

Ваша дитина в 2 місяці



Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дата _____

Віхи мають значення! Те, як ваша дитина грає, навчається, говорить, діє і рухається, дає важливі підказки про її розвиток. Перевірте, яких етапів розвитку досягла ваша дитина до 2 місяців. Беріть це з собою і обговорюйте з лікарем при кожному відвідуванні, яких етапів розвитку досягла ваша дитина і чого чекати далі.

Що вміє робити більшість дітей у цьому віці

Соціальний/Емоційний розвиток

- Починає посміхатися людям
- Може ненадовго самостійно заспокоїтися (піднести руку до рота і смоктати її)
- Намагається дивитися на батьків

Мова/Спілкування

- Воркує, видає булькаючі звуки
- Повертає голову на звуки

Когнітивний розвиток (навчання, мислення, вирішення проблем)

- Звертає увагу на обличчя
- Починає стежити за речами очима і розпізнавати людей на відстані
- Починає нудьгувати (плаче, вередує), якщо діяльність не змінюється

Рух/Фізичний розвиток

- Може підняти голову і починає віджиматися, коли лежить на животі
- Робить більш плавні рухи руками і ногами

Ви знаєте свою дитину найкраще

Дійте на випередження і поговоріть з лікарем, якщо дитина:

- Не реагує на гучні звуки
- Не дивиться на речі, коли вони рухаються
- Не посміхається людям
- Не підносить руки до рота
- Не може тримати голову піднятою, коли віджимається, лежачи на животі

Повідомте лікаря або медсестру вашої дитини, якщо ви помітили будь-які з цих ознак можливої затримки розвитку для цього віку, і попросіть пройти скринінг розвитку.

Якщо ви лікар або все ще занепокоєні:

1. Попросіть направити Вас до спеціаліста

**НЕ ЧЕКАЙТЕ.
Ранні дії можуть змінити ситуацію!**



Христина Ткач

Допоможіть своїй дитині вчитися та рости



Ви можете допомогти своїй дитині вчитися й рости. Щодня спілкуйтесь, читайте, співайте та грайте разом. Нижче наведено кілька занять, якими можна насолоджуватися з вашою 2-місячною дитиною сьогодні.

Що ви можете зробити для своєї 2-місячної дитини:

- Обнімайтеся, розмовляйте та грайте з дитиною під час годування, одягання та купання.
- Допоможіть дитині навчитися заспокоюватися. Для неї нормально смоктати пальці.
- Почніть допомагати дитині увійти в рутину, наприклад, спати вночі більше, ніж вдень, і мати регулярний графік.
- Пристосування до того, що дитині подобається або не подобається, може допомогти вам почуватися комфортніше та впевненіше.
- Дійте збуджено і посміхайтесь, коли ваша дитина видає звуки.
- Іноді копіюйте звуки дитини, але також використовуйте зрозумілу мову.
- Звертайте увагу на різні крики вашої дитини, щоб ви навчилися розуміти, що вона хоче.
- Розмовляйте, читайте та співайте своїй дитині
- Поставте в ліжечко дитини безпечне дзеркало, щоб вона могла дивитися на себе.
- Роздивіться малюнки з дитиною і поговоріть про них.
- Покладіть малюка на животик, коли він
- Заохочуйте дитину піднімати голову, тримаючи іграшки на рівні очей перед собою.
- Тримайте іграшку або брязкальце над головою дитини і заохочуйте її потягнутися до неї.

Основні етапи, адаптовані з книги CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.

Цей контрольний перелік етапів не є заміною стандартизованого, перевіреного інструменту скринінгу розвитку.



Христина Ткач

Ваш малюк у 4 місяці



Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дата _____

Віхи мають значення! Те, як ваша дитина грає, вчиться, говорить, діє та рухається, дає важливі підказки щодо її розвитку. Перевірте віхи, яких досягла ваша дитина до 4 місяців. Беріть цей тест з собою і радьтеся з педіатром під час кожного відвідування про віхи, яких досягла ваша дитина, і чого очікувати далі.

Що вміє робити більшість дітей у цьому віці

Соціальний/Емоційний розвиток

- Спонтанно посміхається, особливо людям
- Любить грати з людьми і може плакати, коли гра зупиняється
- Копіює деякі рухи та вирази обличчя, наприклад посмішку чи хмурення

Мова/Спілкування

- Починає лепетати
- Говорить з виразом і копіює звуки, які вона чує
- Плаче по-різному, щоб показати голод, біль або втому

Когнітивний розвиток (навчання, мислення, вирішення проблем)

- Дає вам знати, весела вона чи сумна
- Відповідає на прихильність
- Тягнеться до іграшки однією рукою
- Використовує разом руки й очі, наприклад, бачить іграшку та тягнеться до неї
- Слідкує за переміщенням предметів очима з боку в бік
- Уважно дивиться на обличчя
- Розпізнає знайомих людей і речі на відстані

Рух/Фізичний розвиток

- Голову тримає рівно, без підтримки
- Відштовхується ногами, коли стопи стоять на твердій поверхні
- Може перевертатися з животика на спину
- Може тримати іграшку, трясати її та качати (підвісні іграшки над кроваткою)
- Підносить руки до рота
- Лежачи на животик, штовхається до ліктів

Ви знаєте свою дитину найкраще

Дійте завчасно, якщо у вас є занепокоєння щодо того як ваша дитина грається, навчається, говорить, діє чи рухається, або якщо ваша дитина:

- Не дивиться на речі, коли вони рухаються
- Не посміхається людям
- Не може тримати голову рівно
- Не воркує і не видає звуків
- Не підносить речі до рота
- Не штовхається ногами, коли ступні лежать на твердій поверхні
- Має проблеми з рухом одного ока або двома очима в усіх напрямках

Повідомте лікаря або медсестру вашої дитини, якщо ви помітили будь-які з цих ознак можливої затримки розвитку для цього віку, і попросіть пройти скринінг розвитку.

