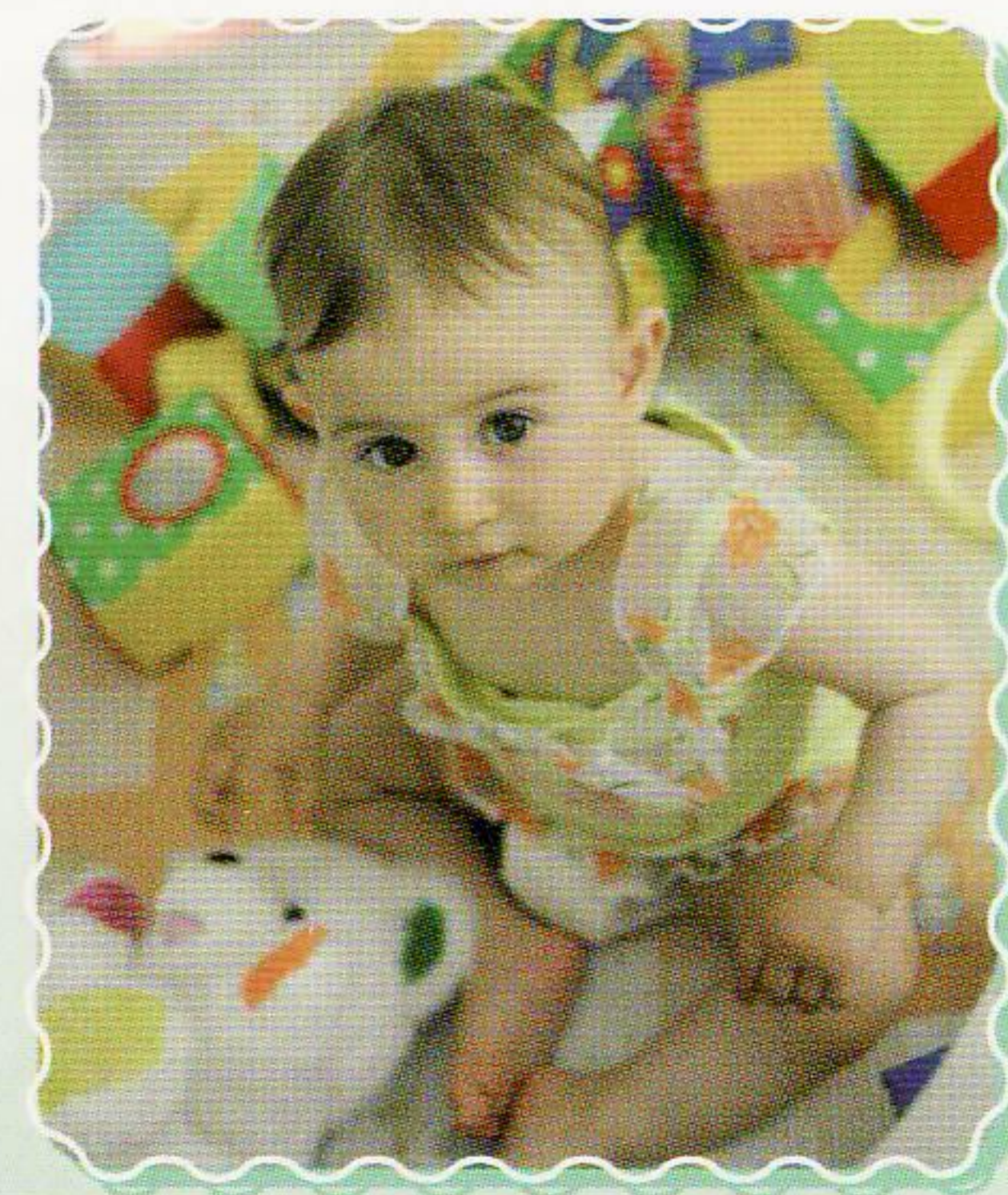
По мнению многих детских диетологов, рацион ребенка этого возраста обязательно должен включать сахар – продукт, обеспечивающий опера-

тивное поступление веществ, энергетически особенно ценных для растущего организма. Суточная норма сахаров составляет около 35-40 г.

ИГРА И ЕЕ ЗНАЧЕНИЕ

Для здорового развития ребенка ему необходимо много двигаться, заниматься чем-нибудь интересным, играть. Игра помогает познавать окружающее пространство, развивает внимание, способность сосредотачиваться, фантазию, логическое мышление. Поэтому родителям нужно помнить, что для детей игра – не просто забава, но важное и серьезное дело. Постоянно требуя от ребенка тишины и идеального порядка в квартире, вы обрекаете его на безделье, скуку, капризы, а главное – затормаживаете его общее развитие. Ребенок, не знающий, чем себя занять, становится либо большим шалуном, либо вялым, малоподвижным, неловким в движениях. В итоге ему будет трудно привить устойчивые интересы, что позднее отразится на его обучении в школе. Помните: нужно уважать занятия вашего ребенка, даже если он еще совсем малыш. Отвлечь его очень легко, поэтому если он чем-то занят, не стоит прерывать это занятие ради того, чтобы накормить ребенка минута в минуту или отправить на прогулку. Постарайтесь проявить терпение и предоставьте ему немного времени, чтобы закончить игру. Вмешиваться в занятия малыша нужно лишь в некоторых случаях, например если ребенок испытывает какие-либо затруднения, скажем, не знает, как обращаться с новой игрушкой.

