**Календарь развития ребенка по месяцам**

**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.



**8 месяц**

Малыш совершенствует свои умения садиться, поворачиваться. Лежа на животике, свободно вертит головой. Его интересуют все окружающие предметы, он легко преодолевает препятствия. Много лепечет новых слогов, пытается просить те или иные предметы. Отталкивает ручками мяч. Захватывает мелкие предметы при помощи двух пальцев. Ему нравится бросать игрушки на пол, чтобы вы их подымали. Ребенок пытается вставать у опоры, стоять по несколько минут, держась за поручни кроватки. Танцует, повторяет смех взрослых. Не любит оставаться один, переживает, когда мама уходит. Сейчас для малыша важно чтобы с ним разговаривали, озвучивали действия. Он уже понимает запреты. Пьет из «взрослой» чашки. С заметным удовольствием кушает кашки, мясо, печень, молочные продукты, фрукты, овощи, печенье. За этот месяц малыш прибавил в весе 500-600 г и вырос на 2 см.

**На восьмом месяце малыш продолжает динамично развиваться в разных направлениях: физически, эмоционально, социально. В этом возрасте создается фундамент для будущего развития органов чувств, моторики, сенсорного аппарата и речевых навыков.**

Тем не менее уровень развития ребенка в 8 месяцев может быть разный: кто-то удивит своих родителей первым словом, а кто-то продолжает произносить лишь отдельные звуки, некоторых мам малыши уже радуют улыбкой с четырьмя зубами, а у кого-то нет пока ни одного. Первые месяцы второго полугодия – это время предпосылок и начинаний.

**Физическое развитие**

Темпы роста ребенка несколько снижаются, за восьмой месяц малыш набирает примерно 500 – 600 г и подрастает на 1.5 – 2 см. К концу месяца дети набирают вес до 8 – 9 кг (± 1 кг) и рост 67 – 71 см (±3 см).

В 8 месяцев у ребенка могут вырасти уже 4 зуба: два нижних и два верхних центральных резца. Но если у крохи нет еще зубов, то это тоже является нормальным и не должно волновать родителей.

**Чему научились?**

1. Ребенок из положения лежа умеет сам присаживаться, а также лечь обратно из положения сидя.
2. Все дети умеют переворачиваться в разных направлениях.
3. Может встать, держась за перила кроватки и передвигаться при этом бочком, делая маленькие шажки. Если вы возьмете ребенка за руку, то он пытается пройтись.
4. Малыш может играть в «ладушки», помахать ручкой.
5. Некоторые дети могут хорошо ползать. Также могут ползти, удерживая в одной руке предмет.
6. Может захватывать маленькие предметы двумя пальчиками.
7. Выполнять различные действия с игрушками: катать мяч, нанизывать кольца, качать куклу.
8. Может узнавать себя на фотографиях и в зеркале.
9. Показывает пальцем на объект, о котором говорят.
10. Может пить из чашки, ест небольшие кусочки пищи. «Угощает» маму.
11. Умеет стаскивать носочек с ноги.
12. Не сопротивляться при высаживании на горшок.
13. Узнавать маму, папу, другого близкого человека среди взрослых.

