**Календарь развития ребенка по месяцам**

**5 месяц**

Малыш умеет легко переворачиваться на бочок, с живота на спинку и наоборот. Лежа на спине, приподымает голову, чтобы больше видеть. Упирается ножками в кровать и пытается встать на «мостик». Лежа на животе, вытягивает прямо ручки и ножки, держит одной ручкой игрушку. Все больше окружающих предметов вызывают у малыша интерес, особенно цветных. Перекладывает игрушки из одной ручки в другую. Наблюдает за падающей на пол игрушкой. Теперь он не только берет их в ручки и бросает, но и пытается тянуть в рот. Это может свидетельствовать о скором появления зубов. Малыш значительно реже плачет, больше улыбается и смеется; он интересный и веселый. Появление чужого человека может вызвать отрицательную реакцию и даже плач. Переводит взгляд с одного присутствующего собеседника на другого. За месяц ребенок в среднем прибавляет в весе 700 г и 1-2 см.

Ребенок на 5-м месяце продолжает осваивать инструменты общения: улыбку, смех, лепет, которые становятся с каждым днем все выразительней, живей, и наполняются смыслом. Он становится активней и мобильней в движении: переворачивается, из лежачего положения постепенно стремиться к сидячему, самостоятельно принимает различные позы. **Развитие ребенка в 5 месяцев – это период закрепления и усовершенствования уже полученных ранее навыков и переход к новому образу жизни, когда малыш уже сможет сидеть.**

**Рост и вес**

Умножьте на два массу тела вашего крохи при рождении – примерно столько весит теперь пятимесячный малыш. В конце 5 месяца ребенок должен иметь вес 6.5 — 7.5 кг (±1 кг) и рост 63 — 65 см (± 3 см). За этот месяц он набирает до 700 г и прибавляет около 2-х см.

Почти все безусловные рефлексы у ребенка к 4 — 5 месяцам угасают, рефлекс Моро должен исчезнуть к концу 5-го месяца.)

В физическом развитии малыша наблюдаются заметные изменения.

**Что умеет младенец в конце 5-го месяца**

1. Ребенок в 5 месяцев может уже хорошо сидеть при поддержке спины, держась за что-то руками. Самостоятельно он сидеть пока не умеет (.
2. Если поставить ребенка в вертикальное положение, поддерживая за подмышки, то он стоит почти прямо, не сгибая ножек.
3. Если держать малыша в воздухе параллельно полу вниз лицом, то он приподнимает верхнюю часть тела и головку до средней линии и держит их в таком положении.
4. Если потянуть его за ручки в лежачем положении, то малыш сам подтянется и не даст головке запрокинуться назад.
5. Лежа на спинке, ребенок поднимает ножки и ручки, рассматривает их, тянет ступни в рот.
6. Лежа на животе, приподнимается на предплечьях и уверенно держит головку.
7. Протягивает руку к движущемуся предмету и уже может его схватить.
8. Активно переворачивается на бочок, с живота на спину.
9. Спинные мышцы ребенка в 5 месяцев уже развиты достаточно для того, чтобы он смог сделать «самолетик»: лежа на животике с приподнятой головой, двигает ручками и ножками.

**Психическое развитие**

1. Лепет малыша становится разборчивее, это уже не примитивные отдельные звуки, а сочетание их: «ма», «ня», «да», «ба». Ребенок произносит их, повторяя несколько раз в разном сочетании, выдавая что-то вроде свирели.
2. Кроха временами «разговаривает» сам с собой, четко разделяя слоги.
3. Отличает строгую и нежную интонацию. Может обидеться, когда на него ругаются или кричат. Замолкает, когда с ним разговаривают, внимательно вслушиваясь. Старается обратить на себя внимание.
4. Ребенок без труда узнает знакомые лица, настораживается при виде новых людей. Реагирует на выражение лица. Улавливает связи между прической, глазами, голосом, запоминает образ в целом. Любит рассматривать изображения лиц на картинках, предпочитает улыбающиеся.
5. Даже если малыш кажется общительным в присутствии матери, то без нее, рядом с чужими, становится пугливым.
6. На пятом месяце улучшается способность зрительного управления движениями рук: малыш без труда может взять нужный предмет, глядя на него.
7. Пока не может отыскать прикрытую чем-то игрушку, но если ее закрыть не полностью, то ребенок поймет, где она спрятана.
8. Некоторые дети могут уже запоминать качественные характеристики предметов, например: цвет или размер игрушки, какая она на ощупь, и предпочитать эти вещи другим.
9. К началу 6-го месяца малыш может не только схватить и удержать игрушку, а потянуть ее на себя, отнять.
10. Ребенок теперь может уделять самостоятельной игре 5 – 10 минут.