Чтобы занятия детей были разнообразными, а силы и время – правильно распределены, необходима их организация со стороны взрослых. Если деятельность ребенка требует работы одних и тех же групп мышц и участков мозга, он быстро утомляется (например, если вы долго читаете ему книжку или идете с ним на далекое

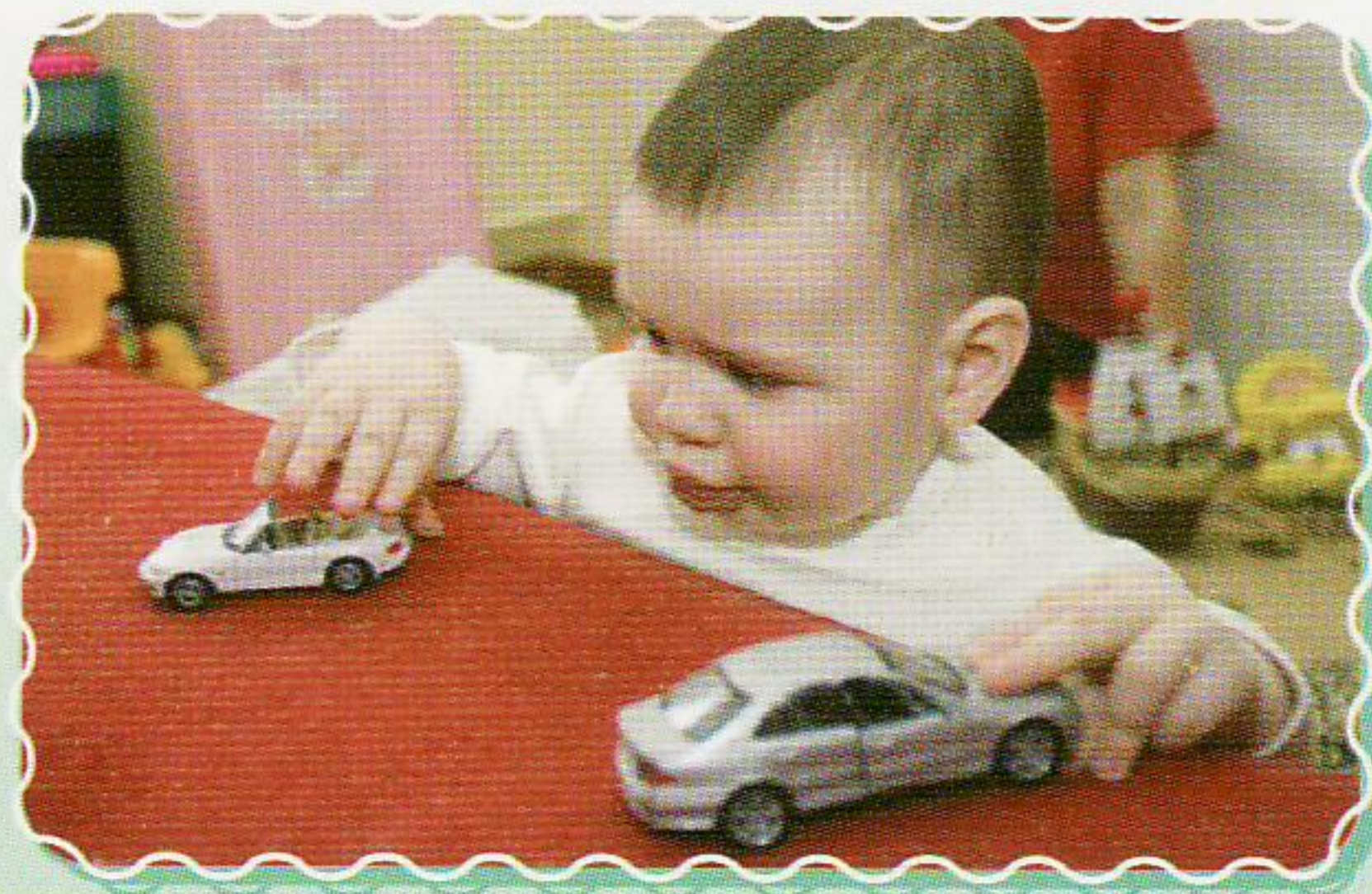


расстояние). Поэтому родителям необходимо также следить за чередованием различных видов деятельности ребенка. Конечно, взрослые должны разумно руководить играми детей. Но какие действия родителей при этом будут правильными? Как вмешаться в игру и не навредить ребенку, не вызывать его раздражения или скуки?

Если вы взяли на себя руководство детской игрой, от вас требуются неприужденность, терпение, такт. Вы можете подыграть ребенку, взяв на себя одну из сюжетных ролей. При этом не забудьте придать вашему голосу соответствующую интонацию – ребенку будет интереснее, и он наверняка захочет подражать вам. Резко игру прерывать не стоит, поскольку дети не способны быстро переключаться. Если вам необходимо выйти из игры, постарайтесь обыграть это, например «ваш магазин закрылся на обед» или «вы уехали в командировку».