**Психическое развитие**

1. Ребенок все лучше понимает вашу речь. Он даже может выполнять некоторые просьбы: дай мячик, возьми кубик.
2. К матери привязанность становится еще сильнее. Тяжелее переносит расставания, спокоен только рядом с мамой. Но быстрее идет на контакт, если незнакомый человек проявляет к малышу дружелюбие.
3. Обостряется восприятие громких звуков (пылесос, фен). Многие младенцы в этом возрасте боятся этих.
4. Ребенок не только хватает, трогает и щупает новые предметы, а также гладит их пальчиком или ладошкой.
5. Малыш жестами просит поднести его к объекту, который ему интересен. Тянется к окошку, к холодильнику, шкафчикам и пытается открыть их.
6. Улыбается своему отражению в зеркале.
7. Понимает запрет, обижается, когда с ним строго разговаривают.
8. Глаза ребенка привыкают видеть предметы под разным углом. Малыш узнает знакомые вещи на расстоянии в любом расположении: в профиль, вверх ногами. Теперь малыш четко осознает качества вещей: цвет, текстуру, мягкость, форму и умеет манипулировать с предметами, учитывая их свойства: катать мячик, рвать бумажку, дергать за веревочку.
9. Малыш может более 10 минут самостоятельно заниматься чем-то. Более того, если ребенка отвлечь от занятия, то после небольшой паузы он может вспомнить о своей игре и продолжить ее.
10. Для ребенка становится важным научиться и достигнуть чего-то, поэтому кроха уже реагирует на удачу и неудачу радостью или огорчением. Очень важно теперь хвалить малыша и поддерживать в начинаниях.
11. Может проявлять первые попытки манипулировать вами. Не идите на поводу, давайте малышу понять, что нельзя, а что можно.
12. Стремится к эмоциональным контактам с другими детьми: смотрит на другого ребенка, улыбается ему и может потянуться, чтобы потрогать.

**Тест на развитие малыша в 8 месяцев**

* Когда ребенок лежит, покажите ему игрушку на расстоянии, пусть он за ней потянется. Малыш должен суметь сесть без вашей помощи;
* В положении сидя, малыш должен уметь снять с себя пеленку, которой вы его накрыли;
* Протяните ребенку игрушку и когда он схватит ее, попытайтесь отнять. В 8 месяцев ребенок должен оказывать реакцию сопротивления: отнять, потянуть на себя, оттолкнуть вашу руку, если он протестует;
* Играя в прятки, малыш смехом приветствует ваше появление;
* Узнает знакомые лица на фотографии, может назвать: «па», «ма»;
* Положите на стол небольшой предмет. Малыш должен уметь взять его при помощи двух пальчиков;
* Ребенок в 8 месяцев начинает копировать ваши действия: покажите малышу как катать мячик по полу, он попытается повторить;
* Назовите 2 — 3 предмета около малыша, которые он знает. Ребенок должен найти их взглядом или показать пальчиком.

**Что должно насторожить**

* Ребенок не садится, не пытается встать, не переворачивается, не пробует ползать;
* Не может стоять у опоры или при поддержке;
* Не хватает предложенную игрушку. Не перекладывает игрушку из одной ручки в другую;
* Не лепечет. Не произносит слоги;
* Не проявляет никаких эмоций.

**Прикорм**

Питание малыша в 8 месяцев остается пятиразовым. Уже два грудных кормления должны быть заменены. Первое и последнее кормления (после сна и перед ночным сном) должны оставаться грудными. Интервалы между кормлениями 4 – 4.5 часа.

Теперь можно делать многокомпонентные каши и пюре, то есть состоящие из нескольких овощей, фруктов и злаков. В начале восьмого месяца можно разнообразить прикорм овощным пюре из картофеля в комплексе с другими овощами (кабачок, морковка, тыква, цветная капуста) и начать давать пшеничный хлеб 5 г. К концу месяца вводят кисломолочные продукты: творог и кефир, при хорошей переносимости, постепенно заменяя еще одно кормление. В целом восьмой месяц уходит на введение еще незнакомых овощей, фруктов и злаков, и усвоение их в комплексе. Таким образом, если вы начали вводить прикорм в 6 месяцев, то к концу 8-го месяца у вас должно быть заменено три грудных кормления.

**Как помочь малышу развиваться**

1. Продолжайте носить малыша на руках. Холдинг (ношение на руках) остается важным элементом в психологическом развитии ребенка.
2. Пополняйте словарный запас крохи, читая ему книжки, рассказывая об окружающем мире. Разговаривайте с ребенком ласковым тоном, называйте его по имени. Привлекайте внимание малыша ко всему новому. Ученые утверждают, что количество слов, которое слышит ребенок в течение дня на прямую влияет на интеллектуальный уровень в будущем. Чем больше вы общаетесь с крохой, тем шире его потенциал когда он вырастет. К 8 месяцам малыши понимают до 100 слов.