Если некоторые навыки (см. 4 мес.) у ребенка отсутствуют, то необходимо проконсультироваться с педиатром.

**Как помочь ребенку развиваться**

В этом периоде занятия с ребенком непременно должны быть сконцентрированы на развитии опорно-двигательного аппарата. **Особенное внимание нужно уделять упражнениям для мышц спины, так как малышу необходимо научиться сидеть, а также закреплению навыка переворота со спины на животик и обратно.** Необходимо проводить ежедневные 20 – 30 минутные занятия гимнастикой в сочетании с массажем. Все упражнения рекомендуется сопровождать счетом, так у ребенка формируется чувство ритма. Можно включить ритмичную музыку.

**Упражнение на приседание с прогибом позвоночника (делать 1 раз в день):**

* Ребенок лежит на спинке. Вложите в ладошки малышу большие пальцы своих рук, пусть он их сожмет. Остальными пальцами обхватите ребенка за запястья.
* Разведите руки ребенка чуть в стороны и подтяните его к себе, пока малыш не сядет.
* Затем поднимите руки малыша вверх и зафиксируйте их там одной рукой.
* Пальцами свободной руки проведите вдоль позвоночника крохи снизу вверх. Ребенок при этом рефлекторно разогнет спинку.
* После этого, аккуратно поддерживая головку, положите малыша в исходное положение.

**«Подползание»:** лежа на животике, малыши уже стремятся дотянуться до лежащей рядом игрушки. Ползанием это еще не назвать, но можно считать первым шажком к тому, чтобы ползать. Раскладывайте рядом с крохой игрушки на расстоянии чуть большим, чем вытянутая рука ребенка. Ладонью создайте опору для его ножек. Пусть малыш пытается подползать и хватать предметы. Это будет хорошей гимнастикой для всех групп мышц малыша.

**Массаж для ребенка в 5 месяцев должен несколько усложниться.** Кроме растирания, поглаживания, вибрации и поколачивания можно использовать пощипывание, щипцеобразное разминание и валяние.

**Продолжайте носить ребенка на руках.** «Разговаривайте» с ним, рассказывайте и показывайте ему все окружающее. Позволяйте крохе исследовать как можно большее количество предметов, но будьте осторожны, ведь ребенок теперь тянет все в рот, поэтому следите за чистотой игрушек и безопасностью окружающих предметов.

**На некоторое время малыша теперь можно помещать в манеж, но не оставляйте его там на долго.**Длительное пребывание в манеже или кроватке создает у крохи впечатление замкнутости и ограниченности пространства и может притуплять у ребенка стремление исследовать мир.

**Игры**

Для пятимесячного крохи интересны будут игры в «Ку-ку», «Сороку-ворону», «Идет коза рогатая», «Ладушки». (см. 4 мес.). В этом возрасте малыши любят игры с разными звуками:

* «Как говорят животные»: произносите звуки, подражая животным. При этом называйте зверя и показывайте его на картинке.
* Читайте ребенку книжки с потешками и четверостишиями, они развивают память малыша.
* Прикасайтесь к разным частям тела ребенка, ласково называя их: носик-курносик, синенькие глазки, розовые щечки.
* Пришейте к носочкам малыша маленькие колокольчики, пусть они звенят, когда ребенок шевелит ножками. На ручки можно сделать браслетики с колокольчиками или яркими нашивками (бабочка, цветочек), кроха будет разглядывать их, когда поднимет ручки.
* Перекличка: вводите постепенно в «словарный запас» малыша новые слоги. Внимательно слушайте, что «говорит» ребенок, а потом отвечайте ему так, словно поддерживаете беседу. Через какое-то время малыш будет повторять за вами. Важно, чтобы кроха видел ваше лицо, наблюдал за жестами и мимикой.

Поиграйте с малышом перед зеркалом. Возьмите ребенка на руки и помашите рукой отражению в зеркале. Возможно, малыш будет очень удивлен появлением второй мамы с кем-то на руках. Пока ребенок воспринимает отражение в зеркале как другой живой объект. Если вы возьмете в руку игрушку, то малыш будет пытаться схватить ее в зеркале, не замечая ее у вас в руках. Примерно до 1.5 лет дети не понимают, что в зеркале только отражение.

Для развития тактильной чувствительности сделайте набор разноцветных подушечек из разных тканей (фланель, шелк, вельвет). Когда малыш лежит на животике, давайте их ему, пусть трогает и разглядывает. Когда ребенок подрастет, такие подушечки можно будет раскладывать парами по цвету, размеру или рисунку.

Если любите шить, можно сделать специально для вашего малыша текстильную книжку с аппликациями из разных тканей, липучками, шнуровками, пришитыми пуговицами. Тематика книжки может быть различая, в зависимости от пола ребенка.

