

Kamienie milowe rozwoju

Poznaj oznaki, reaguj szybko

Poznaj oznaki, reaguj szybko

www.cdc.gov/milestones

www.krzyki.pl



Zaadaptowane z CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, wydanie piąte, wydane przez Steven Shelov i Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 przez Amerykańską Akademię Pediatrii i BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, wydanie trzecie, wydane przez Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw i Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: Amerykańska Akademia Pediatrii.

Szczególne podziękowania dla dr Susan P. Berger; Dr Jenny Burt; Małgorzata Małgorzata Greco; Katie Green, MPH, CHES; Georgina Peacock, MD, MPH; Dr Lara Robinson, MPH; Camille Smith, MS, Eds; Julia Whitney, BS; i Rebecca Wolf, MA.

Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention



Centers for Disease
Control and Prevention

www.cdc.gov/milestones

Możesz śledzić rozwój dziecka, obserwując jak się bawi, uczy, mówi i działa.

Przeczytaj tę broszurę, aby obserwować kamienie milowe u swojego dziecka i aby dowiedzieć się, jak możesz pomóc mu uczyć się i rozwijać.

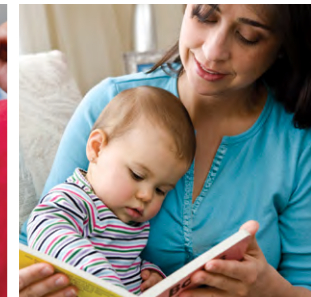
Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention



Centers for Disease
Control and Prevention

www.cdc.gov/milestones

Co dzieci robią w tym wieku



Rozwój społeczny i emocjonalny

- Potrafi uspokoić się w krótkim czasie (może brać rękę do buzi i ssać rękę)
- Zaczyna uśmiechać się do ludzi
- Próbuje patrzeć na rodzica

Język / komunikacja

- Głuchy
- Odwraca głowę w kierunku dźwięków

Rozwój poznawczy (nauka, myślenie)

- Skupia uwagę na twarzach
- Zaczyna podążać wzrokiem za rzeczami
- Zaczyna się nudzić (płacze, grymasi), jeśli aktywność nie ulegnie zmianie

Jak możesz pomóc dziecku się rozwijać

- Przytulaj, rozmawiaj i baw się z dzieckiem podczas codziennych czynności tj. karmienie, ubieranie, kąpanie.
- Pomóż dziecku nauczyć się uspakajając we własnym zakresie. Ssanie kciuka jest naturalną czynnością służącą uspokojeniu się.
- Zaczynaj uczyć dziecko odróżniania dnia od nocy oraz regularnego planu dnia.
- Obserwuj, co Twoje dziecko lubi, a czego nie lubi. Pomoże Ci to poczuć się bardziej pewnie i komfortowo.
- Reaguj podekscytowaniem i uśmiechaj się, gdy Twoje dziecko wydaje dźwięki.
- Od czasu do czasu naśladowuj dźwięki dziecka, ale używaj też prawidłowego języka mówionego.
- Zwróć uwagę na różne rodzaje płaczu dziecka, by móc odgadnąć, czego dziecko w danej chwili potrzebuje.
- Rozmawiaj z dzieckiem, czytaj mu i śpiewaj.
- Baw się z dzieckiem w „a kuku”.

Ruch / Rozwój fizyczny

- ❑ Potrafi podnieść głowę (na chwilę) pod kątem 45 stopni i zaczyna odpychać się opierając się na przedramionach, gdy leży na brzuchu
- ❑ Zaczyna wykonywać coraz płynniejsze ruchy nogami i rękami

Jak możesz pomóc dziecku się rozwijać

- Umieść lustro dla niemowląt w łóżeczku dziecka, aby mogło na siebie patrzeć.
- Oglądaj z dzieckiem obrazki i opowiadaj o nich.
- Połóż dziecko na brzuchu, kiedy jest aktywne i połóż blisko niego zabawkę (nie zostawiaj dziecka samego w tej pozycji).
- Zachęć dziecko, aby podniosło głowę, trzymając zabawkę przed nim, na wysokości jego wzroku.
- Gdy dziecko znajduje się na plecach, pokaż mu zabawkę lub grzechotkę i zachęcaj, aby wyciągnęło rączki do pokazywanego przedmiotu.

Możliwie szybko porozmawiaj z lekarzem dziecka, jeśli dziecko:

- ❑ Nie reaguje na głośne dźwięki
- ❑ Nie obserwuje poruszających się obiektów
- ❑ Nie uśmiecha się do ludzi
- ❑ Nie prowadzi rąk do ust
- ❑ Leżąc na brzuchu nie dźwiga głowy

W przypadku zauważenia któregośkolwiek z tych objawów, mogących świadczyć o prawdopodobnym opóźnieniu rozwojowym, powiadom lekarza lub pielęgniarkę dziecka i porozmawiaj z osobami w Twoim otoczeniu, które mają informacje na temat świadczeń dla małych dzieci w danym rejonie.