Уделять слишком много внимания игре ребенка не следует, поскольку он при этом может превратиться лишь в пассивного наблюдателя. Если все время вмешиваться в игру детей, брать на себя роль лидера, а зачастую – активного участника игры, малышу ничего не останется, как слушать и смотреть на родителей, а затем лишь подражать им. В конце концов ребенок из такой семьи постепенно привыкнет к мысли, что только взрослые все умеют делать хорошо и правильно, а сам он никогда не сможет справиться с подобным заданием. Это будет развивать лишь неуверенность в своих силах и страх перед неудачей.

Ошибочным будет и мнение, что самое главное заключается в количестве игрушек, а уж ребенок сам сообразит, как лучше организовать игру. Детский уголок у таких родителей напоминает



магазин игрушек, в котором малыш просто теряется от их изобилия и не знает, за что взяться.

В лучшем случае такие дети станут «коллекционерами» игрушек, в худшем – будут переходить от одной игрушки к другой, ничем по-настоящему не увлекаясь, ломать их и требовать новых.

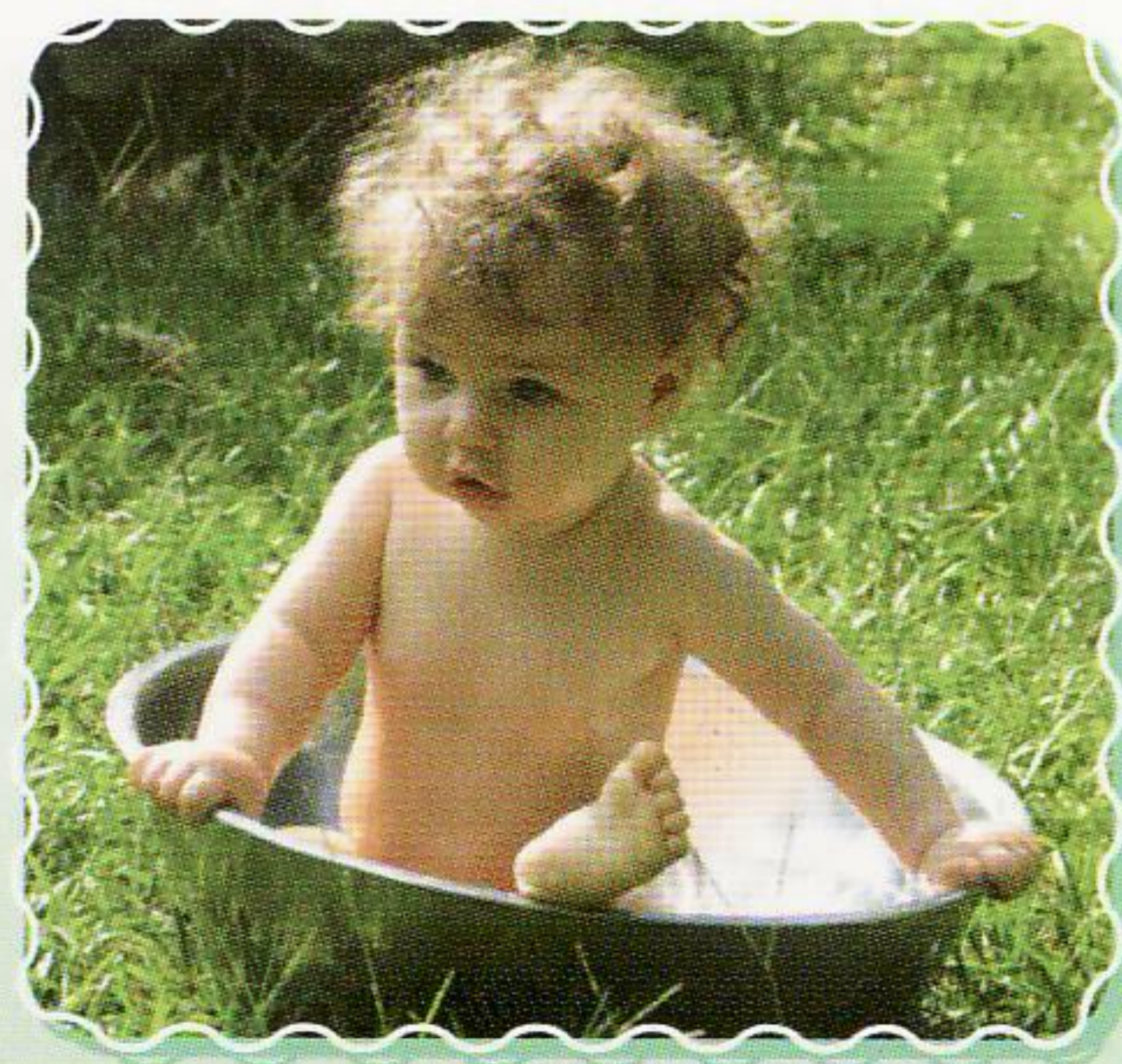
Главное в детской игре – добиться того, чтобы ребенок действительно играл, сочинял, строил и т.д., то есть был увлечен по-настоящему. Только в этом случае игра пойдет ему на пользу. Важно, чтобы он не бросался от одной игрушки к другой, не переключался с одного на другое, а доводил игру до конца. Ребенок должен быть хозяином в своем игрушечном мире, следить за порядком, хранить и беречь свои игрушки, а в случае поломки стараться починить их.