**Питание и сон**

Режим сна и бодрствования у ребенка в 5 месяцев остается такой же, как и в прошлом месяце (см. 4 мес.). Для каждого малыша он индивидуален и зависит от биоритмов и темперамента: кто-то просыпается рано и так же ложится, а кто-то любит попозже встать и «гуляет» полночи. Малыши еще могут путать день с ночью, но многие дети уже спят по ночам продолжительней, чем днем, просыпаясь 1 – 2 раза.

Кормление пока остается без изменений (см. 4 мес.). Продолжайте кормить грудью или смесью по требованию.

**В 5 месяцев допускается введение первого прикорма если:**

* У вас мало молока;
* Ребенок плохо прибавляет в весе, капризничает, не наедается;
* Его мучают боли в животике или запоры, редкий или скудный стул;
* Он часто срыгивает (за сутки более 2-х раз или после каждого кормления).

**6 месяц**

Малыш научился уверенно сидеть без поддержки, хотя сам еще не садится. Некоторые детки все же совершают попытки сесть самостоятельно. Лежа на животике, опирается на вытянутые ручки и приподымается. При поддержке опирается на ножки и пытается стоять. Делает попытки приподняться на четвереньки. Дотягивается до отдаленных предметов. Выбирает понравившуюся игрушку из нескольких, предложенных на выбор. Рассматривает ручки, пальчики. В это время пора вводить первый прикорм. Чаще всего его начинают с приготовленных на пару овощей. Качество стула меняется, кормления грудью становятся все реже. Вырабатываются вкусовые предпочтения. Пьет из чашки-непроливайки. Поворачивается, когда его называют по имени. Начинает произносить слоги «ма», «ба», «да». Днем спит 2-3 раза. В этот период начинают прорезываться зубы. Это может сопровождаться болью, повышением температуры, повышением слюноотделения, беспокойством. Прибавка в весе – 650 г, в росте – 1-2 см.

**Развитие малыша на 6 месяце**

Первая в жизни ребенка знаменательная дата – это полгода. Начиная с этого возраста, малыш постепенно превращается в личность. Каждый день ваш кроха будет удивлять вас появлением новых навыков в общении, проявлением своей индивидуальности и характера. Развитие ребенка в 6 месяцев приносит огромные изменения в психическую и физиологическую сферы малыша, особенно это касается изменений в питании и режиме.

**Физиологическое развитие**

Для того, чтобы оценить физическое развитие ребенка педиатры пользуются центильными таблицами, в которых указываются нормы по месяцам. Для мальчиков и девочек они различны. Кроме массы и длины тела, в таблицах имеются показатели окружность головы и груди, которые тоже важно учитывать при оценке физического развития малыша. **Ребенок в 6 месяцев должен иметь следующие показатели: вес 6.8 – 8.4 кг (± 1 кг), рост 64 – 67 см (± 3 см).**

**Что умеет ребенок на 6 месяце**

1. Ребенок уже освоил перевороты со спины на животик и обратно.
2. К этому возрасту у всех детей пропадает физиологический гипертонус как в ручках, так и ножках.
3. Лежа на животе, ребенок может облокачиваться на одну руку, а другой захватывать игрушку.
4. Крепко держится пальчиками за вашу руку при подтягивании из положения лежа. Самостоятельно подтягивается так, что вам почти не приходится прилагать усилия. Некоторые малыши уже способны сидеть сами.
5. Пытается ползать по-пластунски или на четвереньках, подползает к игрушке.
6. При поддерживании за подмышки, упирается и отталкивается ножками, «пританцовывает».
7. Некоторые дети пытаются вставать, держась за край кроватки.
8. Хватает предметы одной рукой, берет из одной ручки в другую. Держит в каждой руке по игрушке. Ощупывает вещь всей ладонью. Поднимает упавшую игрушку и снова кидает.
9. Если спрятать игрушку, начинает ее искать. Сам находит предмет, прикрытый чем-то.
10. Самостоятельно играет до 10 — 15 минут. Помногу раз повторяет то, что у него получается: открывает и закрывает коробочку, заворачивает и разворачивает платочек.
11. В полгода может проклюнуться первый зубик, как правило, это нижний центральный резец (о том, когда начинают резаться зубы). В 6 месяцев ребенок первый раз посещает стоматолога, который оценит правильность строения челюсти и уздечек под верхней и нижней губами.