Якщо ви лікар або все ще занепокоєні:

1. Попросіть направити Вас до спеціаліста

**НЕ ЧЕКАЙТЕ.
Ранні дії можуть змінити ситуацію!**



Христина Ткач

Допоможіть своїй дитині вчитися та рости



Ви можете допомогти своїй дитині вчитися й рости. Щодня спілкуйтесь, читайте, співайте та грайте разом. Нижче наведено кілька занять, якими можна насолоджуватися з вашою 4-місячною дитиною сьогодні.

Що ви можете зробити для своєї 4-місячної дитини:

- Тримайте дитину та розмовляйте з нею; посміхайтесь і будьте веселі, поки це робите.
- Встановіть стабільний режим сну та годування.
- Будьте уважні до того, що подобається і що не подобається вашій дитині; ви дізнаєтесь, як найкраще задовольнити її потреби і що ви можете зробити, щоб ваша дитина була щасливою.
- Копіюйте звуки вашої дитини.
- Дійте збуджено і посміхайтесь, коли ваша дитина видає звуки.
- Влаштуйте тиху гру, коли ви читаете або співаєте своїй дитині.
- Давайте іграшки, які відповідають віку, для гри, наприклад, брязкальця або кольорові картинки.
- Грайте в ігри-хованки за долонями ("ку-ку")
- Надайте вашій дитині безпечні можливості тягнутися до іграшок і досліджувати її оточення.
- Покладіть іграшки біля дитини, щоб вона могла дотягнутися до них або бити ногами.
- Покладіть дитині в руку іграшку або брязкальця і допоможіть їй тримати їх.
- Тримайте дитину вертикально, поставивши ноги на підлогу, і співайте або розмовляйте з нею, коли вона «стоїть» з підтримкою.

Основні етапи, адаптовані з книги CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.

Цей контрольний перелік етапів не є заміною стандартизованого, перевіреного інструменту скринінгу розвитку.



Христина Ткач

Ваш малюк у 6 місяців



Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дата _____

Віхи мають значення! Те, як ваша дитина грає, вчиться, говорить, діє та рухається, дає важливі підказки щодо її розвитку. Перевірте віхи, яких досягла ваша дитина до 6 місяців. Беріть цей тест з собою і радьтеся з педіатром під час кожного відвідування про віхи, яких досягла ваша дитина, і чого очікувати далі.

Що вміє робити більшість дітей у цьому віці

Соціальний/Емоційний розвиток

- Знає знайомі обличчя і починає розуміти, чи є хтось незнайомий
- Любить гратись з кимось, особливо з батьками
- Реагує на емоції інших людей і часто здається щасливою
- Любить дивитися на себе в дзеркало

Мова/Спілкування

- Реагує на звуки, видаючи їх
- З'єднує голосні під час лепету («ах», «ех», «ох») і любить по черзі з батьками вимовляти звуки
- Відповідає на власне ім'я
- Видає звуки, щоб показати радість і невдоволення
- Починає вимовляти приголосні звуки (вимовляє "м", "б")

Когнітивний розвиток (навчання, мислення, вирішення проблем)

- Озирається на речі поблизу
- Підносить речі до рота
- Виявляє цікавість до речей і намагається дістати речі, які недоступні
- Починає переставляти речі з однієї руки в іншу

Рух/Фізичний розвиток

- Перевертається в обох напрямках (спереду назад, задом наперед)
- Починає сидіти без підтримки
- Стоячи, підтримує вагу на ногах і може підстрибувати
- Розгойдується вперед-назад, іноді повзає назад, перш ніж рухатися вперед



Христина Ткач

Ви знаєте свою дитину найкраще

Дійте завчасно, якщо у вас є занепокоєння щодо того як ваша дитина грається, навчається, говорить, діє чи рухається, або якщо ваша дитина:

- Не намагається отримати те, що є в досяжності
- Не виявляє прихильності до близьких
- Не реагує на звуки навколо себе
- Складно виходить доносити речі до рота
- Не вимовляє голосних звуків («ах», «е», «ой»)
- Не перевертається ні в одну сторону
- Не сміється і не видає звуків
- Здається дуже жорсткою, з напруженими м'язами
- Здається дуже гнучкою, як ганчір'яна лялька

Повідомте лікаря або медсестру вашої дитини, якщо ви помітили будь-які з цих ознак можливої затримки розвитку для цього віку, і попросіть пройти скринінг розвитку.

Якщо ви лікар або все ще занепокоєні:

1. Попросіть направити Вас до спеціаліста

**НЕ ЧЕКАЙТЕ.
Ранні дії можуть змінити ситуацію!**

Допоможіть своїй дитині вчитися та рости



Ви можете допомогти своїй дитині вчитися й рости. Щодня спілкуйтесь, читайте, співайте та грайте разом. Нижче наведено кілька занять, якими можна насолоджуватися з вашою 6-місячною дитиною сьогодні.

Що ви можете зробити для своєї 6-місячної дитини:

- Грайтеся з дитиною на підлозі щодня.
- Навчіться зчитувати настрій вашої дитини. Якщо вона щаслива, продовжуйте робити те, що робите. Якщо вона засмучена, зробіть перерву і потіште дитину.
- Покажіть дитині, як втішити себе, коли вона засмучена. Вона може смоктати пальці, щоб заспокоїтися.
- Використовуйте «взаємну» гру — коли дитина посміхається, ви посміхаєтесь; коли вона видає звуки, ви копіюєте їх.
- Повторюйте звуки вашої дитини і вимовляйте прості слова з цими звуками. Наприклад, якщо ваша дитина каже «ма», скажіть «мама»
- Читайте дитині книжки щодня. Хваліть її, коли вона лепече і «читає».
- Коли ваша дитина дивиться на щось, вкажіть на це та розкажіть про це.
- Покажуйте малюкові нові речі і називайте їх.
- Покажіть малюкові яскраві картинки в журналі і назвіть їх.
- Покладіть малюка на животик або спину і покладіть іграшки подалі. Запропонуйте йому перевернутися, щоб дістатися до іграшок.
- Коли вона упустить іграшку на підлогу, підніміть її та віддайте назад. Ця гра допомагає дізнатися причину і наслідок.
- Читайте барвисті книжки з картинками.

Основні етапи, адаптовані з книги CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.

