

## Co dzieci robią w tym wieku



### Rozwój społeczny i emocjonalny

- ❑ Spontanicznie uśmiecha się, zwłaszcza do ludzi
- ❑ Naśladuje niektóre ruchy lub miny, np. uśmiech lub marszczenie brwi
- ❑ Lubi bawić się z rodzicami i może zacząć płakać, gdy zabawa zostanie przerwana

### Język / komunikacja

- ❑ Głuży
- ❑ Płacze w różny sposób, żeby zasignalizować głód, ból lub zmęczenie

### Jak możesz pomóc dziecku się rozwijać

- Trzymaj dziecko na rękach i mów do niego; uśmiechaj się i bądź radosna/radosny podczas tej czynności.
- Ustal stały harmonogram snu i karmienia.
- Uważnie obserwuj co Twoje dziecko lubi, a czego nie lubi; będziesz wtedy najlepiej wiedzieć jak zadbać o jego potrzeby i co zrobić, żeby dziecko było szczęśliwe.
- Naśladuj dźwięki swojego dziecka.
- Uśmiechaj się i bądź podekscytowana/podekscytowany kiedy Twoje dziecko wydaje dźwięki.
- Poprzez czytanie i śpiewanie dziecku, angażuj je w zabawy wyciszające.
- Przygotuj dziecku zabawki (odpowiednie do wieku), np. grzechotki lub kontrastowe obrazki.
- Baw się w gry jak np. „a kuku”.

### Rozwój poznawczy (nauka, myślenie)

- Daje poznać czy jest smutne czy wesołe
- Reaguje na czułość
- Sięga po zabawki jedną ręką
- Koordynuje ruchy oczu i rąk, np. dostrzega zabawkę i sięga po nią
- Śledzi oczami obiekty ruszające się z jednej strony do drugiej
- Dokładnie przygląda się twarzom
- Rozpoznaje znajomych ludzi i przedmioty na odległość

### Ruch / Rozwój fizyczny

- Stabilnie trzyma głowę
- Wkłada dłonie do ust
- Może próbować przeturlać się z leżenia na brzuchu do leżenia na plecach
- Może utrzymać zabawkę i trząść nią, zamachiwać się na wiszące zabawki
- Leżąc na brzuchu wspiera się na łokciach i unosi klatkę piersiową

### Możliwie szybko porozmawiaj z lekarzem dziecka, jeśli dziecko:

- Nie śledzi wzrokiem poruszających się obiektów
- Nie uśmiecha się do ludzi
- Nie trzyma stabilnie głowy
- Nie wydaje dźwięków
- Nie prowadzi rąk do ust
- Ma problemy z poruszaniem jednym lub obydwojema oczami we wszystkich kierunkach

### Jak możesz pomóc dziecku się rozwijać

- Zapewnij bezpieczne okazje, by dziecko mogło sięgać po zabawki i badać otoczenie.
- Umieszczaj zabawki blisko dziecka, aby mogło sięgać po nie lub kopać je.

W przypadku zauważenia któregoś 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.