**Психоэмоциональное развитие**

1. У ребенка все больше совершенствуется лепет. Крик и плач отходят на задний план и появляются при физиологическом дискомфорте. В речи младенца происходит слияние согласных и гласных звуков в различном сочетании. Из-за этого может казаться, что малыш уже произносит слова и говорит, но это пока не так. Просто ребенок уже мастерски имитирует услышанные звуки, но смысловой нагрузки «речь» пока не несет. **К концу 6-го месяца ребенок произносит до 40 разных звуков.**
2. Теперь малыш не просто поддерживает с вами «диалог» или повторяет, он пытается понять смысл сказанного вами. Ребенок способен найти взглядом ту вещь, о которой говорится.
3. Малыш может узнать родителей по голосу, не видя их при этом. Если ребенок услышит голос матери в другой комнате, то криком дает понять, что знает о ее присутствии. Просится на ручки.
4. Многие дети уже способны на проявление ласки и нежности. Могут прижаться к маме, когда сидят у нее на коленях. Посторонних уже не боятся так, как раньше, но в общении с ними держат дистанцию и активности не проявляют.
5. В мышлении ребенка формируются простейшие причинно-следственные связи. К примеру, малыш понимает, что если нажать пальцем на кнопку в игрушке — заиграет музыка, игрушка упадет – раздастся стук, если он закричит – мама подойдет. Но о настоящем продвижении в интеллектуальном развитии можно будет думать только, когда у малыша появится страх – признак того, что ребенок не только улавливает связь между событиями, но и может предвидеть их.
6. Ребенок начинает интересоваться практическим применением окружающих предметов. Из-за этого общение с ним теперь носит не только эмоциональный характер, а приобретает черты сотрудничества: малыш привлекает ваше внимание лепетом, чтобы получить интересующий его предмет и познать с вашей помощью его функции и качества.

**Тест на развитие малыша в полгода**

* На расстоянии 20- 30 см от ребенка держите игрушку. Он должен уметь переводить взгляд от окружающей обстановки к игрушке, выделяя ее от всего остального.
* Предложите ребенку сначала бутылочку с молоком, а потом игрушку. Реакция малыша должна быть разной: увидев еду, малыш открывает ротик и может совершать сосательные движения, при виде игрушки будет реакция оживления.
* Когда малыш лежит, позвените перед ним колокольчиком, а затем медленно отодвигайте его. Ребенок с вашей помощью начнет подниматься и перейдет в сидячее положение.
* Поговорите с ребенком, меняя мимику. Кроха начнет повторять за вами: сморщит лобик, улыбнется.
* Попробуйте отнять у малыша игрушку, которую он держит в руке. В 6 месяцев ребенок будет крепко держать предмет и сопротивляться, выражая недовольство.
* Если вы часто называете кроху по имени, то в этом возрасте малыш уже должен реагировать на него комплексом оживления.

**Что должно насторожить**

* Ребенок не может и не пытается сидеть, даже при поддержке.
* Когда вы поддерживаете кроху за подмышки, он не «пританцовывает».
* Не перекладывает предмет из одной ручки в другую.
* Не реагирует на звуки, шорохи, которые находятся вне поля зрения.
* Не просится на ручки.
* Не лепечет, не улыбается, не узнает родителей.

**Введение прикорма**

Самый благоприятный возраст для начала введения прикорма – это полгода. До этого времени грудное молоко обеспечивает детский организм во всех необходимых веществах. При кормлении смесью первый прикорм вводится немного раньше — с 4 — 5 месяцев. Когда речь идет о сроках введения прикорма, то имеется ввиду конец месяца, в котором его начинают.

[](https://www.sundelight.by/img/all/tablitsa3.jpg)

Таблица введения прикорма с 6 месяцев

После 6 месяцев ни грудное молоко, ни смесь уже не могут компенсировать энергетические затраты, которые уходят на интенсивный рост, физическое развитие. Организм малыша начинает нуждаться в большом количестве минералов, микроэлементов и растительных белков.

Если начинать прикорм позже крайнего срока (6 – 7 месяцев), то ребенку потом будет трудно адаптироваться к новой пище и ее консистенции. Позднее введение прикорма чревато возникновением дефицитных состояний (гипотрофия, анемия, рахит), плохим развитием жевательного навыка и вкусового восприятия, а также необходимостью одновременного введения нескольких продуктов, что может вызвать аллергическую реакцию или нарушение в пищеварении.

**Важно, чтобы ребенок был готов к прикорму.** Обязательно проконсультируйтесь с педиатром прежде чем давать новую пищу. Если малыш поперхивается или выплевывает еду, то повремените немного с нововведением.

Итак, начинать прикорм удобней в первой половине дня, перед кормлением. Детям, склонным к запорам или с избыточной массой тела, лучше начинать с овощных пюре из кабачка, цветной капусты, брокколи. Худышки могут начать с безглютеновых каш: греча, рис или кукуруза, сваренных на воде без соли и сахара. Первые пюре и каши должны быть монокомпонентные, то есть содержать только один овощ или злак.