Цей контрольний перелік етапів не є заміною стандартизованого, перевіреного інструменту скринінгу розвитку.



Христина Ткач

Ваш малюк у 9 місяців



Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дата _____

Віхи мають значення! Те, як ваша дитина грає, вчиться, говорить, діє та рухається, дає важливі підказки щодо її розвитку. Перевірте віхи, яких досягла ваша дитина до 9 місяців. Беріть цей тест з собою і радьтеся з педіатром під час кожного відвідування про віхи, яких досягла ваша дитина, і чого очікувати далі.

Що вміє робити більшість дітей у цьому віці

Соціальний/Емоційний розвиток

- Може боятися незнайомих
- Може бути прив'язаним до знайомих дорослих
- Має улюблені іграшки

Мова/Спілкування

- Може підняти голову і починає віджиматися, коли лежить на животі
- Робить більш плавні рухи руками і ногами
- Копіює звуки та жести інших
- Використовує пальці, щоб вказати на речі

Когнітивний розвиток(навчання, мислення, вирішення проблем)

- Спостерігає за траєкторією падіння чогось
- Шукає речі, які вона бачить, що ви ховаєте
- Грає в "ку-ку"
- Кладе речі в рот
- Плавно переміщає речі з однієї руки в іншу
- Перебирає такі предмети, як хлоп'я "о" між великим і вказівним пальцями

Рух/Фізичний розвиток

- Стоїть, тримається
- Може прийняти сидяче положення
- Сидить без опори
- Намагається встати
- Повзає

Ви знаєте свою дитину найкраще

Дійте завчасно, якщо у вас є занепокоєння щодо того як ваша дитина грається, навчається, говорить, діє чи рухається, або якщо ваша дитина:

- Не витримує ваги на ногах з підтримкою
- Не сидить з допомогою
- Не лепече («мама», «баба», «тато»)
- Не грає в ігри, що включають в себе ігри вперед-назад
- Не реагує на власне ім'я
- Здається, не впізнає знайомих людей
- Не дивиться, куди ви вказуєте
- Не перекладає іграшки з однієї руки в іншу

Повідомте лікаря або медсестру вашої дитини, якщо ви помітили будь-які з цих ознак можливої затримки розвитку для цього віку, і попросіть пройти скринінг розвитку.

Якщо ви лікар або все ще занепокоєні:

1. Попросіть направити Вас до спеціаліста

**НЕ ЧЕКАЙТЕ.
Ранні дії можуть змінити ситуацію!**

★ Настав час для скринінгу розвитку!

У 9 місяців ваша дитина має пройти загальний скринінг розвитку, як рекомендовано для всіх дітей Американською академією педіатрії. Запитайте лікаря про скринінг розвитку вашої дитини.



Христина Ткач

Допоможіть своїй дитині вчитися та рости



Ви можете допомогти своїй дитині вчитися й рости. Щодня спілкуйтесь, читайте, співайте та грайте разом. Нижче наведено кілька занять, якими можна насолоджуватися з вашою 9-місячною дитиною сьогодні.

Що ви можете зробити для своєї 9-місячної дитини:

- Зверніть увагу на те, як малюк реагує на нові ситуації та людей; намагайтеся продовжувати робити те, що робить вашу дитину щасливою
- Коли вона більше рухається, залишайтеся поруч, щоб вона знала, що ви поруч.
- Не забувайте про режим дня, це важливо
- Грайте в ігри з «моя черга, твоя черга».
- Скажіть, що, на вашу думку, відчуває дитина. Наприклад, скажіть: «Ти такий сумний, давай подивимося, чи зможемо ми зробити тобі краще».
- Опишіть, на що дивиться ваша дитина; наприклад, «червоний, круглий м'яч».
- Говоріть про те, чого хоче ваша дитина, коли вона вказує на щось.
- Копіюйте звуки та слова вашої дитини.
- Навчайте причинно-наслідкових зв'язків, катаючи кульки вперед-назад, штовхаючи іграшкові машинки та вантажівки, а також складаючи кубики в контейнер і виймаючи їх.
- Грайте в "ку-ку" та хованки
- Читайте та розмовляйте з дитиною
- Забезпечте дитині багато місця для пересування та дослідження в безпечній зоні.
- Поставте дитину близько до речей, за якими вона може безпечно потягнутися.
- Попросіть поведінку, яку ви хочете. Наприклад, замість того, щоб сказати «не стій», скажіть «час сидіти».

Основні етапи, адаптовані з книги CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.

Цей контрольний перелік етапів не є заміною стандартизованого, перевіреного інструменту скринінгу розвитку.



Христина Ткач

Ваша дитина в 1 рік



Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дата _____

Віхи мають значення! Те, як ваша дитина грає, вчиться, говорить, діє та рухається, дає важливі підказки щодо її розвитку. Перевірте віхи, яких досягла ваша дитина до 1 року. Беріть цей тест з собою і радьтеся з педіатром під час кожного відвідування про віхи, яких досягла ваша дитина, і чого очікувати далі.

Що вміє робити більшість дітей у цьому віці

Соціальний/Емоційний розвиток

- Сором'язлива або нервує з незнайомими людьми
- Плаче, коли мама чи тато йдуть
- Має улюблені речі та людей
- Виявляє страх у деяких ситуаціях
- Дає вам книгу, коли хоче почути історію
- Повторює звуки або дії, щоб привернути увагу
- Висовує руку або ногу, щоб допомогти з одяганням
- Грає в такі ігри як "ку-ку" та "тосі-тосі"

Мова/Спілкування

- Відповідає на прості запитання
- Використовує прості жести, як-от похитати головою «ні» або махати «до побачення»
- Видає звуки зі зміною інтонації (звучить більше мова)
- Кажє «мама» і «тато» та вигуки на кшталт «у-у-у!»
- Намагається сказати слова, які ви говорите

Когнітивний розвиток (навчання, мислення, вирішення проблем)