ИГРЫ В ВОДЕ

Имейте в виду, что от года до полутора лет дети становятся «водяными». Вы и раньше замечали, что ребенку доставляет огромное удовольствие каждое купание – как он плещется, как смеется!.. А теперь малыша так и тянет к воде. Что ж, создайте ему условия, пусть поиграет с игрушками в теплой водичке! Это можно устроить дома в ванной комнате, или на даче – на зеленой лужайке поставьте пластмассовый таз, или в саду – на солнышке. Воды много не наливайте. Бросьте в воду несколько игрушек, с ними – пару пластмассовых чашек. Пусть малыш переливает из «пустого в порожнее» (как раз тот случай, когда это хорошо).

ИГРЫ В ПЕСОЧНИЦЕ

В этом же возрасте ребенок очень любит играть в песке. Впрочем, тяга к песку сохра-



нится еще долго, и вы должны это учитывать. В городских условиях песочницу найти не проблема, но бывает, песок в таких песочницах оставляет желать лучшего – то он с какой-то пылью, то с мусором – иными словами, подобран без любви... Если у вас есть возможность, организуйте привоз в ближайшие песочницы хорошего мелкого песка. Многие дети будут вам благодарны. В сельской местности или в дачном поселке с песком и во все не должно быть сложностей... Пусть папа не поленится – сколотит из бросовых досок песочницу у себя на дачном участке, пусть наполнит ее чистым желтеньким песком. Это будет счастье для вашего малыша: целыми часами он может быть занят играми с песком; вы и не услышите ребенка, пока он не захочет есть.

ДИСЦИПЛИНА И РЕЖИМ

Нужна ли строгая дисциплина в процессе воспитания и в каких «дозах»? Как совместить родительскую любовь и строгие правила? В этом вопросе, как и во многих других, важно чувство меры, или, говоря иначе, «золотая середина». Рассмотрим обе крайности.

Для соблюдения дисциплины нельзя обойтись без запретов и ограничений, но в разумных пределах. Устанавливать запреты нужно так, чтобы ребенок четко знал, чего именно делать нельзя и что можно вместо запрещенного действия. О запретах необходимо сообщать решительно, серьезным, деловым тоном, но стараясь не задеть при этом достоинства ребенка, не вызывать у него чувства горечи и обиды.

В этом вам помогут маленькие хитрости. Например, родителям будет гораздо проще сделать без-



личный запрет, а детям согласиться с ним. Тогда ребенку не на кого будет обижаться и у него не будет возможности найти виноватых. Например: «Перед обедом сладкого не едят» – более подходящая фраза, чем «Я не разрешаю тебе есть сладости перед обедом».

Устанавливая запрет, родителям лучше согласиться с желанием ребенка: «Мы понимаем, что тебе очень хочется погулять еще часок. Мы бы и сами хотели этого, но нужно идти домой».

При запрете того, что нельзя сейчас, нужно указать ребенку, как и когда это можно будет сделать в другой раз, например: «Сейчас смотреть телевизор уже поздно, а вот завтра ты сможешь посмотреть любимые детские программы».

С какими запретами родителям приходится сталкиваться чаще всего? Большинство из них связано с ограничением физической активности детей. Всем нам часто приходилось слышать фразы:

- Не бегай!
- Не лезь – упадешь!
- Не вертись!
- Сиди смирно! – и т.д.

Но ведь детям просто необходимо бегать и прыгать, лазить и скакать. Моторные функции детского организма подавлять нельзя, поскольку запрет на подвижные игры порождает у ребенка напряженность, плохое настроение и агрессивность. Детям нужно выплескивать свою неумемную энергию, поэтому такие запреты следует свести до разумного минимума.



Другое дело, если вы запрещаете ребенку действительно недопустимое: драться, отнимать игрушки, играть со спичками и т.д. Но нет серьезных оснований запрещать ребенку то, что тренирует его ловкость, самостоятельность, удовлетворяет его любознательность и при этом не является опасным.

Существует группа запретов, нарушение которых родители провоцируют сами. Если однажды вы показали ребенку часы, ключи и другие важные вещи, не удивляйтесь потом, что ваш сын или дочь играют с ними. Конечно, вы будете обеспокоены: часы ребенок может уронить и сломать, ключи от квартиры или машины – потерять, что вызовет массу проблем. Поэтому вы поспешите тут же наложить строгий запрет на игру с такими важными вещами. Но попробуйте представить, в каком затруднительном положении окажется ваш ребенок. Он вряд ли поймет, почему вчера вы сами показали ему эти «игрушки», а сегодня запрещаете их трогать. Запомните: те предметы, играть с которыми малышу строго запрещается, лучше убрать из поля его зрения.

Если вы запретили что-то ребенку, нельзя отменять запрет и уступать в этом, нужно быть твердым и непреклонным, иначе у него появятся основания для капризов. Важно, чтобы все взрослые в семье действовали согласованно, чтобы их методы воспитания не были противоречивыми. Если один из взрослых разрешил то, что другой запретил, ребенок вынужден будет нарушать запреты.

В процессе воспитания вашим союзником и помощником может и должен стать режим. Прежде всего, любой режим должен быть целесообразным и разумным. Вы должны



принять что-либо за правило в вашей семье не потому, что кто-то завел такое правило у себя, а потому, что это удобно и полезно именно для вас.

Вторым важным условием режима является его определенность. Если сегодня вы потребовали от ребенка соблюдения какого-то правила, нужно требовать этого и завтра, и послезавтра. Неопределенность делает режим бессмысленным и не приносит практической пользы в процессе воспитания. Исключения при соблюдении режима могут допускаться лишь в редких, крайних случаях, вызванных важными обстоятельствами. Нарушение режима, чем бы оно ни объяснялось, необходимо отметить, например: «Сегодня ты не сделал этого, потому что была важная причина, но завтра это обязательно нужно будет сделать». Если же промолчать – ребенок подумает, что вы забыли о правилах, значит, они не так важны, чтобы соблюдать их строго и ежедневно.

Требуюя от ребенка соблюдения режима, родители должны и сами придерживаться определенных правил, подавая детям пример. Если вы требуете, чтобы дети за обедом не «читали» книгу, то и сами не должны этого делать. Существуют различные методы воспитания: разъяснительные беседы, уговоры, ласка, приказ, поощрение, наказание, уступчивость, твердость. В разных ситуациях все эти методы могут быть уместны, но не стоит злоупотреблять ими.

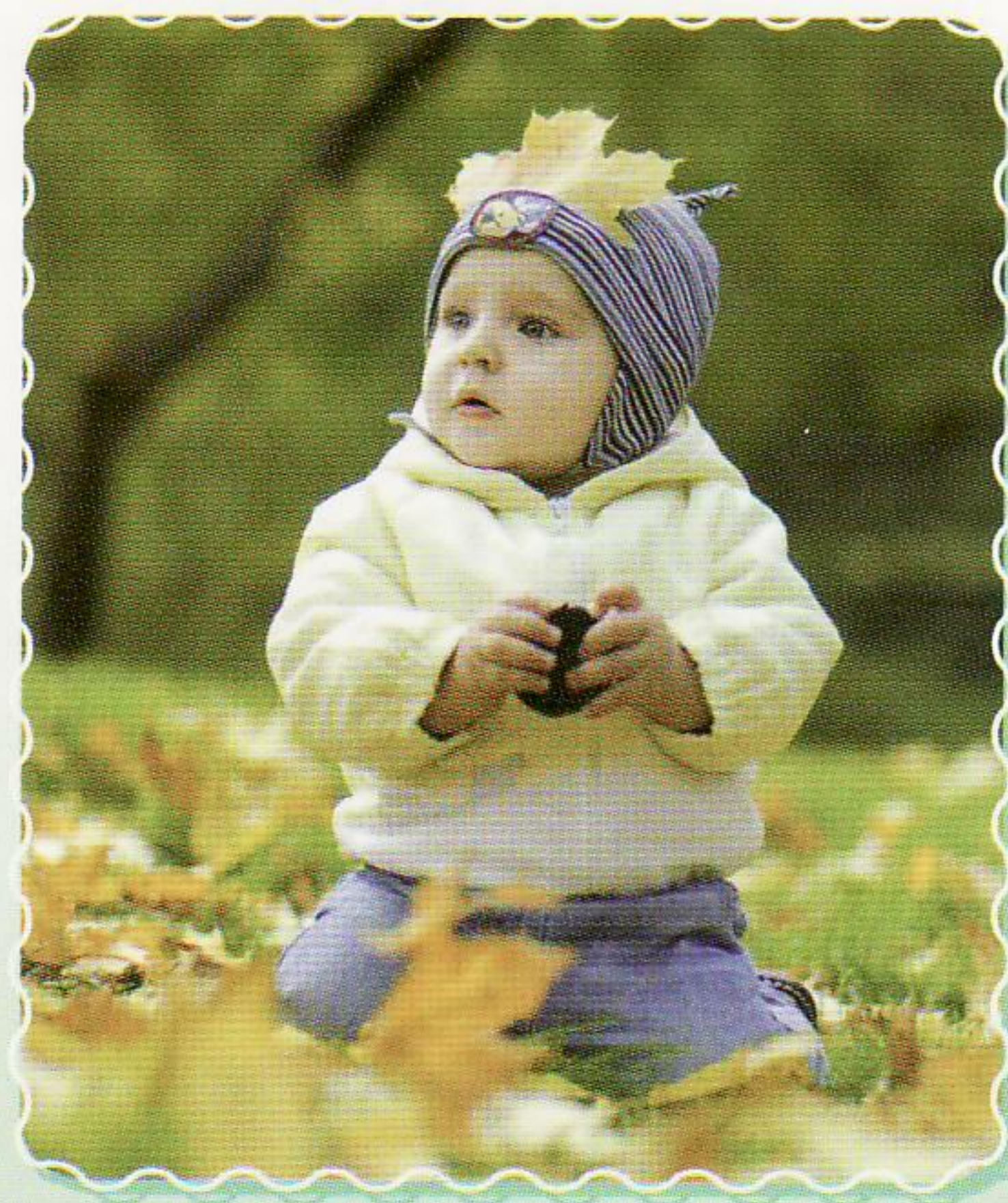


ВОСПИТАНИЕ ВОЛИ

Для каждого, кто имеет детей, важно, чтобы они выросли стойкими, смелыми, волевыми. Как развить волю ребенка и с какого возраста нужно воспитывать волевые качества? Человек не рождается с сильной или слабой волей, она не передается по наследству от родителей, но ее можно сформировать. Многие в ее развитии зависят от условий жизни и воспитания. Если ребенок излишне опекаем и родители стремятся предупредить любое желание своего чада, вряд ли из него вырастет человек с твердым характером и стойкими убеждениями. Такой малыш будет избалованным и доставит родителям массу проблем.