Летом и осенью обычно есть возможность найти качественные овощи. Перед употреблением их необходимо обработать и сварить, лучше на пару (так остается больше питательных веществ). Пюре должно быть гомогенным, то есть не содержать комочков и не очень густое. Для этого используйте блендер и, при необходимости, добавьте воды или отвара, на котором варились овощи. Либо используйте готовые детские пюре в баночках. Приучайте малыша сразу есть с ложечки. Бутылки с соской используйте только при необходимости (в дороге). Не давайте горячую пищу или из холодильника, оптимальная температура 370C.

Вводить начинают с 1\2 — 1 чайной ложки, а потом докармливают молоком или смесью. За 5 — 10 дней доводят до 150 — 180 г и полностью заменяют одно грудное кормление. В остальное время продолжайте кормить по требованию. Новые продукты вводятся только после того, как привыкли к предыдущему. Нельзя вводить более одного нового продукта. Многокомпонентные пюре и каши можно будет давать только примерно с 7 месяцев.

Следите за стулом и аллергическими реакциями у ребенка. Если есть аллергия на что-то, то отмените этот продукт и попытайтесь ввести позднее.

**Отучаем от соски**

*Отучение от соски:*если у крохи уже появился первый зубик обязательно постарайтесь отучить его от пустышки. Давление, которое оказывает соска на десна, может привести к искривлению зубов. Лучше купите малышу кольцо-прорезыватель. Во время введения прикорма отучить от соски легче, так как малыш начинает учиться пить из чашечки, а ночное кормление из бутылочки уже становятся редкостью или полностью исчезает.

**Сон малыша в 6 месяцев (режим)**

После 6 месяцев ребенок спит около 14 часов в сутки: два сна по 1.5 – 2 часа — днем и ночью — до 6 — 7 часов подряд. Но все равно режим остается индивидуальным. Многие грудные дети продолжают по несколько раз за ночь просить грудь – это нормально и может длиться, пока вы не перестанете кормить грудью. Наберитесь терпения. Чтобы ребенок подольше спал ночью:

* Интервал между последним дневным сном и ночным укладыванием должен быть не меньше 4-х часов.
* Купайте малыша перед сном. Теплая вода расслабляет и успокаивает.
* После купания покормите ребенка.

**Как помочь малышу развиваться — игры**

Продолжайте стимулировать развитие речи у малыша, как и в предыдущие месяцы. Купите ребенку несколько небольших красочных книжек с картонными страницами, которые он сможет сам переворачивать. Лучше, если книжки будут не просто с картинками, а с коротенькими стишками или потешками, в которых повторяются слова и фразы. Дети, которым с 6 месяцев читали стишки начинают раньше говорить.

**Центры, которые отвечают за мелкую моторику и речь находятся в головном мозге очень близко и взаимосвязаны между собой, поэтому важно проводить с ребенком занятия, направленные на активность пальцев рук:**

* Малыши в этом возрасте обожают игры с коробочками или формочками разного размера, матрешками.
* Сделайте несколько мешочков с разными наполнителями: сушеный горох, фасоль, крупная соль, пшенка, камушки, пуговицы.
* Возьмите шарик 5 – 6 см в диаметре, вложите его в ладошки малыша. Своими руками сожмите снаружи его ручки с шариком внутри и покатайте его там. Можно прокатывать грецкий орех. Делать 3 – 4 минуты ежедневно.
* Делайте массаж пальчиков: нежно массируйте их по очереди и легонько потягивайте. Делать 2 – 3 минуты каждый день.
* «Причесывание»: по очереди поднимайте ручки ребенка и плавно двигайте их вдоль головы назад и вперед.
* Сжимание и разжимание игрушки-пищалки.
* Игрушки-спирали, по которым нужно двигать фигурки.

Актуальными остаются игры в «Сорока-ворона», «Ладушки», «Ку-ку», «Идет коза рогатая».

Если у малыша получается сделать что-то новое обязательно хвалите его. Ребенок уже чувствует, что вы довольны им.

Увеличение количества игрушек в геометрической прогрессии – это проблема, с которой сталкиваются все родители. Чтобы не захламлять дом десятью очередными неваляшками и кубиками, которые надоедают малышу уже на 3-й день, разделите все игрушки на две части. Одну часть предоставьте малышу для игр, а остальные спрячьте. Раз в 4 – 5 дней меняйте игрушки. Учитывайте, что в 6 месяцев ребенок может одновременно играть максимум с двумя игрушками.

Малыш скоро начнет ползать, поэтому в кроватке или манеже ему становится тесновато. Предоставьте крохе ковер на полу и разложите на нем несколько игрушек, пусть малыш пытается подползать к ним.

Продолжайте проводить гимнастику и массаж с закаливающими процедурами ежедневно.