- Досліджує речі різними способами, наприклад трясє, стукає, кидає
- Легко знаходить приховані речі
- Дивиться на потрібну картинку чи предмет, коли вони названі
- Копіює жести
- Починає правильно користуватися речами; наприклад, п'є з чашки, розчісує волосся
- З'єднує дві речі
- Складає речі в контейнер, виймає речі з контейнера
- Дає речі без сторонньої допомоги
- Тикає вказівним пальцем
- Виконує прості вказівки, як-от «забери іграшку»

Рух/Фізичний розвиток

- Приймає сидяче положення без сторонньої допомоги
- Підтягується, щоб встати, ходить, тримаючись за меблі
- Може зробити кілька кроків, не тримаючись
- Може стояти окремо

Ви знаєте свою дитину найкраще

Дійте завчасно, якщо у вас є занепокоєння щодо того як ваша дитина грається, навчається, говорить, діє чи рухається, або якщо ваша дитина:

- Має відсутні віхи
- Не повзає
- Не може стояти, коли підтримується
- Не шукає речей, які вона бачить, що ви ховаєте
- Не вимовляє окремих слів, як-от «мама» чи «тато»
- Не вчиться таким жестам, як махати чи хитати головою
- Не вказує на речі
- Втрачає навички, які мала колись

Повідомте лікаря або медсестру вашої дитини, якщо ви помітили будь-які з цих ознак можливого затримки розвитку для цього віку, і попросіть пройти скринінг розвитку.

Якщо ви лікар або все ще занепокоєні:

1. Попросіть направити Вас до спеціаліста

**НЕ ЧЕКАЙТЕ.
Ранні дії можуть змінити ситуацію!**



Христина Ткач

<https://www.khrystynatkach.com/>

джерело інформації Centers for Disease Control and Prevention (CDC)

Допоможіть своїй дитині вчитися та рости



Ви можете допомогти своїй дитині вчитися й рости. Щодня спілкуйтесь, читайте, співайте та грайте разом. Нижче наведено кілька занять, якими можна насолоджуватися з вашою 1-річною дитиною сьогодні.

Що ви можете зробити для своєї 1-річної дитини:

- Дайте дитині час познайомитися з новим вихователем. Візьміть із собою улюблену іграшку, щоб заспокоїти дитину.
- У відповідь на небажану поведінку твердо скажіть «ні». Не кричіть, не шльопайте і не давайте довгих пояснень.
- Обіймайте, цілуйте і хваліть дитину за гарну поведінку.
- Витрачайте набагато більше часу на заохочення бажаної поведінки, ніж на покарання за небажану поведінку (в 4 рази більше заохочення ніж переспрямування).
- Поговоріть зі своєю дитиною про те, що ви робите. Наприклад, «Мама миє руки з милом».
- Щодня читайте разом з дитиною. Нехай ваша дитина гортає сторінки. По черзі клейте картинки разом з дитиною.
- Розвивайте те, що говорить або намагається сказати ваша дитина, або те, на що вона вказує. Якщо вона покаже на машину і скаже «м» або «машина», скажіть: «Так, це велика синя машина».
- Грайте з кубиками та іншими іграшками, заохочуйте дитину користуватися своїми руками.
- Сховайте маленькі іграшки або інші речі і хай дитина знайде їх.
- Попросіть дитину назвати частини тіла або речі, які ви бачите, під час руху в автомобілі.
- Співайте пісні з діями
- Дайте дитині каструлі та сковорідки або невеликий музичний інструмент, як-от барабан. Заохочуйте свою дитину шуміти.
- Забезпечте багато безпечних місць для вивчення малюком навколишнього середовища. (Захистіть дім для малюка. Заховайте засоби для прибирання, прання, пігулки, тощо. Використовуйте захисні ворота, замикайте двері ззовні та в підвал.)
- Дайте вашій дитині іграшки, які треба штовхати, як-от візок або машинку
- Дайте вашій дитині олівці та папір, і дозвольте дитині вільно малювати. Покажіть їй, як малювати лінії вгору, вниз і поперек сторінки. Хваліть свою дитину

Основні етапи, адаптовані з книги CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.

Цей контрольний перелік етапів не є заміною стандартизованого, перевіреного інструменту скринінгу розвитку.



Христина Ткач

Ваша дитина в 1,5 роки ★



Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дата _____

Віхи мають значення! Те, як ваша дитина грає, вчиться, говорить, діє та рухається, дає важливі підказки щодо її розвитку. Перевірте віхи, яких досягла ваша дитина до 18 місяців. Беріть цей тест з собою і радьтеся з педіатром під час кожного відвідування про віхи, яких досягла ваша дитина, і чого очікувати далі.

Що вміє робити більшість дітей у цьому віці

Соціальний/Емоційний розвиток

- Любить гратись, передаючи речі іншим
- Можуть виникати істерики
- Може боятися незнайомих
- Виявляє прихильність до знайомих людей
- Грає в прості ігри, наприклад, годує ляльку
- Може чіплятися за близьких людей у нових ситуаціях
- Показує пальцем, щоб показати іншим щось цікаве
- Досліджує один, але з батьками поруч

Мова/Комунікація

- Кажє кілька окремих слів
- Кажє і хитає головою «ні»
- Вказує пальцем на те, що він хоче

Когнітивний розвиток (навчання, мислення, вирішення проблем)

- Знає, для чого потрібні звичайні речі; наприклад, телефон, щітка, ложка
- Вказує пальцем, щоб привернути увагу інших
- Виявляє інтерес до ляльки або іграшки, вдаючи, що годує
- Вказує на одну частину тіла
- Малює каракулі самостійно
- Може виконувати 1-етапні словесні команди без будь-яких жестів; наприклад, сидить, коли ви говорите «сідай»

Рух/Фізичний розвиток

- Ходить один
- Може піднятися по сходах і бігти
- Під час ходьби тягне іграшки
- Може допомогти сама

роздягнутися

- П'є з чашки
- Їсть ложкою



Христина Ткач

Ви знаєте свою дитину найкраще

Дійте завчасно, якщо у вас є занепокоєння щодо того, як ваша дитина грається, навчається, говорить, діє чи рухається, або якщо ваша дитина:

- Не показує речі іншим
- Не може ходити
- Не знає, для чого потрібні знайомі речі
- Не копіює інших
- Не видає нових слів
- Не має принаймні 6 слів
- Не помічає і не кричить, коли близька людина йде або повертається
- Втрачає навички, які мала колись

Повідомте лікаря або медсестру вашої дитини, якщо ви помітили будь-які з цих ознак можливої затримки розвитку для цього віку, і попросіть пройти скринінг розвитку.