Уже с самого раннего возраста, как только вы заметили, что ребенок начал понимать обращенную к нему речь, необходимо ставить перед ним посильные задачи и требовать их решения, конечно, в пределах его возможностей. Нельзя говорить о воле маленького человека в том смысле, какой вкладывается в понятие воли у взрослого. Но можно выработать зачатки волевых проявлений даже у самых маленьких детей.

Вот один из советов: не делайте за ребенка то, с чем он уже в состоянии справиться сам. Например: малыш впервые видит новую яркую игрушку и стремится достать ее. Он уже может сделать это самостоятельно, но ему нужно приложить усилия. Не спешите вручать ребенку предмет его желаний, не лишайте его возможности проявить волевое усилие. Малыш испытает больше радости, если сам достигнет цели. Самостоятельное преодоление препятствий станет источником активных действий. Конечно, возможности ребенка во многом

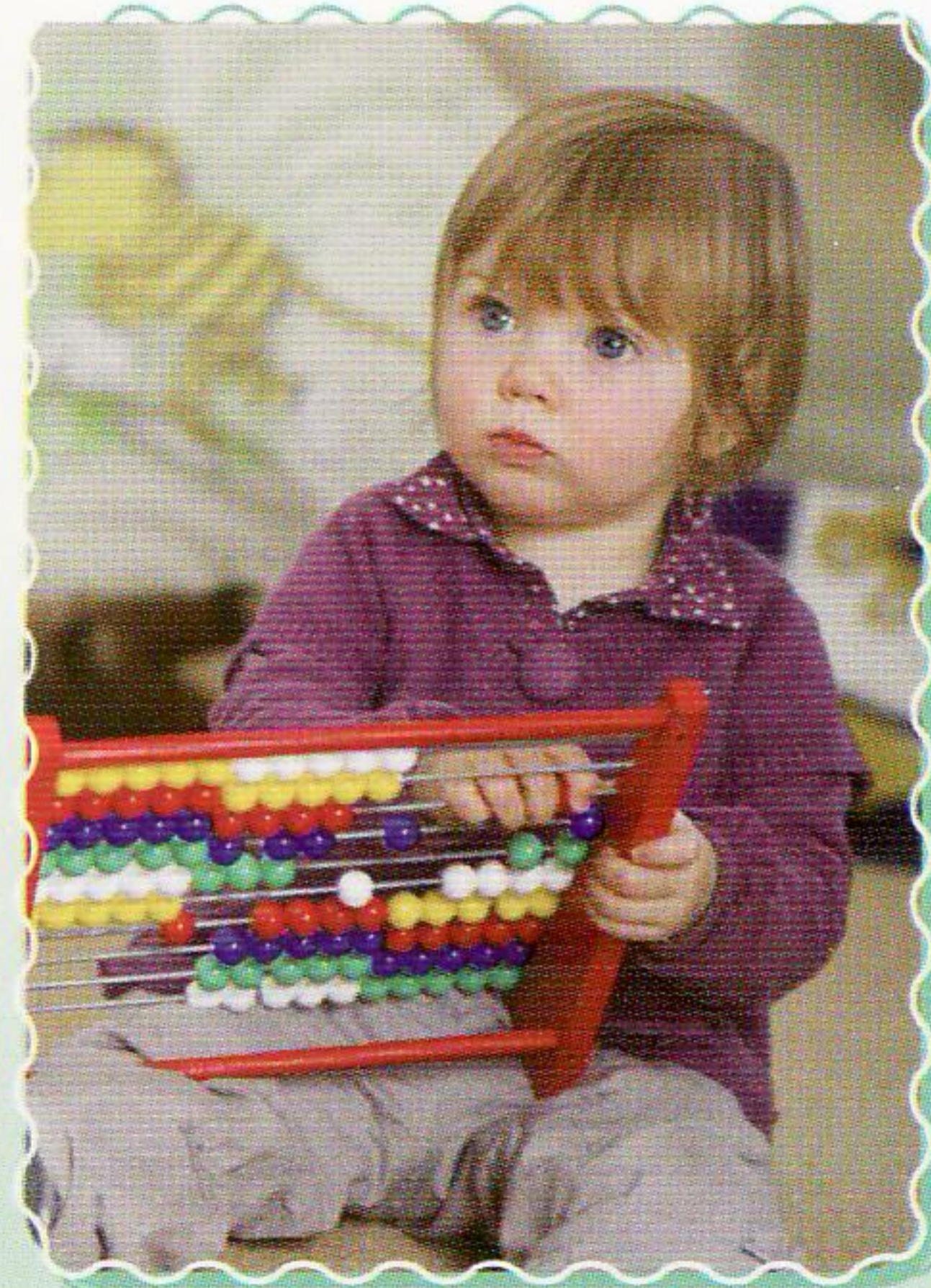


ограниченны, и очень часто он не может добиться результата. Если малыш не справляется сам, ему необходимо помочь.