Старайтесь, чтобы все занятия и игры с ребенком были простыми и при этом полезными. Не перегружайте малыша, его психика не готова пока к длительным занятиям. Теперь ребенку еще больше нужны ваша любовь и внимание. Если хотите сделать его жизнь радостной, следите за каждым вашим словом и действием, которые теперь впечатываются в подсознание маленького человека.

  

**7 месяц**

Малыш любит большую часть времени проводить, лежа на животике. Начинает ползать, самостоятельно принимает сидячее положение и удерживает равновесие. Некоторые детки в этом возрасте уже уверенно садятся. Малыш тянет к маме ручки, просит, чтоб его взяли на руки. Он обращается к окружающим, зовет их. Ребенок уже не засыпает после еды, он проводит больше времени за играми. Сидит с прямой спинкой, во время кормления крутится в разные стороны, пытается увильнуть. Много лепечет, старается имитировать звуки, издаваемые взрослыми. Берет погремушку и стучит ею по поверхности. Держит бутылочку. Можно предложить ему пить из чашки и пробовать держать ложку. В это время прорезываются два нижних зубика. Это может доставлять дискомфорт при кормлении грудью. Он уже не так быстро набирает вес, так как изменился характер пищи и он стал больше двигаться. Прибавка в весе – 600 г, в росте – 1-2 см.

***Каждый день вы замечаете в малыше изменения. Это уже не тот крошечный комочек, который вы принесли из роддома. Младенец заметно подрос и теперь проявляет себя как полноправный член семьи. В 7 месяцев ребенок больше общается, больше двигается, да и питается и спит уже не как в первом полугодии.***

**Что нового в физическом развитии?**

**За седьмой месяц ребенок подрастает на 2 см и набирает около 600 г, к концу месяца вес малышей составляет 7.5 — 8.5 кг (± 1 кг), а рост 66 – 70 см (± 3 кг).**

**Что умеет ребенок в 7 месяцев:**

1. Некоторые дети уже могут сидеть без поддержки, учатся садиться сами.
2. Некоторые в семь месяцев уже ползают. Пока малышу трудно приподнимать тело полностью, поэтому он ползает по-пластунски.
3. Лежа на животе, может облокачиваться на одну ручку, а другой тянуться и захватывать игрушку.
4. Активно переворачивается в разные стороны. Физическое развитие малыша теперь полностью направлено на повышение его активности, поэтому это время начала ушибов и травм. Двигательная активность крохи возросла, но движения пока не скоординированы и неловки, при этом родители еще склонны недооценивать возможности малыша, оставляя его одного посередине дивана или кровати. **Дети за считанные секунды могут перекатиться с одного края дивана на другой, по этой причине не оставляйте их одних.**
5. Ребенок в 7 месяцев умеет сам держать бутылочку и поднимать, если она упала.
6. В кроватке может привставать на колени или полностью на ножки, держась за перила.
7. При поддержке за подмышки – шагает.
8. Ребенок в 7 месяцев все увереннее пользуется руками: перекладывает игрушку из одной руки в другую, поворачивает его в руках.
9. Поднимает и снова кидает игрушку. Ударяет ею об стол, тянет в рот, рассматривает.
10. Может в большие предметы вкладывать маленькие.
11. Слух и зрение уже полностью сформированы. Ребенок реагирует поворотом головы даже на негромкие звуки. **Но не приучайте малыша спать в полной тишине, допускайте небольшой звуковой фон (телевизор или радио), иначе в будущем ребенок начнет просыпаться от незначительных звуков.**
12. У многих детей в семь месяцев появились уже первые зубки, но если их нет – не переживайте, до года спокойно ждите их появления. Большую роль в сроках прорезывания зубов играет наследственность, если у родителей зубы появились в 9 месяцев, то у ребенка, скорее всего, будет также. У некоторых детей вырастает сразу несколько зубов.

Все малыши по разному реагируют на прорезывание зубов. У кого-то оно может проходить без особых проблем, а о том, что зубик пробивается, мама узнает только по белой кромке на десне. Но у большинства детей все-таки наблюдаются признаки, предшествующие появлению зуба:

* Слюнотечение;
* Покраснение и опухание десен;
* Малыш все кусает: игрушки, ваши и свои пальцы, тянет в рот кулачок;
* Кроха трется щечкой о подушку, щипает себя за лицо, за ушки;
* У некоторых детей может быть субфебрильная температура (37).