Якщо ви лікар або все ще занепокоєні:

1. Попросіть направити Вас до спеціаліста

**НЕ ЧЕКАЙТЕ.
Ранні дії можуть змінити ситуацію!**

★ Настав час для огляду!

У 18 місяців ваша дитина має пройти загальний скринінг розвитку та скринінг на аутизм, як рекомендовано для всіх дітей Американською академією педіатрії. Запитайте лікаря про скринінг розвитку вашої дитини.

Допоможіть своїй дитині вчитися та рости



Ви можете допомогти своїй дитині вчитися й рости. Щодня спілкуйтесь, читайте, співайте та грайте разом. Нижче наведено кілька занять, якими можна насолоджуватися з вашою 18-місячною дитиною сьогодні.

Що ви можете зробити для своєї 18-місячної дитини:

- Забезпечте безпечне, любляче середовище. Це важливо бути послідовним і передбачуваним.
- Хваліть хорошу поведінку більше, ніж караєте погану
- Опишуйте емоції дитини. Наприклад, скажіть: «Ти щаслива, коли ми читаємо цю книгу».
- Грайтеся
- Заохочуйте емпатію. Наприклад, коли дитина бачить, що ви сумний(а), заохочуйте її обійняти або погладити.
- Читайте книги та розповідайте про малюнки, використовуючи прості слова.
- Копіюйте слова вашої дитини.
- Використовуйте слова, які описують почуття та емоції.
- Використовуйте прості, зрозумілі фрази.
- Сховайте речі під ковдрою і подушкою, заохочуйте дитину знайти їх.
- Задавайте прості запитання.
- Надайте вашій дитині безпечні місця для прогулянок і рухів
- Грайте з кубиками, м'ячами, головоломками, книжками та іграшками, які навчають причинно-наслідкових зв'язків і розв'язують проблеми.
- Вивчайте частини тіла
- Надайте іграшки, які вона може безпечно штовхати або тягнути.
- Дайте їй м'ячі, щоб вона могла бити, котити та кидати.
- Заохочуйте дитину пити з чашки та їсти з ложки
- Надуйте бульбашки і дозвольте дитині лопати їх.

Основні етапи, адаптовані з книги CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.

Цей контрольний перелік етапів не є заміною стандартизованого, перевіреного інструменту скринінгу розвитку.



Христина Ткач

Ваша дитина в 2 роки



Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дата _____

Віхи мають значення! Те, як ваша дитина грає, вчиться, говорить, діє та рухається, дає важливі підказки щодо її розвитку. Перевірте віхи, яких досягла ваша дитина до 2 років. Беріть цей тест з собою і радьтеся з педіатром під час кожного відвідування про віхи, яких досягла ваша дитина, і чого очікувати далі.

Що вміє робити більшість дітей у цьому віці

- Кидає м'яча рукаю вгору
- Малює або намагається малювати коло та прямі лінії

Соціальний/Емоційний розвиток

- Копіює інших, особливо дорослих і дітей старшого віку
- Виявляє все більше самостійності
- Радіє компанії інших дітей
- Виявляє зухвалу поведінку (робить те, що йому наказали не робити)
- Грає в основному поруч з іншими дітьми

Мова/Комунікація

- Вказує на предмети або зображення, коли вони названі
- Знає імена знайомих людей і частини тіла
- Промовляє речення з 2-4 слів
- Дотримується простих інструкцій
- Повторює слова, почуті в розмові
- Вказує на речі в книзі

Когнітивний розвиток (навчання, мислення, вирішення проблем)

- Знаходить речі, навіть якщо їх ховають під двома-трьома обкладинками
- Починає сортувати форми та кольори
- Завершує речення та рими у знайомих книгах
- Грає в прості вигадані ігри
- Будує вежі з 4 або більше блоків
- Може використовувати одну руку більше, ніж іншу
- Дотримується двоетапних інструкцій, наприклад «Збери взуття та поклади його в шафу».
- Називає предмети в книзі з картинками, наприклад пташку чи собаку

Рух/Фізичний розвиток

- Стоїть навшпиньки
- Б'є по м'ячу
- Починає бігати
- Без сторонньої допомоги піднімається на меблі і спускається з них
- Ходить вгору і вниз по сходах, тримаючись



Христина Ткач

Ви знаєте свою дитину найкраще

Дійте завчасно, якщо у вас є занепокоєння щодо того, як ваша дитина грається, навчається, говорить, діє чи рухається, або якщо ваша дитина:

- Має відсутні віхи
- Не використовує фрази з 2 слів (наприклад, «пити молоко»)
- Не знає, що робити зі звичайними речами, такими як щітка, телефон, виделка, ложка
- Не копіює дії та слова
- Не дотримується простих інструкцій Не ходить стійко
- Втрачає навички, які мала колись

Повідомте лікаря або медсестру вашої дитини, якщо ви помітили будь-які з цих ознак можливої затримки розвитку для цього віку, і попросіть пройти скринінг розвитку.

Якщо ви лікар або все ще занепокоєні:

1. Попросіть направити Вас до спеціаліста

**НЕ ЧЕКАЙТЕ.
Ранні дії можуть змінити ситуацію!**

Допоможіть своїй дитині вчитися та рости



Ви можете допомогти своїй дитині вчитися й рости. Щодня спілкуйтесь, читайте, співайте та грайте разом. Нижче наведено кілька занять, якими можна насолоджуватися з вашою 2-річною дитиною сьогодні.

