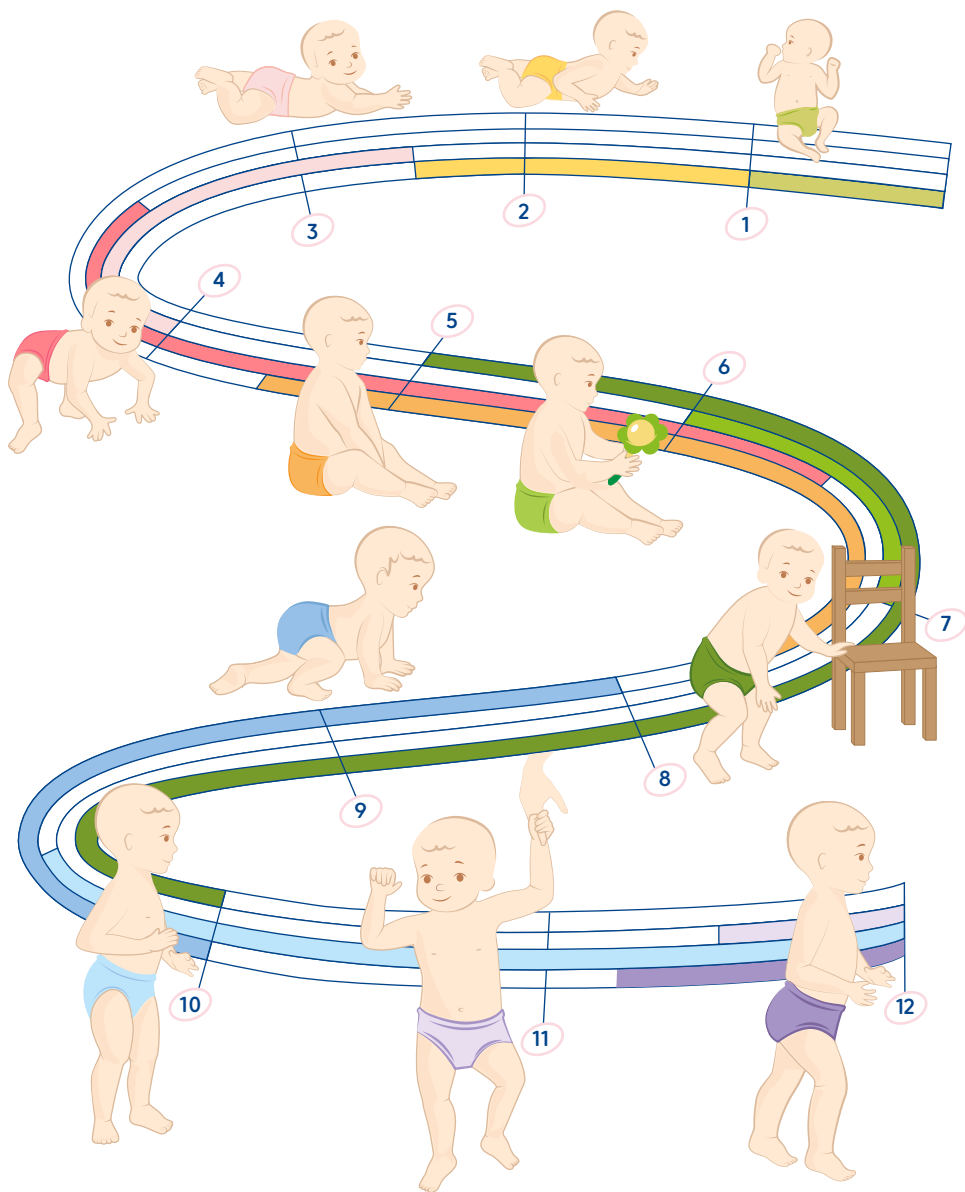


Путеводитель по первому году ребенка

Кафедра педиатрии ГБОУ ДПО Российская медицинская академия
последипломного образования Минздрава России

Захарова И. Н., Холодова И. Н., Киселева Е. С., Ткаченко Е. А., Чурилова В. Д.



Содержание

1 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	4
2 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	6
3 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	8
4 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	10
5 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	12
6 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	14
7 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	16
8 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	18
9 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	20
10 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	22
11 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	24
12 месяц. Физическое и нервно-психическое развитие	26
Врожденные безусловные рефлексы здорового доношенного ребенка на 1 году жизни	28
Примерная схема ввода прикорма детям первого года жизни	30
Оптимальный график вакцинации детей	31
Дыхательная недостаточность у детей. Симптомы и оценка	32
Группы нервно-психического развития	33
Центильные таблицы	34
Средние размеры большого родничка	37

1 месяц

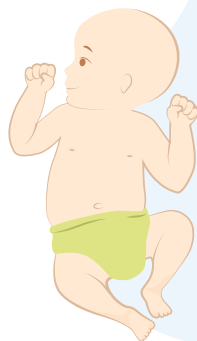
Физическое развитие

Рост: + 3 см

Вес: + 600 г от максимальной первичной убыли в весе

Окружность головы: + 1,5 — 2 см

Окружность груди: + 2 см



Умеет

- Лежа на животе, поднимает и кратковременно удерживает голову
- Активно двигает руками и ногами
- Кисти сжаты в кулачки
- Начинает снижаться гипертонус в руках

Учится

- Начинает изучать собственные руки
- Пытается поднять и удерживать голову, лежа на животе
- Начинает сосредотачиваться на лице матери
- Удерживает в ладони небольшую легкую игрушку

Требуется обратить внимание к концу первого месяца

- Не удерживает голову даже на мгновение, находясь в вертикальном положении

ЧСС: 120—160 уд./мин.

ЧДД: 30—50 в мин.

Диурез: 20—25 мл разово,
320 мл в сутки (5—6 подгузников)
Моча светло-желтая

Дефекация: 1—8 раз в сутки (стул
светло-желтый, кашицеобразный)

Количество кормлений: 7—8

Суточный объем питания:
600—700 мл (1/6 массы тела ребенка)

Разовый объем питания: 80—100 мл

1 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: прислушивается к голосу взрослого, звукам; вздрагивает и моргает при резком звуке

Зрение: кратковременно фиксирует взгляд на ярких предметах, плавно следит за движущимся предметом

Речь: издает отдельные гортанные звуки — «г», «к»

Эмоции: открывает рот при обращении к нему взрослого (ротовое внимание); первая улыбка при общении со взрослыми или во сне; отрицательные эмоции в виде крика — неудовлетворенность

РЕФЛЕКСЫ врожденные безусловные

Статус Тип	Определяются	Требует внимания врача! Возможно, наблюдаются признаки поражения ЦНС и ПНС
Оральные	• Сосательный • Хоботковый • Поисковый • Ладонно-ротовой (Бабкина)	• Асимметрия поискового рефлекса • Вялость ладонно-ротового рефлекса (Бабкина)
Спинальные	• Защитный • Опоры и автоматической походки • Моро • Хватательный • Ползания (Бауэра) • Подошвенный (Бабинского) • Переса • Галанта	• Отсутствие или задержка рефлекса автоматической походки • Отсутствие защитного рефлекса • Отсутствие или задержка хватательного рефлекса • Угнетение или отсутствие рефлекса ползания • Ослабление рефлекса Переса
Тонические	• Лабиринтный тонический • Симметричный шейный • Асимметричный шейный	• Повышение всех шейных тонических рефлексов

 Отсутствие рефлексов в необходимом возрасте — признак задержки психомоторного развития. Сохранение рефлексов в возрасте, в котором они должны исчезнуть, — патологические рефлексы

Ночной сон:
8—10 часов

Дневной сон:
8—10 часов

Бодрствование:
20—40 минут
(между периодами сна)

2 месяц

Физическое развитие

Рост: + 3 см

Вес: + 800 г

Окружность головы: + 2 см

Окружность груди: + 2 см



Умеет

- Поднимает голову и длительно удерживает ее, лежа на животе
- В вертикальном положении удерживает голову непостоянно
- Исчезает физиологический гипертонус
- Активно двигает ногами, когда лежит на спине
- Ладони полураскрыты
- Непродолжительное время удерживает в руке вложенную игрушку

Учится

- Изучает собственные руки, активно двигает пальцами
- Тянется к игрушкам
- Трясет сжатой в руке игрушкой

Требуется обратить внимание к концу второго месяца

- Не приподнимает голову на 5 см от поверхности и не удерживает ее
- Продолжает совершать несимметричные движения ручками и ножками

ЧСС: 110—160 уд./мин.