**Что нового в психическом развитии?**

1. Теперь ребенок понимает смысл многих слов и может указать пальчиком на знакомые предметы. Продолжает общаться лепетом.
2. Он знает свое имя и реагирует на него.
3. Малыш различает всех родственников. В нем сформировано уже чувство глубокой привязанности. Конечно, больше всего малыш эмоционально привязан к матери и в ее отсутствие теперь может разрыдаться, но это будет связано не с голодом, а с потерей чувства защищенности и с тревогой. У некоторых детей в этом возрасте даже может наблюдаться страх при расставании, что говорит о большом шаге в психическом развитии малыша.
4. Младенец уже по мимике и жестам может догадываться о чувствах, которые вы испытываете. Он различает интонации в голосе: нежные или строгие, добрые или злые. И когда на ребенка ругаются, он уже пытается понять свою вину.
5. Малыш учится проявлять свои чувства: хватает вас за лицо, за волосы, прижимается или наоборот отворачивается.
6. Лепет ребенка все больше усложняется. Постепенно он становится осмысленным. Кроха поворачивает голову в сторону объекта, который мама перед этим назвала несколько раз (папа, киса, баба), может сам повторить первый слог. Пытается обратить на себя внимание определенными слогами.
7. На вопрос «где?» может найти взглядом то, о чем спрашивают.
8. Малыш понимает, что спрятанные вещи не исчезают совсем, а их просто не видно.
9. Ребенок готов теперь подружиться с кем угодно, но сам инициативы не проявляет, а ждет ее от объекта.
10. В этот период правое полушарие (левая сторона тела) развивается интенсивней, чем левое (правая сторона тела), поэтому вы можете заметить, что малыш больше пользуется левой рукой, чем правой. Это временное явление и совсем еще не означает, что ребенок левша.
11. В этом возрасте младенцы могут начать бояться резких или громких звуков (пылесос, фен, вентилятор). Старайтесь не включать эти приборы поблизости от ребенка. **Тест на развитие малыша 7 месяцев**
* Младенец в 7 месяцев должен уметь переворачиваться в разные стороны, сидеть с прямой спиной при поддержке, перевернуться на бочок за погремушкой из положения лежа на спине;
* Сядьте с ребенком на коленях за стол. Малыш крепко схватится за край стола, начнет перекладывать лежащие на нем предметы, хлопать ручками по столу;
* Намеренно проигнорируйте ребенка. Малыш начнет искать вашего взгляда или даже захнычет;
* Ребенок в 7 месяцев проявляет интерес к незнакомым людям, страх перед незнакомцами постепенно уходит;
* Когда малыш лежит на спинке прикройте его личико пеленкой, ребенок должен уметь самостоятельно освободится от нее;
* Дайте крохе в обе ручки по игрушке, а затем предложите еще одну. Сначала малыш озадачится, а потом отпустит одну игрушку, чтобы взять другую.

**Что должно насторожить**

* Малыш не пытается переворачиваться и садиться;
* Не стучит кубиком по столу;
* Не реагирует на звуки, не проявляет эмоций, нежности к маме, не привлекает к себе внимание;
* Не может поднести предметы ко рту;
* В вертикальном положении не может выдержать свой вес;
* Не следит взглядом за передвигающимся предметом, не лопочет.

**Как кормить малыша на 7 месяце**

В этом возрасте ребенок уже должен самостоятельно пить из чашки.

Если вы ввели прикорм в 6 месяцев, и ваш малыш на естественном вскармливании, то к семи месяцам уже одно грудное кормление заменили на кашу и овощное пюре.

Каши пока безглютеновые (греча, рис, кукуруза) и однокомпонентные. Можно давать готовые каши промышленного производства, в них уже содержится сухое молоко и масло.

**Если варите сами, то каша должна быть сначала 5 %: на 5 г крупы – 100 г воды, потом – 10 %: на 10 г крупы – 100 г жидкости. В овощные пюре начинайте добавлять растительное масло (лучше оливковое, первого холодного отжима), сперва по 1 капле и доводя постепенно до 1 чайной ложки. В кашу – сливочное масло (82%), сначала 1 г, а затем до 4 г на порцию каши.**

Если овощные пюре вы благополучно ввели, то начинайте давать фруктовые (яблоко, груша, чернослив, слива, персик) и продолжайте вводить по очереди другие овощи (морковь, тыква, шпинат, картошка). Следует заметить, что шпинат и картофель несколько тяжеловаты для детского желудка, поэтому их лучше давать вместе с кабачком или цветной капустой, поэтому вводите их в конце 7-го месяца, когда уже ребенок будет готов к многокомпонентной пище. С начала введения прикорма лучше два месяца кормить только однокомпонентными пюре и кашами.

В конце месяца можно вводить желток, начиная с 1\4 (а затем 1\2 желтка), два раза в неделю.