Що ви можете зробити для своєї 2-річної дитини:

- Заохочуйте дитину допомагати з простими справами вдома, наприклад підмітати та готувати обід. Хваліть свою дитину за те, що вона хороший помічник.
- У цьому віці діти ще грають поруч (не один з одним) і погано діляться один з одним. Під час ігрових побачень давайте дітям багато іграшок для гри. Уважно стежте за ними та втручайтеся, якщо вони сваряться чи сперечаються.
- Приділяйте дитині увагу та хваліть, коли вона виконує інструкції.
- Навчіть дитину розпізнавати та називати частини тіла, тварин та інші звичайні речі.
- Не поправляйте дитину, коли вона говорить слова неправильно. Вірніше, скажіть це правильно. Наприклад, «Це м'яч».
- Заохочуйте дитину сказати слово, а не вказувати пальцем. Якщо ваша дитина не може сказати все слово («молоко»), дайте їй перший звук («м»), щоб допомогти. Згодом ви можете запропонувати дитині сказати ціле речення — «Я хочу молока».
- Сховайте іграшки дитини по кімнаті і дозвольте їй знайти їх.
- Допоможіть дитині скласти пазли з формами, кольорами або сільськогосподарськими тваринами. Назвіть кожну деталь, коли ваша дитина покладе її на місце.
- Заохочуйте дитину грати з кубиками. По черзі будуйте вежі та зносіть їх.
- Робіть разом з дитиною художні проекти, використовуючи олівці, фарби та папір. Опишіть, що робить ваша дитина, і повісьте це на стіну або холодильник.
- Попросіть дитину допомогти вам відкрити дверцята та ящики і гортати сторінки в книзі чи журналі.
- Коли ваша дитина буде добре ходити, просіть її приносити для вас невеликі речі.
- Кидайте м'яч вперед-назад. Якщо ваша дитина вміє це добре робити, заохочуйте її бігати та копати м'яч.
- Візьміть дитину в парк, щоб побігати або прогулятися природними стежками. Уважно стежте за своєю дитиною.

Основні етапи, адаптовані з книги CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.

Цей контрольний перелік етапів не є заміною стандартизованого, перевіреного інструменту скринінгу розвитку.



Христина Ткач

Ваша дитина в 3 роки



Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дата _____

Віхи мають значення! Те, як ваша дитина грає, вчиться, говорить, діє та рухається, дає важливі підказки щодо її розвитку. Перевірте віхи, яких досягла ваша дитина до 3 років. Беріть цей тест з собою і радьтеся з педіатром під час кожного відвідування про віхи, яких досягла ваша дитина, і чого очікувати далі.

Що вміє робити більшість дітей у цьому віці

Соціальний/Емоційний розвиток

- Копіює дорослих і друзів
- Часто вживає фразу "Я-сам", відмовляється від вашої допомоги та капризує (приблизно в цьому віці в дитини починається криза 3 років)
- Виявляє прихильність до друзів без підказки
- Ділиться в іграх
- Виявляє стурбованість заплаканим другом
- Розуміє поняття «мій» і «його» чи «її»
- Виявляє широкий спектр емоцій
- Легко відділяється від мами і тата
- Може засмучуватися через серйозні зміни в розпорядку дня
- Самостійно одягається та роздягається

Мова/Спілкування

- Дотримується інструкцій з 2 або 3 кроків
- Розуміє такі слова, як «в», «над» та «під»
- Вказує своє ім'я, вік і стать
- Знає ім'я друга
- Вимовляє слова на кшталт «я», «ми» і «ти», а також деякі множини (автомобілі, собаки, кішки)
- Розмовляє достатньо добре, щоб незнайомі люди зрозуміли більшість
- Продовжує розмову, використовуючи 2-3 речення

Когнітивний розвиток (навчання, мислення, вирішення проблем)

- Може працювати з іграшками з кнопками, важелями та рухомими частинами
- Грає у ігри з ляльками, тваринами та людьми
- Складає пазли з 3 або 4 частин
- Розуміє, що означає «два»
- Копіює коло олівцем
- Перегортає сторінки книги по одній
- Будує вежі понад 6 блоків
- Закручує і відкручує кришки банок або повертає дверну ручку



Христина Ткач

Рух/Фізичний розвиток

- Добре лазить
- Легко бігає
- Катається на 3-колісному велосипеді
- Ходить вгору і вниз по сходах, по одній ступні на кожній сходинці

Ви знаєте свою дитину найкраще

Дійте завчасно, якщо у вас є занепокоєння щодо того як ваша дитина грається, навчається, говорить, діє чи рухається, або якщо ваша дитина:

- Часто падає або має проблеми зі сходами
- Тече слюна або має дуже нечітку вимову
- Не вміє працювати з простими іграшками
- Не говорить реченнями
- Не розуміє простих інструкцій
- Не грає в прикидання чи вигадки (наприклад, не показує лева)
- Не хоче грати з іншими дітьми чи іграшками
- Не встановлює зоровий контакт
- Втрачає навички, які мала колись

Повідомте лікаря або медсестру вашої дитини, якщо ви помітили будь-які з цих ознак можливої затримки розвитку для цього віку, і попросіть пройти скринінг розвитку.

Якщо ви лікар або все ще занепокоєні:

1. Попросіть направити Вас до спеціаліста

**НЕ ЧЕКАЙТЕ.
Ранні дії можуть змінити ситуацію!**

Допоможіть своїй дитині вчитися та рости



Ви можете допомогти своїй дитині вчитися й рости. Щодня спілкуйтесь, читайте, співайте та грайте разом. Нижче наведено кілька занять, якими можна насолоджуватися з вашою 3-х річною дитиною сьогодні.

Що ви можете зробити для своєї 3-річної дитини:

- Ходіть зі своєю дитиною в ігрові групи або в місця, де є інші діти, щоб стимулювати спілкування з іншими.
- Домовляйтесь з дитиною, щоб вирішити проблему, якщо вона засмучена.
- Розкажіть про емоції вашої дитини. Наприклад, скажіть: «Я можу сказати, що ти злий, тому що кинув шматок пазла». Заохочуйте свою дитину виявляти почуття.
- Встановіть правила та обмеження для вашої дитини та дотримуйтесь їх. Хваліть дитину за дотримання правил. Якщо ваша дитина порушує правило, зупиніть її і не дозволяйте його порушувати.
- Давайте дитині інструкції з 2 або 3 кроків. Наприклад, «Йди до своєї кімнати і візьми туфлі та пальто».
- Читайте своїй дитині кожен день. Попросіть дитину вказувати на речі на малюнку та повторятислова за вами.
- Подаруйте дитині «коробку для активності» з папером, олівцями та розмальовками. Малюйте лінії та форми разом із дитиною.
- Грайте в ігри на відповідність. Попросіть дитину знайти однакові предмети в книгах або вдома.
- Грайте в лічильні ігри. Порахуйте частини тіла, сходи та інші речі, які ви використовуєте або бачите щодня.
- Тримайте дитину за руку, піднімаючись і спускаючись по сходах. Коли вона зможе легко підніматися і опускатися, заохочуйте її використовувати перила.
- Грайте на вулиці з дитиною. Сходіть в парк. Дозвольте своїй дитині грати вільно і без структурованих занять.

Основні етапи, адаптовані з книги CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.

Цей контрольний перелік етапів не є заміною стандартизованого, перевіреного інструменту скринінгу розвитку.



Христина Ткач

Ваша дитина в 4 роки



Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дата _____

Віхи мають значення! Те, як ваша дитина грає, вчиться, говорить, діє та рухається, дає важливі підказки щодо її розвитку. Перевірте віхи, яких досягла ваша дитина до 4 років. Беріть цей тест з собою і радьтеся з педіатром під час кожного відвідування про віхи, яких досягла ваша дитина, і чого очікувати далі.

Що вміє робити більшість дітей у цьому віці

Соціальний/Емоційний розвиток

- Любить робити нові речі
- Дедалі креативніша у вигаданій грі
- Більше б грала з іншими дітьми, ніж сама
- Співпрацює з іншими дітьми
- Розповідає про те, що їй подобається і що їй цікаво

Мова/Спілкування

- Знає деякі основні правила граматики, наприклад, правильно використовує «він» і «вона»
- Співає пісню або розказує вірш напам'ять
- Розповідає історії
- Може сказати своє ім'я та прізвище

Когнітивний розвиток (навчання, мислення, вирішення проблем)

- Називає деякі кольори і деякі числа
- Розуміє ідею підрахунку
- Починає розуміти час
- Пригадує частини оповідання
- Розуміє поняття «однакові» та «різні»
- Малює людину з 2-4 частинами тіла
- Користується ножицями
- Починає копіювати деякі великі літери
- Грає в настільні або карткові ігри
- Розповідає вам, що, на її думку, відбудеться далі в книзі

Рух/Фізичний розвиток

- Стрибає і стоїть на одній нозі до 2 секунд
- Більшу частину часу ловить відбитий м'яч
- Наливає, ріже під наглядом і перемішує власну їжу



Христина Ткач

Ви знаєте свою дитину найкраще

Дійте завчасно, якщо у вас є занепокоєння щодо того як ваша дитина грається, навчається, говорить, діє чи рухається, або якщо ваша дитина:

- Має відсутні віхи
- Не може стрибати на місці
- Не проявляє інтересу до інтерактивних ігор чи вигадок
 - Ігнорує інших дітей або не реагує на людей поза сім'єю
 - Показує супротив до одягання, сну та користування туалетом
- Не може переказати улюблену історію
- Не виконує команди з трьох частин
- Не розуміє «однакові» та «різні»
- Неправильно вживає слова "я" і "ти".
- Говорить нечітко
- Втрачає навички, які мавла колись

Повідомте лікаря або медсестру вашої дитини, якщо ви помітили будь-які з цих ознак можливої затримки розвитку для цього віку, і попросіть пройти скринінг розвитку.

Якщо ви лікар або все ще занепокоєні:

1. Попросіть направити Вас до спеціаліста

**НЕ ЧЕКАЙТЕ.
Ранні дії можуть змінити ситуацію!**

Допоможіть своїй дитині вчитися та рости



Ви можете допомогти своїй дитині вчитися й рости. Щодня спілкуйтесь, читайте, співайте та грайте разом. Нижче наведено кілька занять, якими можна насолоджуватися з вашою 4-річною дитиною сьогодні.

Що ви можете зробити для своєї 4-річної дитини:

- Пограйте з дитиною у вигадки. Нехай вона буде лідером і копіюйте, що вона робить.
- Запропонуйте вашій дитині зіграти в майбутню подію, яка може змусити її нервувати, наприклад, піти до дошкільного закладу або залишитися на ніч у бабусі чи дідуся.
- Надавайте дитині простий вибір, коли можете. Нехай вона сама вибирає, що одягнути, пограти чи з'їсти на перекус. Обмежте вибір 2 або 3 варіантами.
- Під час гри з іншими дітьми дозвольте дитині самостійно вирішувати свої проблеми з друзями, але будьте поруч, щоб допомогти, якщо потрібно.
- Заохочуйте дитину використовувати слова, ділитися іграшками та по черзі грати в ігри.
- Дайте дитині іграшки для розвитку уяви, наприклад, одяг, кухонні гарнітури та кубики.
- Розмовляючи з дитиною, використовуйте хорошу граматику. Замість «Мама хоче, щоб ти прийшов сюди», скажіть: «Я хочу, щоб ти прийшов сюди».
- Використовуйте такі слова, як «перший», «другий» і «наступний», коли говорите про повсякденну діяльність. Це допоможе вашій дитині дізнатися про послідовність подій.
- Знайдіть час, щоб відповісти на запитання дитини «чому». Якщо ви не знаєте відповіді, скажіть «Я не знаю» або допоможіть дитині знайти відповідь у книзі, в Інтернеті або в іншого дорослого.
- Коли ви читаєте разом з дитиною, попросіть її під час читання розповідати наперед, що станеться в оповіданні.
- Називайте кольори в книгах, малюнках і речах вдома. Порахуйте звичайні речі, як-от кількість крекерів, сходів або іграшкових потягів.
- Навчіть свою дитину грати в ігри на свіжому повітрі.
- Включайте улюблену музику вашої дитини та танцюйте з нею. По черзі копіюйте рухи один одного.

Основні етапи, адаптовані з книги CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.

Цей контрольний перелік етапів не є заміною стандартизованого, перевіреного інструменту скринінгу розвитку.



Христина Ткач

Ваша дитина в 5 років



Ім'я дитини _____

Вік дитини _____

Дата _____

Віхи мають значення! Те, як ваша дитина грає, вчиться, говорить, діє та рухається, дає важливі підказки щодо її розвитку. Перевірте віхи, яких досягла ваша дитина до 5 років. Беріть цей тест з собою і радьтеся з педіатром під час кожного відвідування про віхи, яких досягла ваша дитина, і чого очікувати далі.

Що вміє робити більшість дітей у цьому віці

Соціальний/ Емоційний розвиток

- Хочє порадувати друзів
- Хочє бути, як друзі
- З більшою вірогідністю погодиться з правивлами
- Любить співати, танцювати та грати
- Усвідомлює стать
- Може сказати, що справжнє, а що вигадане
- Виявляє більшу незалежність (наприклад, може самостійно відвідувати сусіда по сусідству [нагляд дорослих все одно потрібен])

Мова/Спілкування

- Чітко говорить
- Розповідає просту історію, використовуючи повні речення
- Вживає майбутній час; наприклад, «Бабуся буде».
- Кажє ім'я та адресу

Когнітивний розвиток (навчання, мислення, вирішення проблем)

- Рахує до 10 або більше
- Може намалювати людину з щонайменше 6 частинами тіла
- Може надрукувати деякі літери чи цифри
- Копіює трикутник та інші геометричні фігури
- Знає про речі, які використовуються щодня, як-от гроші та їжа

Рух/Фізичний розвиток

- Стоїть на одній нозі 10 секунд або довше
- Стрибає, грає в класики
- Може зробити сальто
- Використовує виделку та ложку, а іноді й столовий ніж
- Може самостійно користуватися туалетом
- Гойдається на качелі



Христина Ткач

Ви знаєте свою дитину найкраще

Дійте завчасно, якщо у вас є занепокоєння щодо того як ваша дитина грається, навчається, говорить, діє чи рухається, або якщо ваша дитина:

- Має відсутні віхи
- Не виявляє широкого спектру емоцій
- Показує екстремальну поведінку (незвичний страх, агресивність, сором'язливість або сум)
- Не активна
- Легко відволікається, їй важко зосередитися на одній діяльності більше 5 хвилин
- Не реагує на людей, або реагує лише поверхово
- Не може сказати, що насправді, а що вигадано
- Не може назвати ім'я та прізвище
- Не вживає належним чином множину чи минулий час
- Втрачає навички, які мала колись
- Не грає в різноманітні ігри
- Не говорить про щоденну діяльність чи переживання
- Не малює картини
- Не може чистити зуби, мити й сушити руки, роздягатися без сторонньої допомоги

Повідомте лікаря або медсестру вашої дитини, якщо ви помітили будь-які з цих ознак можливої затримки розвитку для цього віку, і попросіть пройти скринінг розвитку.

Якщо ви лікар або все ще занепокоєні:

1. Попросіть направити Вас до спеціаліста

**НЕ ЧЕКАЙТЕ.
Ранні дії можуть змінити ситуацію!**

Допоможіть своїй дитині вчитися та рости



Ви можете допомогти своїй дитині вчитися й рости. Щодня спілкуйтесь, читайте, співайте та грайте разом. Нижче наведено кілька занять, якими можна насолоджуватися з вашою 5-ти річною дитиною сьогодні.

Що ви можете зробити для своєї 5-річної дитини:

- Продовжуйте влаштовувати ігри, поїздки в парк або ігрові групи. Дайте дитині більше свободи вибирати заняття для гри з друзями, і дозвольте їй самостійно вирішувати проблеми.
- Ваша дитина може почати говорити у відповідь або використовувати нецензурну лайку, щоб почуватися незалежною. Не приділяйте цій розмові багато уваги. Замість цього хваліть дитину, коли він добре просить про речі і спокійно приймає «ні» як відповідь.
- Це гарний час, щоб поговорити з дитиною про безпечний дотик. Ніхто не повинен торкатися «приватних частин», крім лікарів чи медсестер під час медогляду чи батьків, коли вони намагаються утримувати дитину в чистоті.
- Розкажіть дитині її адресу та номер телефону.
- Читаючи дитині, попросіть її передбачити, що буде далі в казці.
- Заохочуйте дитину до «читання», розглядаючи малюнки та розповідаючи історію.
- Навчіть дитину таким поняттям, як ранок, день, вечір, сьогодні, завтра та вчора. Почніть вчити дні тижня.
- Досліджуйте інтереси вашої дитини. Наприклад, якщо ваша дитина любить тварин, відвідайте зоопарк. Зайдіть в бібліотеку або загляньте в Інтернет, щоб дізнатися про ці теми.
- Зберігайте зручну коробку олівців, паперу, фарби, дитячих ножиць і пасти. Заохочуйте свою дитину малювати та створювати художні проекти з різних матеріалів
- Грайте в ігри, які спонукають дитину складати речі.
- Навчіть дитину качати ногами вперед-назад на гойдалках.
- Допоможіть своїй дитині залізти на турнік.
- Ходіть з дитиною на прогулянки, влаштовуйте полювання на сміття у вашому районі чи парку, допомагайте їй кататися на велосипеді з тренувальними колесами (в шоломі).

Основні етапи, адаптовані з книги CARING FOR YOUR BABY AND YOUNG CHILD: BIRTH TO AGE 5, Fifth Edition, edited by Steven Shelov and Tanya Remer Altmann © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 by the American Academy of Pediatrics and BRIGHT FUTURES: GUIDELINES FOR HEALTH SUPERVISION OF INFANTS, CHILDREN, AND ADOLESCENTS, Third Edition, edited by Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, and Paula M. Duncan, 2008, Elk Grove Village, IL: American Academy of Pediatrics.

Цей контрольний перелік етапів не є заміною стандартизованого, перевіреного інструменту скринінгу розвитку.



Христина Ткач

<https://www.khrystynatkach.com/>

джерело інформації Centers for Disease Control and Prevention (CDC)