ЧДД: 30—50 в мин.

Диурез: 20—25 мл разово, 320 мл/сут.

Дефекация: 1—8 раз в сутки (стул светло-желтый, кашицеобразный)

Количество кормлений: 6—7

Суточный объем питания: 700—800 мл

Разовый объем питания: 120—130 мл

2 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: ищет источник длительного звука поворотом головы

Зрение: движения глаз становятся скоординированными — длительно следит за двигающимся предметом; появляется бинокулярная фиксация взора — рассматривает неподвижный предмет

Речь: начинает гулить; появляются гласные звуки в сочетании с согласными — «агу», «ага»

Эмоции: быстро отвечает улыбкой при общении со взрослым; крик интонационно выразительный

РЕФЛЕКСы врожденные безусловные

Статус Тип	Сохраняются	Угасает	Исчезают
Оральные	• Сосательный • Поисковый • Ладонно-ротовой (Бабкина)	• Хоботковый	
Спинальные	• Моро • Хватательный • Ползания (Бауэра) • Подошвенный (Бабинского) • Переса • Галанта		• Защитный • Опоры • Автоматической походки
Тонические	• Лабиринтный тонический • Асимметричный шейный		• Симметричный шейный

 Отсутствие рефлексов в необходимом возрасте — признак задержки психомоторного развития. Сохранение рефлексов в возрасте, в котором они должны исчезнуть, — патологические рефлексы

Ночной сон:
10—12 часов

Дневной сон:
30 минут — 2 часа

Бодрствование:
50 минут — 1 час 20 минут
(между периодами сна)

3 месяц



Физическое развитие

Рост: + 2,5 см

Вес: + 800 г

Окружность головы: + 2 см

Окружность груди: + 2 см

Умеет

- Опирается на предплечья, согнутые под острым углом, лежа на животе и высоко подняв голову
- Хорошо держит голову в вертикальном положении
- Физиологический гипертонус мышц постепенно проходит — руки и ноги легко распрямляются, кисти не сжаты в кулачки

Учится

- Начинает переворачиваться со спины на бок и даже на живот
- Случайно наталкивается рукой на подвешенную игрушку
- В связи с исчезновением рефлекса опоры в вертикальном положении начинает приседать или очень слабо опирается на руки взрослого

Требуется обратить внимание к концу третьего месяца

- Сохраняется гипертонус мышц конечностей
- Не может удерживать голову в вертикальном положении в течение полминуты, а лежа на животе — в течение 1-й минуты
- Не разглядывает свои руки, не тянется полуоткрытой рукой к игрушке, которую держат перед ним

ЧСС: 110—160 уд./мин.

ЧДД: 30—50 в мин.

Диурез: 20—25 мл разово, 320 мл/сут.

Дефекация: 1—8 раз в сутки (стул светло-желтый, кашицеобразный)

Количество кормлений: 6—7

Суточный объем питания: 850—900 мл

Разовый объем питания: 140—150 мл

3 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: реагирует на любые звуки — вздрагивает, замирает, поворачивает голову в сторону звука

Зрение: плавно следит за игрушкой во всех направлениях; зрительное сосредоточение на неподвижном предмете в вертикальном положении

Речь: певучее гуление

Эмоции: комплекс оживления в ответ на общение — активные движения, улыбка, гуление

РЕФЛЕКСЫ врожденные безусловные

Статус Тип	Сохраняются	Угасают	Исчезают
Оральные	• Сосательный	• Поисковый • Ладонно-ротовой (Бабкина)	• Хоботковый
Спинальные	• Моро • Ползания (Бауэра) • Подошвенный (Бабинского) • Переса • Галанта	• Хватательный	
Тонические			• Лабиринтный тонический • Асимметричный шейный



Отсутствие рефлексов в необходимом возрасте — признак задержки психомоторного развития. Сохранение рефлексов в возрасте, в котором они должны исчезнуть, — патологические рефлексы

Ночной сон:
10—12 часов

Дневной сон:
30 минут — 2 часа

Бодрствование:
1 час 20 минут —
1 час 40 минут
(между периодами сна)

4 месяц

Физическое развитие

Рост: + 2,5 см

Вес: + 750 г

Окружность головы: + 1 см

Окружность груди: + 2 см



Умеет

- Опирается на предплечья, согнутые под прямым углом, лежа на животе и высоко поднимая голову
- Хорошо держит голову в вертикальном положении
- Поворачивается со спины на живот
- Упирается полусогнутыми ногами в твердую поверхность

Учится

- При кормлении придерживает грудь матери или бутылочку
- Рассматривает, ощупывает и захватывает висящие над грудью предметы

Требуется обратить внимание к концу четвертого месяца

- Отклоняет голову назад, когда его поднимают из положения лежа на спине
- Не может приподнять туловище, лежа на животе и опираясь на предплечья
- В вертикальном положении при поддержке под мышками не опирается на кончики пальцев ног

ЧСС: 110—160 уд./мин.

ЧДД: 30—50 в мин.

Диурез: 20—25 мл разово,
320 мл в сутки

Дефекация: 1—3 раза в сутки
(стул желто-коричневый,
кашицеобразный/оформленный)

Количество кормлений: 6—7

Суточный объем питания:
850—900 мл (1/6 массы тела ребенка)

Разовый объем питания: 130—150 мл

Прикорм: овощное пюре,
безмолочная безглютеновая каша

4 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: реагирует на музыку, звук, издаваемый игрушкой; поворачивает голову в сторону звука; различает голоса близких

Зрение: узнает мать; радуется при ее виде; начинает различать лица и дифференцировать «свой — чужой»

Речь: певучее гуление, смех

Эмоции: громко смеется при общении со взрослыми

РЕФЛЕКСЫ врожденные безусловные

Статус Тип	Сохраняются	Угасает	Исчезают
Оральные	• Сосательный		• Поисковый • Ладонно-ротовой (Бабкина)
Спинальные	• Моро • Подошвенный (Бабинского)	• Моро	• Хватательный • Ползания (Бауэра) • Переса • Галанта

РЕФЛЕКСЫ врожденные установочные

Статус Тип	Появляются	Сохраняются
Тонические	• Верхний Ландау	



Отсутствие рефлексов в необходимом возрасте — признак задержки психомоторного развития. Сохранение рефлексов в возрасте, в котором они должны исчезнуть, — патологические рефлексы

Ночной сон:
10—12 часов

Дневной сон:
30 минут — 2 часа

Бодрствование:
1 час 30 минут — 2 часа
(между периодами сна)

5 месяц

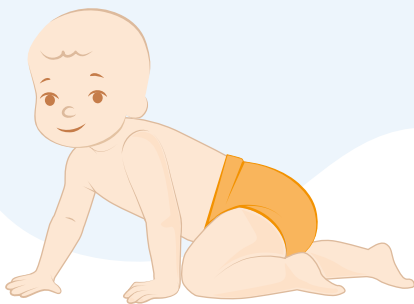
Физическое развитие

Рост: + 2 см

Вес: + 700 г

Окружность головы: + 1 см

Окружность груди: + 2 см



Умеет

- Долго лежит на животе, опираясь на вытянутые руки или одну руку
- Уверенно переворачивается со спины на живот, ровно устойчиво стоит при поддержке под мышки
- Берет игрушку из рук взрослого
- Перекладывает игрушку из руки в руку, тянет руку и игрушку в рот

Учится

- Придерживает грудь матери или бутылочку двумя руками
- При удерживании за руки переходит в сидячее положение
- Некоторые мальчики пытаются сидеть самостоятельно

Требуется обратить внимание к концу пятого месяца

- Неуверенно держит голову, особенно когда его поднимают из положения лежа на спине
- Самостоятельно плохо поворачивается с живота на спину
- Не может уверенно протянуть руку к игрушке

ЧСС: 110—160 уд./мин.