Если у малыша появились или начали расти зубки, купите ему специальные детские печенюшки, которые быстро растворяются во рту. Таким образом, в полные 7 месяцев малыш, находящийся на естественном вскармливании, имеет примерно следующий рацион:

* 7 часов – грудное молоко 200 г.
* 11 часов – каша 150 г, сливочное масло 4 г, фруктовое пюре 30 -50 г, сок (компот, вода или грудное молоко) 25 – 30 г.
* 15 часов – овощное пюре 150 г, масло растительное 5 г, половинка желтка (2 раза в неделю), печенюшка (сухарик), сок (компот, вода или грудное молоко) 25 – 30 г.
* 19 часов – грудное молоко 200 г.
* 22 — 23 часа – грудное молоко 200 г. Ночью продолжайте кормить грудью по требованию.

**Если прикорм был введен с 4 – 5 месяцев, то в 7 месяцев ребенку можно начинать давать вареное мясо (индейка, телятина, кролик, курица), предварительно протерев его на блендере до гомогенной консистенции.**

Мясо лучше давать с овощным прикормом, с добавлением растительного масла или молочной смеси. Начинать нужно с 1\2 чайной ложки, доводя до 25 – 30 г. Для ребенка на искусственном вскармливании рацион в 7 месяцев будет выглядеть так:

* 7 часов – смесь 200 г.
* 11 часов – каша 150 г, масло сливочное 4 г, пюре из фруктов 30 – 50 г, сок (вода, компот или смесь) 20 – 30 г.
* 15 часов – овощное пюре 150 г, пюре из мяса 20 -30 г, масло растительное 5 г, половинка желтка (2 раза в неделю), сок (вода, компот или смесь) 20 – 30 г.
* 19 часов – смесь 200 г, печенюшка (сухарик).
* 22 – 23 часа – смесь 200 г.

**Режим — сон и бодрствование**

Ночной сон станет более спокойным и глубоким, а его длительность составит примерно 10-11 часов. Дневной сон длится 1,5-2 часа по 2-3 раза в день, при этом продолжительность и время сна может зависеть от характера ребенка, обстановки, созданного режима в вашей семье. Особенно полезно для малыша спать на свежем воздухе. Если ежедневно придерживаться поставленного распорядка, то кроха будет просыпаться примерно в одно и то же время.

**Как помочь малышу развиваться**

**Продолжайте все те же занятия с ребенком, которые начали в предыдущие месяцы, немного усложняя и продлевая игры. Делайте все, чтобы у малыша развивалась речь и его лепет постепенно переходил в слова.**

* Привлекайте внимание малыша к вещам, о которых вы рассказываете. Делайте прогулки не только во время сна, пусть кроха познает окружающий мир и за пределами квартиры. Повторяйте слова, пока ребенок не усвоит их. Используйте карточки Домана (тематические картинки со словами), с ними дети быстрее запоминают слова. Чаще рассматривайте и читайте детские книжки, пусть малыш учится сам переворачивать странички.
* Развивайте мелкую моторику ребенка.
* Обращайтесь к малышу с просьбами что-то выполнить (брось или подними мячик, возьми кубик). Разумеется, ребенок должен уметь сделать то, о чем вы попросили. После выполнения задания обязательно хвалите малыша.
* Научите кроху показывать пальчиком на предмет, хлопать в ладошки, махать ручкой.
* Наверняка во время прогулок у вас появились друзья. Ходите иногда друг к другу в гости. Малышам уже интересно наблюдать как играют другие дети.
* 6 – 7 месяцев – самый возраст, чтобы пестовать ребенка: «Ладушки», «Сорока», «Коза рогатая» и проводить игры с пальчиками:

*Этот пальчик – дедушка (загибаем большой палец, а затем все по очереди),*

*Этот пальчик – бабушка,*

*Этот пальчик – папочка,*

*Этот пальчик – мамочка,*

*Этот – деточка моя (загибаем мизинчик).*

*Вот и вся моя семья (зажимаем кулачок).*

* Не игнорируйте страх малыша перед чужими людьми. Не оставляйте ребенка одного с ними. Кроха пока не понимает хорошие они или плохие, для него все незнакомое представляет опасность. Старайтесь брать малыша на руки при посторонних и соблюдайте дистанцию в общении, пока не заметите, что ребенок сам интересуется или тянется к новому человеку.
* Учите ребенка ползать — это необходимый и очень важный этап, который предшествует прямохождению. Поначалу манера двигаться у всех детей разная: кто-то ползает по-пластунски, кто-то — попой вперед, некоторые — как гусеница. Только позже малыш усвоит технику «перекрестного» ползания, когда нога и рука с противоположных сторон двигаются одновременно. Самым сложным для малыша является оторвать от пола животик и синхронизировать движения. Поэтому создайте для ребенка условия для обучения: удобная одежда, свободное пространство, упражнения и достижимые цели в виде игрушек.