С раннего возраста следует учить детей самостоятельности: убирать за собой игрушки, самим умываться, одеваться и раздеваться. Ребенку, не участвующему в этом, трудно сидеть и ждать, пока его, например, оденут или разденут. Он начинает баловаться, пытается заняться чем-то в этот момент, мешая и раздражая вас. Не стоит делать ему замечания, повышать голос и, тем более, шлепать ребенка. В таком возрасте трудно усидеть на месте, но он уже вполне способен сам надеть рубашку, вымыть руки, причесать волосы. Решая эти непростые для себя задачи, малыш проявляет сосредоточенность и настойчивость, осваивает новые действия, а в результате – приучается к аккуратности, самостоятельности и развивает волевые качества.

Никогда не следует обманывать ребенка, только в этом случае вы сможете требовать взаимной честности. Часто, чтобы утешить малыша, ему обещают игрушку, конфетку и т.д. Он перестает плакать, но помнит и ждет выполнения обещанного. Взрослые же забывают об этом и не держат слова. В результате ребенок привыкает к необязательности родителей и сам приучается легко давать обещания и не выполнять их.

Не менее важно соблюдать принцип последовательности, то есть нельзя разрешать ребенку то, что вчера было запрещено. Надо постепенно воспитывать в малыше умение овладевать своими желаниями, приучать его сдерживаться, побеждать в себе чувства боли, обиды, страха. Все это укрепляет, тренирует его волю.



ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА

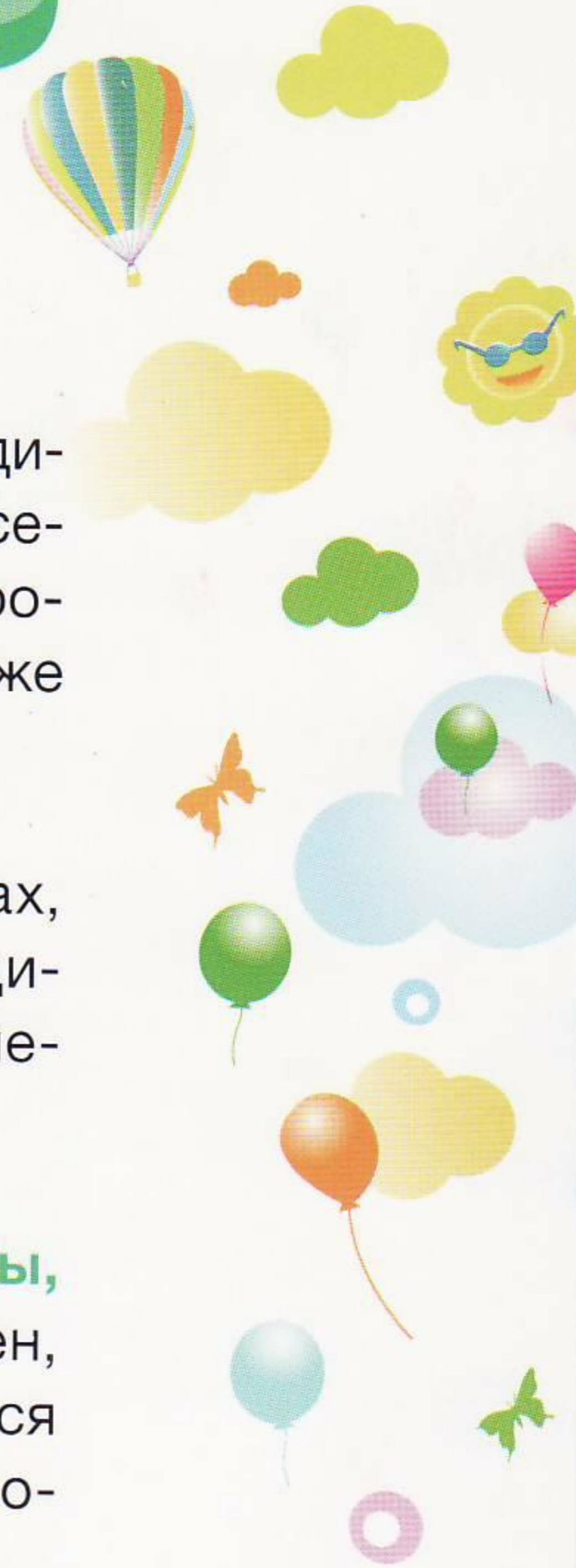
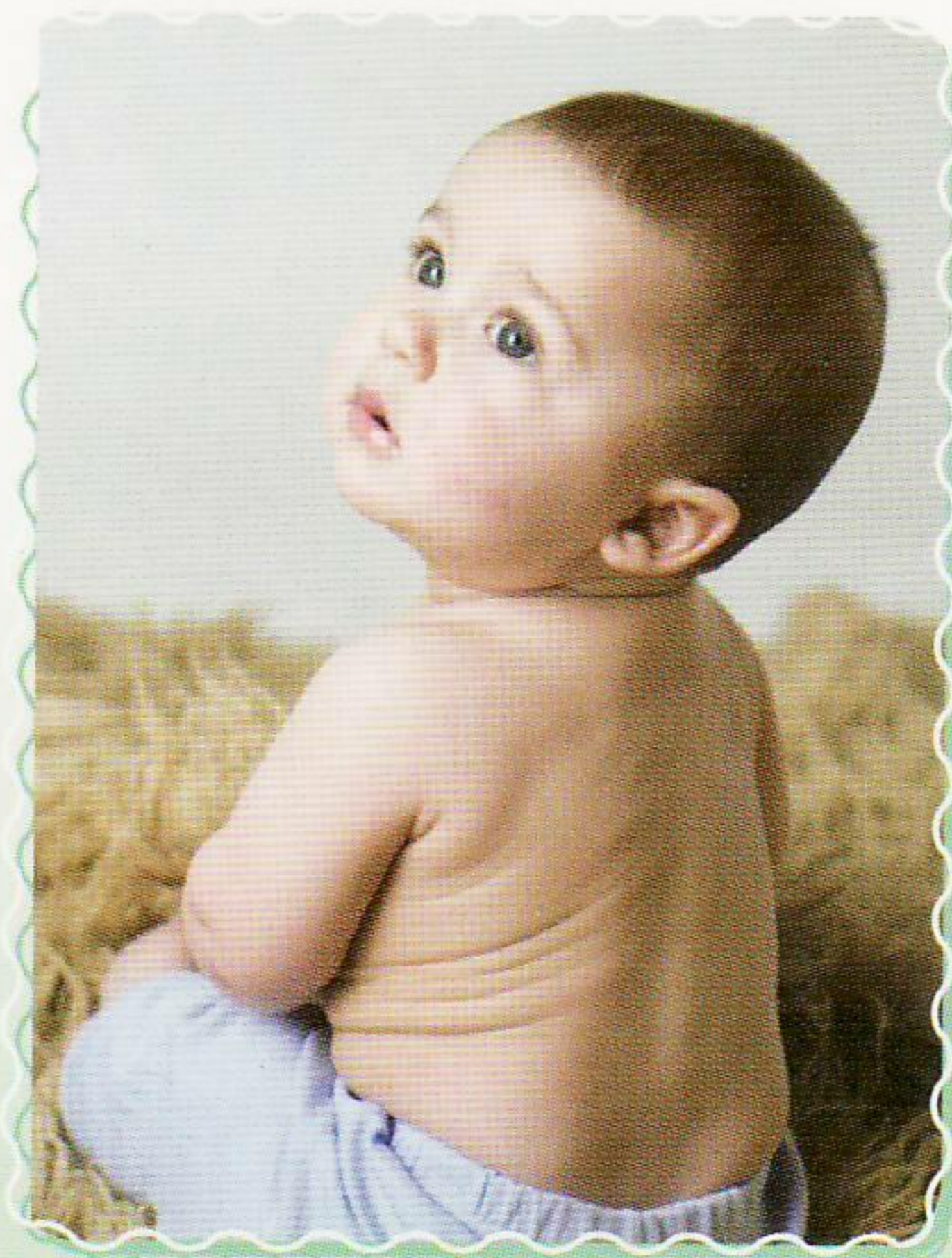
В возрасте от одного года до полутора лет начинают ярко проявляться индивидуальные особенности каждого ребенка. Они зависят от обстановки в семье, перенесенных в младенчестве заболеваний, наследственности и прочих факторов. Поведение детей этого возраста тоже различно – оно уже в большой степени определяется окружением малыша и воспитанием.

Поводом для тревоги может быть то, что ребенок плохо стоит на ножках, неустойчиво сидит, не различает окружающих, не знает игрушек. Родителям в таком случае целесообразно обратиться за консультацией к педиатру, детскому невропатологу.

Наиболее частые травмы этого периода – **ожоги, отравления, ушибы, сотрясения мозга** – «травмы любопытства». Ребенок очень подвижен, а координация движений у него еще не налажена, малыш передвигается быстрыми мелкими шажками, не всегда может обойти препятствие, вовремя остановиться – отсюда и синяки.

Немаловажным является и тот факт, что в этом возрасте значительно расширяется круг общения малыша и, следовательно, увеличивается вероятность инфекционных заболеваний.

Поэтому необходимо, чтобы вашему ребенку были сделаны все профилактические прививки согласно Календарю прививок на этот период. Также необходимо сделать последнюю прививку, или ревакцинацию, от пневмококковой инфекции.





До 1,5 года должны быть сделаны следующие прививки:

Возраст	Наименование прививки
Первые 12 часов жизни	Первая вакцинация – гепатит В
3-7 дней	Вакцинация – туберкулез
1 месяц	Вторая вакцинация – гепатит В
2 месяца	Первая вакцинация от пневмококковой инфекции
3 месяца	Первая вакцинация – дифтерия, коклюш, столбняк, полиомиелит
4 месяца	Вторая вакцинация от пневмококковой инфекции
4,5 месяца	Вторая вакцинация – дифтерия, коклюш, столбняк, полиомиелит
6 месяцев	Третья вакцинация – дифтерия, коклюш, столбняк, полиомиелит Третья вакцинация – гепатит В
7 месяцев	Третья вакцинация от пневмококковой инфекции

12 месяцев	Вакцинация – корь, краснуха, паротит
18 месяцев	Ревакцинация от пневмококковой инфекции Первая ревакцинация – дифтерия, коклюш, столбняк, полиомиелит



ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРОВЕРЬТЕ, ВСЕ ЛИ ПРИВИВКИ СДЕЛАНЫ ВАШЕМУ МАЛЫШУ!

Мы желаем вам, чтобы ваш малыш рос здоровым и крепким, а остальное – приложится! Ведь здоровье – это самое главное, что у нас есть, и его основа закладывается в детстве.