ЧДД: 30—50 в мин.

Диурез: 20—25 мл разово, 320 мл в сутки

Дефекация: 1—3 раза в сутки (стул желто-коричневый, кашицеобразный/оформленный)

Количество кормлений: 5—6

Суточный объем питания: 800—1000 мл

Разовый объем питания: 170—200 мл

Прикорм: овощное пюре, безмолочная или молочная каша, фруктовое пюре (но не в качестве 1-го прикорма!)

5 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: узнает голос матери; различает строгий и ласковый тон

Зрение: переводит взгляд с предмета на предмет; четко дифференцирует «свой — чужой»

Речь: подолгу певуче гулит, смеется, хнычет

Эмоции: испытывает множество эмоций: радость, веселье, грусть, гнев

РЕФЛЕКСЫ врожденные безусловные

Статус Тип	Сохраняются	Угасает
Оральные	• Сосательный	
Спинальные	• Подошвенный (Бабинского)	• Моро (отдельные компоненты)

РЕФЛЕКСЫ врожденные установочные

Статус Тип	Появляются	Сохраняются
Тонические	• Нижний Ландау	• Верхний Ландау



Отсутствие рефлексов в необходимом возрасте — признак задержки психомоторного развития. Сохранение рефлексов в возрасте, в котором они должны исчезнуть, — патологические рефлексy

Ночной сон:
10—12 часов

Дневной сон:
30 минут — 2 часа

Бодрствование:
1 час 20 минут —
2 часа 20 минут
(между периодами сна)

6 месяц

Физическое развитие

Рост: + 2 см

Вес: + 650 г

Окружность головы: + 1 см

Окружность груди: + 2 см



Умеет

- Перекладывает в руках игрушку, берет ее из разных положений
- Легко переворачивается со спины на живот и обратно. Подолгу лежит на животе
- Передвигается, переставляя руки или подползая

Учится

- Сидеть самостоятельно
- Ползать по-пластунски

Требуется обратить внимание к концу шестого месяца

- Лежа на животе, не может дотянуться до игрушки и захватить ее
- При поддержке под мышками в вертикальном положении не перебирает ногами

ЧСС: 100—140 уд./мин.

ЧДД: 30—40 в мин.

Диурез: 20—25 мл разово, 320 мл в сутки

Дефекация: 1—3 раза в сутки (стул желто-коричневый, кашицеобразный/оформленный)

Количество кормлений: 5

Суточный объем питания: 900—1000 мл

Разовый объем питания: 200 мл

Прикорм: овощное пюре, безмолочная или молочная каша, фруктовое пюре, мясное пюре

6 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: по-разному реагирует на свое и чужое имя

Зрение: окончательно формируется бинокулярное зрение; различает близких и незнакомых людей; начинает различать цвета

Речь: начинается лепет; произносит отдельные слоги; говорит «ба», «ма»

Эмоции: громко смеется при общении со взрослыми

РЕФЛЕКСЫ врожденные безусловные

Статус Тип	Сохраняются	Угасает
Оральные	• Сосательный	
Спинальные	• Подошвенный (Бабинского)	• Моро

РЕФЛЕКСЫ врожденные установочные

Статус Тип	Появляются	Сохраняются
Тонические	• Нижний Ландау	• Верхний Ландау



Отсутствие рефлексов в необходимом возрасте — признак задержки психомоторного развития. Сохранение рефлексов в возрасте, в котором они должны исчезнуть, — патологические рефлексy

Ночной сон:
10—12 часов

Дневной сон:
30 минут — 2 часа

Бодрствование:
1 час 20 минут —
2 часа 20 минут
(между периодами сна)

7 месяц

Физическое развитие

Рост: + 2 см

Вес: + 600 г

Окружность головы: + 0,5 см

Окружность груди: + 0,5 см



Умеет

- Хорошо ползает по-пластунски
- Становится на четвереньки
- Стоит при поддержке
- Если посадить, сидит без опоры на руки
- Стучит, размахивает игрушкой, переключает, бросает ее
- Хорошо ест с ложки, пьет из чашки, которую держит взрослый
- Активно тянется за интересующим его предметом

Учится

- Садиться из 2 положений: на четвереньках и лежа через бок
- Стоять у опоры
- Показывать на названный предмет
- Искать спрятанный предмет

Требуется обратить внимание к концу седьмого месяца

- При поддержке за руку не пытается сесть

ЧСС: 100—140 уд./мин.

ЧДД: 30—40 в мин.

Диурез: 25—45 мл разово,
340 мл в сутки

Дефекация: 1—3 раза в сутки
(стул желто-коричневый,
кашицеобразный/оформленный)

Количество кормлений: 5

Суточный объем питания: 1000 мл

Разовый объем питания: 200 мл

Прикорм: овощное пюре, молочная каша, мясное пюре, фруктовое пюре, желток

7 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: по-разному реагирует на свое и чужое имя; узнает голоса близких

Зрение: начинает различать простые геометрические фигуры; находит предметы взглядом

Речь: совершенствуется лепет; повторно произносит слоги

Эмоции: улыбается избирательно; страх перед незнакомым сменяется познавательным интересом

РЕФЛЕКСЫ врожденные безусловные*

Статус Тип	Сохраняются	Угасает
Оральные	• Сосательный	
Спинальные	• Подошвенный (Бабинского)	

РЕФЛЕКСЫ врожденные установочные*

Статус Тип	Сохраняются
Тонические	• Нижний Ландау • Верхний Ландау

* Исчезают к возрасту 12 месяцев



Отсутствие рефлексов в необходимом возрасте — признак задержки психомоторного развития. Сохранение рефлексов в возрасте, в котором они должны исчезнуть, — патологические рефлексy

Ночной сон:
10—12 часов

Дневной сон:
30 минут — 2 часа

Бодрствование:
2 часа 30 минут — 3 часа
(между периодами сна)

8 месяц

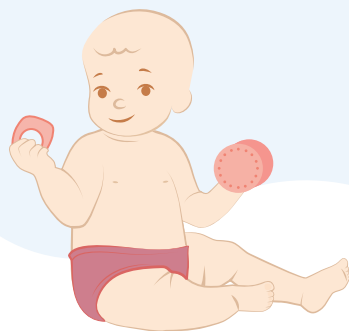
Физическое развитие

Рост: + 2 см

Вес: + 550 г

Окружность головы: + 0,5 см

Окружность груди: + 0,5 см



Умеет

- Сам садится, сидит, не опираясь на руки
- Держась за опору, становится на колени и на ноги, переступает ногами
- Становится на четвереньки, ползает на четвереньках

Учится

- Переступать через предмет, держась за опору, поднимая ногу на 5—10 см
- Стоять на ногах, когда его держат за руки
- Хлопать в ладоши
- Удерживать предмет между двумя пальцами

Требуется обратить внимание к концу восьмого месяца

- Не может ползти назад
- Не может короткое время стоять при поддержке
- Не может удержать пуговицу между большим и указательным пальцами

ЧСС: 100—140 уд./мин.

ЧДД: 30—40 в мин.

Диурез: 25—45 мл разово, 360 мл в сутки

Дефекация: 1—3 раза в сутки (стул желто-коричневый, кашицеобразный/оформленный)

Количество кормлений: 5

Суточный объем питания: 1000 мл

Разовый объем питания: 200 мл

Прикорм: овощное пюре, фруктовое пюре, молочная каша, мясное пюре, желток, рыбное пюре, творог

8 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: по-разному реагирует на свое и чужое имя

Зрение: отличает близких от чужих; видит себя в зеркале

Речь: совершенствуется лепет; громко, четко и повторно произносит слоги

Эмоции: бурно реагирует на появление или исчезновение родителей; проявляет обиду, радость, удивление; пытается «надавить» на родителей; проявляет интерес к другим детям

НАВЫКИ

Умеет

- Находит 2—3 предмета
- Выполняет разученные ранее действия, например, «ладушки», «дай ручку». Машет рукой: «пока-пока»
- Самостоятельно играет на полу с игрушками продолжительное время
- Выполняет просьбы: «дай», «возьми», «покажи»
- Отталкивает игрушки, кидает, стучит предметом о предмет, манипулирует 2-3 предметами

Учится

- Копировать действия родителей
- Брать мелкие предметы, вкладывать их в крупные, интересуется пирамидкой
- Подпевать песням, которые нравятся
- Самостоятельно держать в руке сухарик, печенье, кусочек хлеба или яблока и грызть их

Ночной сон:
11—12 часов

Дневной сон:
1—2 часа

Бодрствование:
3 часа — 3 часа 45 минут
(между периодами сна)

9 месяц

Физическое развитие

Рост: + 1,5 см

Вес: + 500 г

Окружность головы: + 0,5 см

Окружность груди: + 0,5 см

Большой родничок: 1,4—1,5 см



Умеет

- Сохраняет равновесие сидя при манипуляциях с предметами
- Встает и ходит, ухватившись за опору
- Передвигается по полу на четвереньках
- Пьет из чашки, держа ее руками
- Если взрослый перестает поддерживать чашку, роняет ее

Учится

- Четко направлять руки к чашке и брать ее двумя руками, наклоняться к ней и пить
- Пытается поднять чашку ко рту, наклонить ее
- Старается держать ложку сам во время кормления
- Пытается переходить от одного предмета к другому, слегка придерживаясь за них руками

Требуется обратить внимание к концу девятого месяца

- Сидя, плохо удерживает равновесие
- Не может повернуться вокруг своей оси и ползти вперед
- Не пытается сдерживать шапочку
- Не пытается самостоятельно пить из чашки

ЧСС: 100—140 уд./мин.

ЧДД: 30—40 в мин.

Диурез: 25—45 мл разово,
380 мл в сутки

Дефекация: 1—3 раза в сутки
(стул желто-коричневый,
кашицеобразный/оформленный)

Количество кормлений: 5

Суточный объем питания: 1000 мл

Разовый объем питания: 200 мл

Прикорм: овощное пюре, фруктовое пюре, фруктовый сок, молочная каша, мясное пюре, желток, рыбное пюре, творог, кефир

9 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: откликается на свое имя; различает тихие звуки — прислушивается к шепоту взрослого

Зрение: видит вдаль примерно на 4 м; рассматривает предметы, находясь в движении в коляске; следит за упавшим и катящимся предметом

Речь: произносит первые упрощенные слова («мя» вместо «мячик», «ко» вместо «кошка»)

Эмоции: интерес к другим детям, взаимодействие с ними; при контакте с матерью проявляет различные эмоции; с удовольствием реагирует на игру со взрослыми

НАВЫКИ

Умеет

- Находит предмет независимо от его местонахождения
- Игрушками занимается долго и разнообразно
- Понимает «нет», «до свидания»
- Откликается на свое имя
- Показывает на предметы указательным пальцем

Учится

- Слушать, следить за движением губ взрослого и сразу или через 1-2 мин. повторять слоги
- Переносить действия с одними предметами на другие (качать куклу, мишку)
- Брать мелкие предметы двумя пальчиками
- Танцевать под музыку
- Принимать участие в совместных действиях с мамой: поднимает руки, если нужно надеть кофточку, протягивает руки, чтобы вытереть их после мытья
- Может начать приучаться к горшку

Ночной сон:
11—12 часов

Дневной сон:
1—2 часа

Бодрствование:
3 часа — 3 часа 45 минут
(между периодами сна)

10 месяц

Физическое развитие

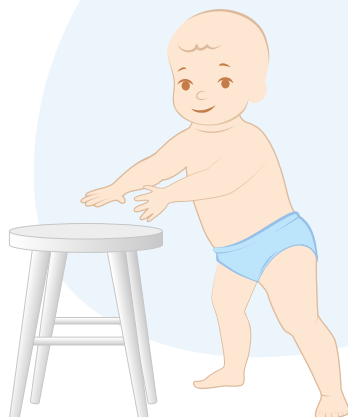
Рост: + 1,5 см

Вес: + 450 г

Окружность головы: + 0,5 см

Окружность груди: + 0,5 см

Большой родничок: 1,2—1,4 см



Умеет

- Самостоятельно встает и стоит без поддержки
- Садится из разных положений
- Подражает действиям взрослого — самостоятельно берет предметы и уверенно их держит
- Поднимается и спускается с невысокой лестницы или горки, держась за перила

Учится

- Делать первые самостоятельные шаги, держась за опору
- Держать игрушку в одной руке, а другой манипулировать, чтобы выполнить какую-либо задачу

Требуется обратить внимание к концу десятого месяца

- Не пытается самостоятельно стоять без опоры
- Не умеет сам садиться и вставать с поддержкой
- Не может доползти до понравившейся игрушки

ЧСС: 100—140 уд./мин.

ЧДД: 30—40 в мин.

Диурез: 25—45 мл разово, 400 мл в сутки

Дефекация: 1—3 раза в сутки (стул желто-коричневый, кашицеобразный/оформленный)

Количество кормлений: 5

Суточный объем питания: 1000—1100 мл

Разовый объем питания: 200—220 мл

Прикорм: овощное пюре, фруктовое пюре, фруктовый сок, молочная каша, мясное пюре, желток, рыбное пюре, творог, кефир

10 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: под музыку совершает плясовые движения; глядя на взрослого или игрушку, ожидает услышать знакомый звук; при незнакомом звуке удивляется

Зрение: ищет предметы, которые исчезают из его поля зрения

Речь: повторяет за взрослыми новые слоги и простые слова

Эмоции: демонстрирует удовольствие — громко смеется и улыбается во время игр; показывает недовольство и упрямство — разбрасывает игрушки, капризничает

НАВЫКИ

Умеет

- Показывает на предметы, высказывает свои потребности («дай», «хочу»)
- Понимает многие просьбы
- Знает, что можно, а что нельзя
- Понимает предназначение предметов (ложка, чашка, расческа)
- Захватывает игрушки и мелкие предметы пальцами
- Помещает мелкие предметы в крупные (пирамидка)

Учится

- Повторять за взрослыми новые слоги, которых не было в его лепете
- Запоминать места расположения предметов — например, где лежат его игрушки
- Различать цвета
- Выражать эмоции и свои желания
- Подражать звукам животных
- Показывать и называть части тела другого человека
- Повторять увиденные движения — открывает и закрывает дверцы, достает одежду, предметы

Ночной сон:
11—12 часов

Дневной сон:
1—2 часа

Бодрствование:
3 часа — 3 часа 45 минут
(между периодами сна)

11 месяц

Физическое развитие

Рост: + 1,5 см

Вес: + 400 г

Окружность головы: + 0,5 см

Окружность груди: + 0,5 см

Большой родничок: 1,0—1,2 см



Умеет

- Уверенно стоит без опоры
- Приседает
- Передвигается ползком или вертикально, держась за предметы или за руки родителей
- Перелезает через препятствия
- Садится из разных положений

Учится

- Делать несколько шагов без опоры
- Подниматься и спускаться по лестнице
- Вставать на цыпочки или на одну ногу
- Приседать, чтобы поднять игрушку
- Переносить несколько предметов сразу

Требуется обратить внимание к концу одиннадцатого месяца

- Не ползает на четвереньках
- Не может сидеть с вытянутыми ногами
- Не пытается стоять и передвигаться, держась за опору

ЧСС: 100—140 уд./мин.

ЧДД: 30—40 в мин.

Диурез: 25—45 мл разово,
425 мл в сутки

Дефекация: 1—3 раза в сутки
(стул желто-коричневый,
кашицеобразный/оформленный)

Количество кормлений: 5

Суточный объем питания:
1000—1100 мл

Разовый объем питания: 200—220 мл

Прикорм: овощное пюре, фруктовое пюре, фруктовый сок, молочная каша, мясное пюре, желток, рыбное пюре, творог, кефир

11 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: знает имена близких людей и показывает на них; показывает на знакомые предметы, которые называет взрослый

Зрение: продолжает формироваться бинокулярное зрение: малыш определяет форму предметов, их пространственное расположение и расстояние до предмета; отличает своих от чужих

Речь: повторяет за взрослыми новые слоги и простые слова

Эмоции: в играх проявляет веселье, подыгрывает взрослому; выражает эмоции: «ай-ай», «ой-ой»; может использовать капризы и плач как манипуляцию; радуется приходу детей

НАВЫКИ

Умеет

- Выбрасывает игрушки из кровати
- Овладевает новыми действиями с предметом, начинает выполнять их по слову взрослого
- Складывает пирамидку из колец с широкими отверстиями, любит играть с кубиками, мячиком
- Самостоятельно пьет из чашки, держит ее руками
- Держит ложку в руке, зачерпывает еду и подносит ко рту

Учится

- Различать цвета
- Произносить первые упрощенные слова: «кис-кис», «ав-ав»
- Совершать подражательные действия — перелистывает страницы, запускает машинки
- Показывать части своего тела

Ночной сон:
11—12 часов

Дневной сон:
1—2 часа

Бодрствование:
3 часа 30 минут — 4 часа
(между периодами сна)

12 месяц

Физическое развитие

Рост: + 1,5 см

Вес: + 350 г

Окружность головы: + 0,5 см

Окружность груди: + 0,5 см

Большой родничок: 0,8—1 см



Умеет

- Ходит самостоятельно без поддержки чередуясь шагами, может повернуться, изменить направление
- Проходит, присаживаясь, до 3 м. Сидит на корточках, садится и встает без опоры
- Может совершать наклоны. Поднимается и спускается по лестнице, держась за руку или за перила

Учится

- Залезать на невысокие предметы: ступени, пуфы
- Брать одновременно несколько предметов, используя обе руки и подмышки
- Носить и подавать предметы

Требуется обратить внимание к концу двенадцатого месяца

- Не делает несколько шагов, держась за руки взрослого
- Не может удерживать одной рукой 2 маленькие игрушки или подать игрушку взрослому

ЧСС: 90—130 уд./мин.

ЧДД: 30—40 в мин.

Диурез: 25—45 мл разово, 450 мл в сутки

Дефекация: 1—3 раза в сутки (стул желто-коричневый, кашицеобразный/оформленный)

Количество кормлений: 5

Суточный объем питания: 1000—1100 мл

Разовый объем питания: 200—220 мл

Прикорм: овощное пюре, фруктовое пюре, фруктовый сок, молочная каша, мясное пюре, желток, рыбное пюре, творог, кефир

12 месяц

Нервно-психическое развитие

Слух: понимает часто употребляемые слова; понимает и выполняет простые просьбы

Зрение: узнает знакомого взрослого на фотографии; различает предметы контрастной формы (квадратные и круглые)

Речь: произносит до 6—10 лепетных слов; повторяет новые слова; общается со взрослыми при помощи звукосочетаний

Эмоции: с удовольствием общается с другими детьми и взрослыми; протягивает другому ребенку и отдает игрушку, сопровождая это смехом и лепетом; хорошо развита мимика

НАВЫКИ

Умеет

- Ищет игрушку, спрятанную другим ребенком
- Берет игрушку из рук другого человека и прячет ее за спину или под пеленку
- Понимает (без показа) названия нескольких предметов, действия, имена взрослых и детей, выполняет отдельные поручения («найди», «принеси», «отдай тете», «положи на место»)
- Понимает слово «нельзя» и сразу или после 2-3 повторений прекращает действие
- Строит башню из кубиков, нанизывает на основу кольца пирамидки
- Вкладывает один предмет в другой, открывает коробку или ящик
- Держит ложку и чашку
- Пользуется ложкой по назначению
- Одеваться и раздеваться самостоятельно (шапка, носочки)

Учится

- При помощи взрослого пить из чашки: протягивает руки к чашке, берет ее, подносит к губам и пьет
- Различать свойства предметов — сухое/мокрое, твердое/мягкое, горячее/холодное
- Навыкам опрятности — расчесываться, мыть руки
- Слушать, когда ему читают, показывать пальцем на знакомых героях или предметы

Ночной сон:
11—12 часов

Дневной сон:
1—2 часа

Бодрствование:
3 часа 30 минут — 4 часа
(между периодами сна)

Врожденные безусловные рефлексy здорового доношенного ребенка на 1 году жизни

СПИНАЛЬНЫЕ

Регулируются спинным мозгом, отвечают за состояние мышечного аппарата, необходимы для принятия поз и перемещения в пространстве

- **Ладонно-ротовой (Бабкина)**

Уложите малыша на спину и, взяв его руку, слегка надавите большим пальцем в центр ладони: он откроет рот и нагнет голову вперед

- **Хватательный**

Вложите в ладонь малыша палец или какой-либо тонкий предмет, и он тут же бессознательно сожмет его в кулачок. Если захват крепкий, то ребенка можно будет поднять за руки

- **Рефлекс опоры и автоматической ходьбы**

Поверните ребенка лицом к себе, возьмите под мышки, фиксируя голову пальцами. Если его приподнять, он подожмет ноги. Если опустить на горизонтальную твердую поверхность — будет стоять, опираясь на стопы. Если наклонить вперед — начнет переступать ногами

- **Рефлекс ползания (Бауэра)**

Положите ребенка на живот и прикоснитесь своими ладонями к его подошвам. Он тут же оттолкнется от опоры и продвинется вперед

- **Рефлекс Галанта**

Положите ребенка на живот и проведите пальцем вдоль позвоночника, отступив слева от него 1 см, по направлению сверху вниз. В ответ малыш выгнет спинку вправо и разогнет правую ногу. И наоборот

- **Защитный**

Положите ребенка на живот, и он тотчас повернет голову в сторону и попытается ее приподнять

- **Рефлекс Переса**

Положите малыша на живот и проведите пальцем по позвоночнику, двигаясь от копчика к шее и слегка надавливая на позвонки. В ответ малыш поднимет голову и таз, прогнет спину и согнет ноги в коленях. При этом он может закричать. Иногда непроизвольно происходит дефекация или мочеиспускание

- **Рефлекс Моро**

Положите ребенка спиной на стол и внезапно ударьте ладонями прямо по столешнице на расстоянии 15 см справа или слева от его головы. В ответ ребенок сначала разведет руки в стороны, разожмет кулаки и выпрямит согнутые ноги (1 фаза). Через 2–3 секунды руки либо вернуться в исходное положение, либо ребенок обнимет себя ими (2 фаза). Первая и вторая фаза рефлекса могут быть выражены с разной силой — это считается нормой

- **Рефлекс Бабинского**

Надавите на подушечки пальцев стоп, и пальцы подожмутся. Проведите пальцем по внешнему краю стопы: ребенок выпрямит пальцы и разведет их в стороны

Врожденные безусловные рефлексы здорового доношенного ребенка на 1 году жизни

ОРАЛЬНЫЕ

Позволяют ребенку добывать еду

- **Сосательный**

Стоит только дать новорожденному грудь, как он начинает делать ритмичные сосательные движения. Такая же реакция будет на собственный или чужой палец, пустышку

- **Хоботковый**

Быстро и легко прикоснитесь к губам ребенка пустышкой или пальцем: он выпятит губы трубочкой

- **Поисковый**

Осторожно и нежно погладите ребенка уголок рта или дотроньтесь пустышкой до щеки рядом с губами: он мгновенно повернет голову в ту сторону, откуда шел стимул, и приоткроет рот

ТОНИЧЕСКИЕ

Нужны для определенного положения тела в пространстве, регуляции мышечного тонуса

- **Шейно-тонические рефлексы**

Асимметричный — поверните голову ребенка вправо: он разогнет правую руку и правую ногу и согнет левую руку и левую ногу

Симметричный — аккуратно нагните голову малыша так, чтобы подбородок был прижат к груди: руки тут же согнутся, а ноги разогнутся

- **Лабиринтный тонический**

В положении лежа на животе ребенок сгибает ноги, приподнимает таз, прижимает к телу согнутые руки и сгибает шею. Лежа на спине, ребенок разгибает шею, выпрямляет туловище, руки и ноги

УСТАНОВОЧНЫЕ

Отсутствуют при рождении и формируются начиная с возраста 4 месяцев. Исчезают к возрасту 12—24 месяцев

- **Рефлекс Ландау**

Верхний — находясь на животе, ребенок поднимает голову, верхнюю часть туловища и, опираясь руками, удерживается в таком положении

Нижний — лежа на животе, ребенок сгибает и поднимает ноги

Примерная схема ввода прикорма детям первого года жизни*

Наименование продуктов и блюд (г, мл)	Возраст, мес.				
	4—5	6	7	8	9—12
Овощное пюре	10—150	150	150	150	150
Каша	10—150	150	150	180	200
Мясное пюре промышленного производства**/отварное мясо	—	5—30 3—15	40—50 20—30	60—70 30—35	80—100 40—50
Фруктовое пюре***	5—50	60	70	80	90—100
Желток	—	—	1/4	1/2	1/2
Творог****	—	—	—	10/40	50
Рыбное пюре	—	—	—	5—30	30—60
Фруктовый сок	—	—	—	5—60	80—100
Кефир и другие детские неадаптированные кисломолочные напитки	—	—	—	200	200
Печенье детское	—	3	5	5	5
Хлеб пшеничный, сухари	—	—	—	5	10
Растительное масло*****	1—3	5	5	6	6
Сливочное масло*****	1—3	4	4	5	5

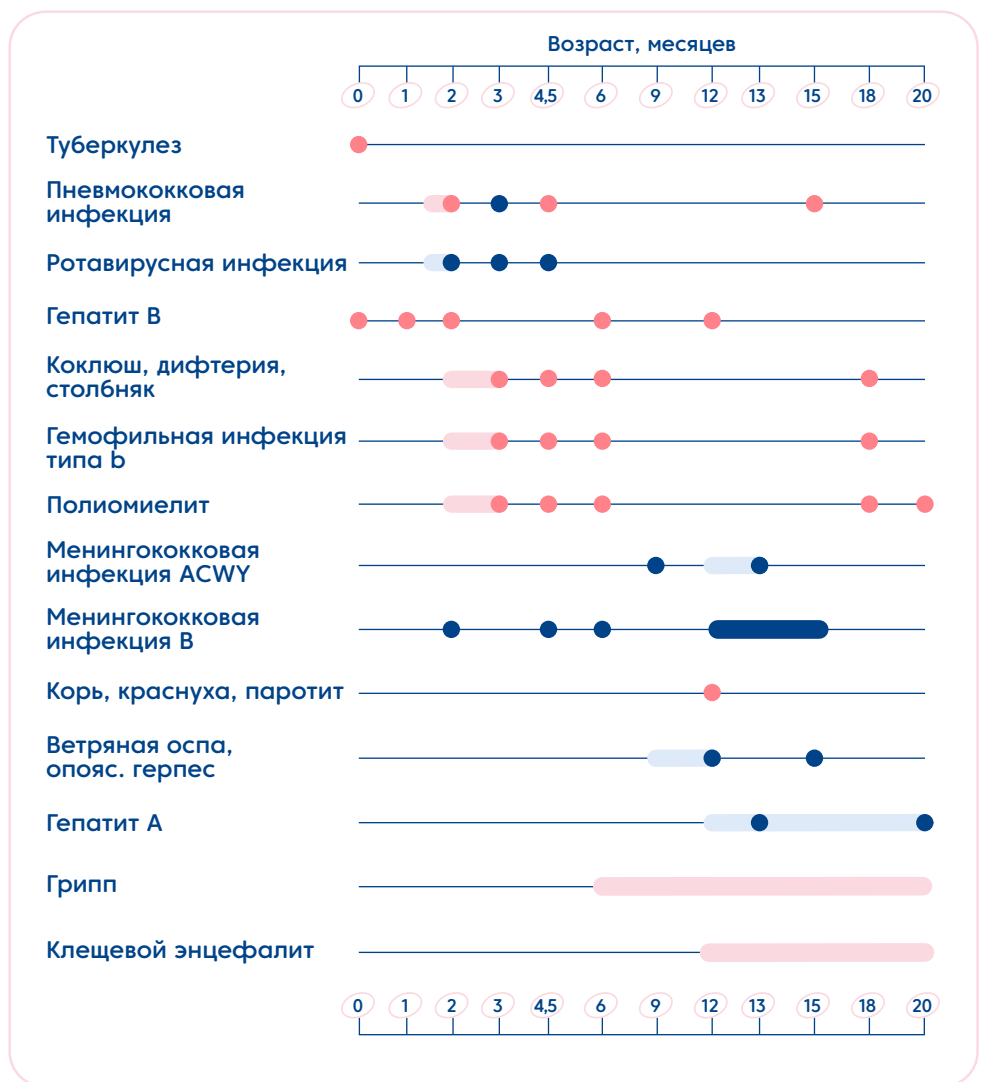
* Национальная программа оптимизации вскармливания детей первого года жизни в РФ, 2019. ** Без добавления растительного сырья (овощей и круп). *** Не в качестве первого прикорма. **** По показаниям с 6 мес. ***** Добавляется к овощному пюре.

***** Добавляется к каше

При назначении прикорма следует соблюдать следующие правила:

- введение каждого нового продукта начинают с небольшого количества и постепенно (за 5—7 дней) увеличивают до объема, рекомендованного в данном возрасте, при этом внимательно наблюдают за переносимостью
- новый продукт (блюдо) следует давать в первой половине дня, для того чтобы отметить возможную реакцию на его введение
- каши, овощные и фруктовые пюре следует вводить начиная с монокомпонентных продуктов, постепенно добавляя в прикорм другие продукты данной группы
- прикорм дают с ложки до кормления грудью или детской молочной смесью
- новые продукты не вводят во время острых инфекционных заболеваний, до и после проведения профилактических прививок (в течение 3—5 дней)
- в возрасте 9—10 месяцев гомогенизированные и пюреобразные продукты следует постепенно заменять на мелкоизмельченные

Оптимальный график вакцинации детей*



● вакцины по Национальному календарю

● вакцины сверх Национального календаря

возможное смещение даты вакцинации

возможное смещение даты вакцинации

Составлен АНО «Коллективный иммунитет», версия от 19 января 2022 года

* Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 06.12.2021 № 1122н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок, календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям и порядка проведения профилактических прививок» (зарегистрирован 20.12.2021 № 66435)

Симптомы дыхательной недостаточности у детей

Тахипноэ, частота дыханий в минуту: Дети 0—2 мес. > 60 Дети 2—12 мес. > 50
Одышка, затрудненное дыхание
Втяжения уступчивых мест грудной клетки на вдохе
Кряхтящее/стонущее дыхание
Раздувание крыльев носа при дыхании
Апноэ
Нарушение сознания
Показатели SpO ₂ < 90 % при оценке дыхания в помещении

Оценка острой дыхательной недостаточности у детей

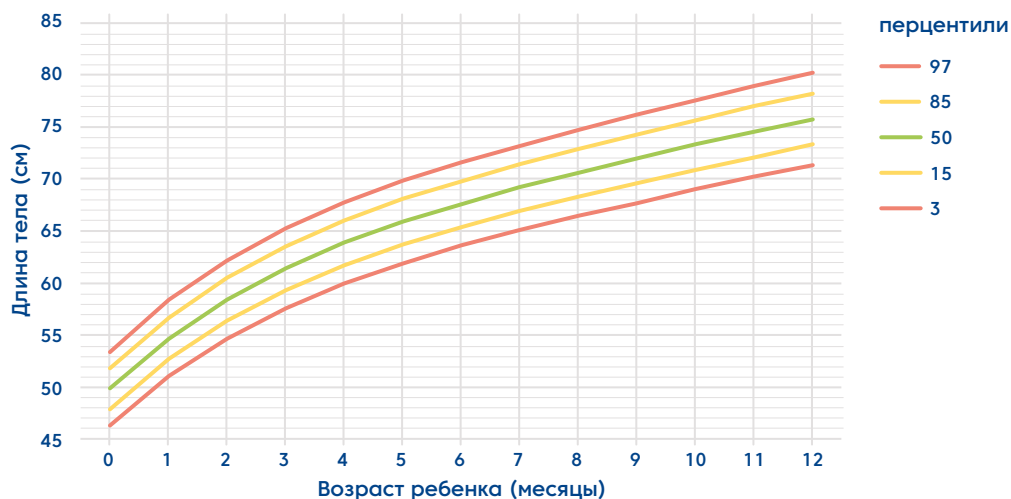
Степени дыхательной недостаточности	Характеристика
I	Одышка, тахикардия, периоральный цианоз и напряжение крыльев носа при малейшей физической нагрузке. САД нормальное, pO ₂ = 6580 мм рт. ст., SpO ₂ = 90—95 %
II	Одышка, тахикардия, ↑ САД, периоральный акроцианоз и бледность кожи в покое; усиливаются при физ. нагрузке. Ребенок возбужден и беспокоен либо вялый. pO ₂ = 51—64 мм рт. ст., pCO ₂ ≤ 50 мм рт. ст., SpO ₂ < 90 %. Кислородотерапия улучшает состояние и нормализует газовый состав крови
III	Выраженная одышка, дыхание с участием вспомогательной мускулатуры, диспноэ вплоть до апноэ, тахикардия, САД. Соотношение ЧД : ЧСС близко к 1 : 2. Кожа бледная, могут быть разлитой цианоз, мраморность кожи, слизистых. Ребенок заторможенный, вялый. pO ₂ ≤ 50 мм рт. ст., pCO ₂ = 75—100 мм рт. ст., SpO ₂ < 90 %. Кислородотерапия неэффективна
IV	Гипоксическая кома. Землистая окраска кожи, синюшность лица, синюшно-багровые пятна на туловище и конечностях. Сознание отсутствует. Дыхание судорожное с длительными остановками. ЧД близка к 8—10 в мин. Пульс нитевидный, ЧСС ускорена или замедлена. САД значительно снижено или не определяется. pO ₂ < 50 мм рт. ст., pCO ₂ > 100 мм рт

Группы нервно-психического развития

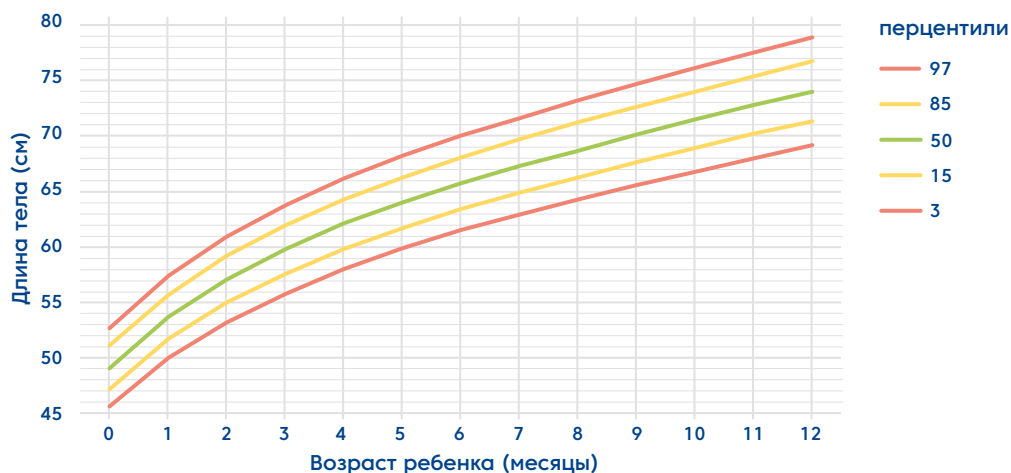
Группа нервно-психического развития	Характеристика
I	• Дети с нормальным развитием • Дети с опережением в развитии
II	• Дети с отставанием в развитии на 1 эпикризный срок • Дети с негармоничным развитием (часть показателей выше на 1—2 и более эпикризных сроков, часть ниже нормы на 1 эпикризный срок)
III	• Дети с отставанием в развитии на 2 эпикризных срока • Дети с дисгармоничным развитием (часть показателей ниже на 1, а часть — на 2 эпикризных срока; некоторые показатели могут быть выше нормы)
IV	• Дети с отставанием в развитии на 3 эпикризных срока • Дети с дисгармоничным развитием (часть показателей ниже на 1—2, а часть — на 3 эпикризных срока; некоторые показатели могут быть выше нормы)
V	• Дети с отставанием на 4—5 эпикризных сроков • Дети с дисгармоничным развитием (часть показателей ниже нормы на 1—3, часть — на 4—5 эпикризных сроков, а некоторые показатели могут быть выше нормы)

Основные антропометрические показатели для детей 0—12 месяцев

ДЛИНА ТЕЛА по возрасту, мальчики (перцентили)



ДЛИНА ТЕЛА по возрасту, девочки (перцентили)

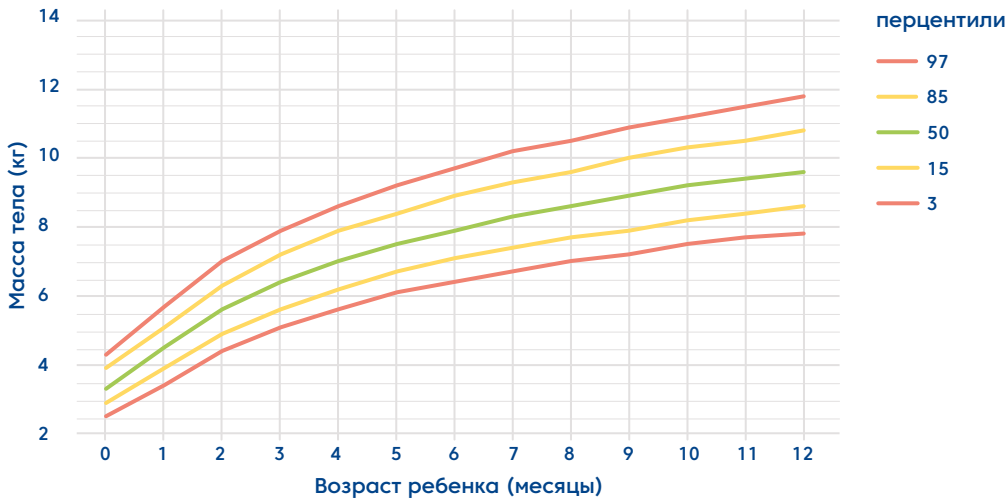


Перцентиль	< 3	3—15	15—85	85—97	> 97
Оценка физического развития	очень низкое	ниже среднего	среднее (норма)	выше среднего	очень высокое

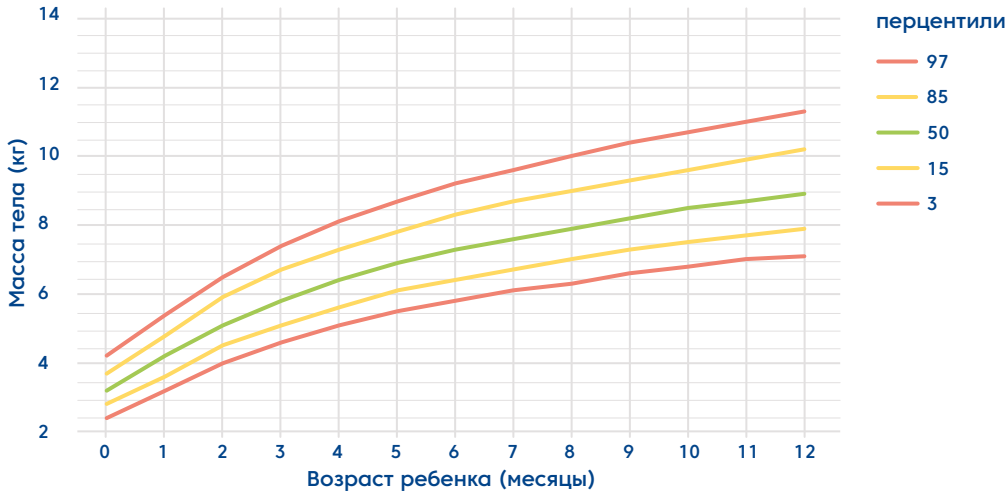
Основные антропометрические показатели для детей 0—12 месяцев



МАССА ТЕЛА по возрасту, мальчики (перцентили)



МАССА ТЕЛА по возрасту, девочки (перцентили)

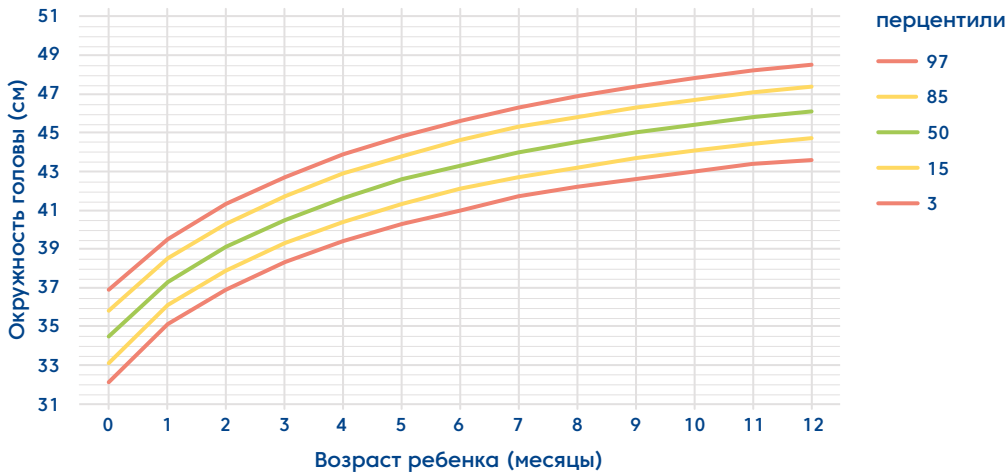


Перцентиль	< 3	3—15	15—85	85—97	> 97
Оценка физического развития	очень низкое	ниже среднего	среднее (норма)	выше среднего	очень высокое

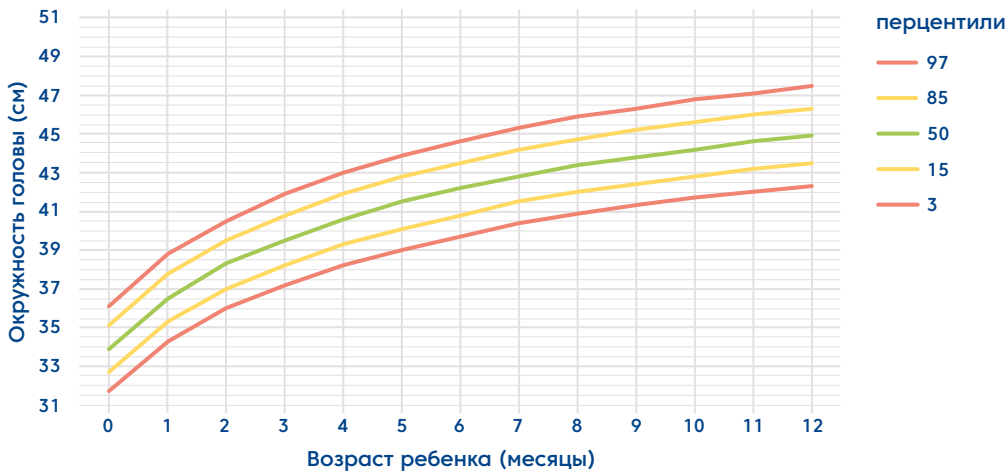
Основные антропометрические показатели для детей 0—12 месяцев



ОКРУЖНОСТЬ ГОЛОВЫ по возрасту, мальчики (перцентили)



ОКРУЖНОСТЬ ГОЛОВЫ по возрасту, девочки (перцентили)



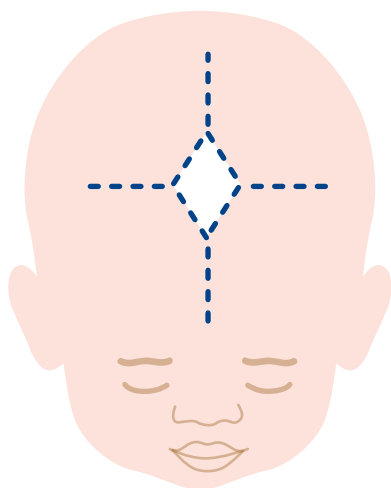
Перцентиль	< 3	3—15	15—85	85—97	> 97
Оценка физического развития	очень низкое	ниже среднего	среднее (норма)	выше среднего	очень высокое

Средние размеры большого родничка*

(косые диагонали или стороны в мм у здоровых детей)

Возраст (мес.)	Размер (мм)	Возраст (мес.)	Размер (мм)
0—1	26—28	6—7	16—16
1—2	22—25	7—8	14—16
2—3	23—24	8—9	14—15
3—4	20—21	9—10	12—14
4—5	16—18	10—11	10—12
5—6	16—18	11—12	8—10

* Данные размеры большого родничка являются условными. Степень закрытия большого родничка зависит от типа вскармливания, региона проживания ребенка и т. п.



Список литературы

Морфометрическое и психомоторное развитие ребенка первого года жизни. Методические рекомендации. № 35. Ч. 2. Департамент здравоохранения г. Москвы, 2014

Нервно-психическое развитие детей и методы его оценки. Учебно-методическое пособие. Краснодар, 2009

Основы диагностики и лечения патологии нервной системы у детей первого года жизни. Методические рекомендации. Москва, 2012

Обласова А. Справочник по вакцинам Delta-V. АНО «Коллективный иммунитет». Санкт-Петербург, 2023

Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 06.12.2021 № 1122н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок, календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям и порядка проведения профилактических прививок» (зарегистрирован 20.12.2021 № 66435)

Пневмония (внебольничная). