

# Вашему ребенку 1 год



То, как ребенок играет, учится, говорит и действует, — важные признаки его развития. Основные этапы физического и умственного развития — это комплекс действий, которые могут выполнять большинство детей в определенном возрасте.

Проверьте этапы, которых достиг ваш ребенок, когда ему исполнился 1 год. Возьмите этот список с собой к врачу вашего ребенка и при каждом посещении обсудите с ним основные этапы развития, которых достиг ребенок, и чего ожидать в дальнейшем.

## Что большинство детей делают в этом возрасте?

### Социальное и эмоциональное развитие

- Стесняется или нервничает при незнакомых людях
- Плачет, когда мама или папа уходит
- У ребенка есть любимые вещи и люди
- Демонстрирует страх в некоторых ситуациях
- Передает вам книгу, когда хочет послушать сказку
- Повторяет звуки или действия, чтобы привлечь внимание
- Протягивает руку или ногу, помогая одеть себя
- Играет в «ку-ку» и «ладушки»

### Развитие речи и общение

- Реагирует на простые устные просьбы
- Использует простые жесты, например качает головой «нет» или машет «пока»
- Произносит звуки, меняя интонацию (больше похоже на речь)
- Говорит «мама» и «папа» и произносит восклицания, например «ой-ой!»
- Пытается произнести слова, которые вы говорите

### Когнитивное развитие (обучение, мышление, решение задач)

- Разными способами изучает предметы, например Начинает правильно пользоваться предметами, например пьет из чашки, расчесывает волосы
- Стучит двумя предметами друг о друга
- Кладет предметы в коробку, достает их из коробки
- Отпускает предметы без помощи
- Тычет указательным пальцем
- Выполняет простые указания, например «подними игрушку»

### Движение и физическое развитие

- Без помощи принимает сидячее положение
- Подтягивается, держась за предметы, чтобы встать; ходит, держась за мебель («прогуливается»)
- Возможно, может сделать несколько шагов, не держась
- Возможно, умеет стоять сам

### Действуйте без промедления и поговорите с врачом, если ребенок:

- Не ползает
- Не может стоять, когда его поддерживают
- Не ищет вещи, которые вы прячете, когда он видит
- Не произносит отдельные слова, например «мама» или «папа»
- Не учится жестам, например махать рукой или качать головой
- Не показывает на предметы
- Теряет навыки, которые имел раньше

Если вы заметили один любой из этих признаков возможной задержки в развитии, сообщите врачу своего ребенка или медсестре и позвоните по номеру 311, чтобы узнать о Программе раннего вмешательства (Early Intervention).

Материалы предоставлены Центрами по контролю и профилактике заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention) в рамках программы «Следите за признаками. Действуйте без промедления» (Learn the Signs. Act Early). Для получения дополнительной информации посетите сайт [www.cdc.gov/ActEarly](http://www.cdc.gov/ActEarly).

**Ребенок должен расти не только физически**

Чтобы подробнее узнать о развитии детей, зайдите на сайт [nyc.gov](http://nyc.gov) и выполните поиск по запросу «Child Development»