Не сюсюкайтесь с ребенком, не искажайте слова, разговаривайте с малышом как с человеком, который понимает все, что вы говорите. Даже если ребенок произносит что-то неправильно, использует первый слог слова, то вы все равно говорите так, как нужно. Чаще говорите крохе, что вы любите его.

Обеспечьте безопасность в доме, так как малыш теперь всем интересуется и тянет в ротик: уберите лекарства и химические средства в недоступные для ребенка места, установите заглушки в розетки, купите насадки на углы для мебели, уберите все шнуры и провода с пола, переставьте с пути ребенка все неустойчивые предметы, поставьте повыше растения.

**Полезные игрушки для ребенка 8 месяцев**

* Резиновые мячики: укрепите мячик у ног малыша в кроватке, он с радостью будет его пинать;
* Молоток с пищалкой: покажите малышу как нужно стучать по столу. По кубикам. Это занятие разовьет координацию и укрепит мышцы рук;
* Продолжайте давать ребенку мешочки или подушечки с наполнителями (горох, фасоль, бусинки), для развития мелкой моторики;
* Музыкальные игрушки: всем детям нравятся игрушки с кнопочками, при нажатии на которые играет музыка или раздаются звуки. Такие игрушки хорошо развивают логическое мышление, а также моторику и сообразительность;
* Мягкие текстильные или картонные книжки: малыш уже может сам переворачивать странички;
* Игры в ванне: научите ребенка передвигать игрушки в воде, хлопать по воде ладошкой, набирать в формочку воду, переливать из одной баночки в другую.

**Занятия с ребенком в 8 месяцев**

* «Оркестр»: для игры подойдут деревянные ложки или палочки от барабана, маракасы. Расставьте перед малышом кастрюльки, коробочки, миски и покажите, как по ним ударять.
* «Повторюшки»: сначала малыш повторяет за вами, вы машете рукой, и он машет, вы смеетесь и хлопаете в ладоши, затем – он. После этого вы повторяете за ребенком.
* Постройте из кубиков пирамидку и покажите малышу, как нужно кинуть шарик, чтобы пирамидка развалилась.
* Покажите ребенку кухонную утварь: контейнеры, ложки, поварешки, в общем все, что безопасно. Маленькие дети обожают играть с предметами для взрослых.
* К девяти месяцам можно начать перекатывать мячик друг другу по полу.

Во время купания, постепенно набирайте воду в ванну, когда малыш уже находится там, лежа на животике. Когда вода наберется, то ребенок приподнимется и начнет вставать на четвереньки. Следите, чтобы малыш не нахлебался воды.

«Ходьба на руках»: возьмите малыша за ножки, приподнимите и начните легонько раскачивать назад и вперед. Ребенок начнет упираться ручками и перебирать ими.

Устраивайте ребенку «карусель» на руках, раскачивайте в разные стороны в вертикальном и горизонтальном положении. Качайтесь вместе с ним на качелях. Это хорошо развивает вестибулярный аппарат.

Чувство равновесия хорошо развивают ходунки, их уже можно применять. Но помните, что держать в них ребенка можно не больше 1 часа за день и не более 15 минут подряд, так как это может отрицательно влиять на позвоночник и на походку.

Гуляйте с ребенком не менее 2-х часов день. Дома продолжайте делать ежедневно гимнастику, устраивать воздушные ванны и массаж.

Когда вы выбираете занятия для ребенка, учитывайте его предпочтения и темперамент. В этом возрасте дети уже имеют личностные особенности. Если ваш малыш непоседливый, то обеспечьте ему активные игры с ползанием, поворотами и другими движениями. Спокойным детям скорей понравится рассматривать книжку, слушать сказку или строить пирамидку из кубиков. Уважайте интересы вашего ребенка, не заставляйте его что-то делать, если чувствуете, что малышу это не нравится, не получается и он тянется совсем к другому.

**Режим сна и бодрствования остается такой же, как в прошлые месяцы: ночью малыши спят до 10 часов, некоторые даже не просыпаясь. Днем остаются два сна по 1.5 – 2 часа.** 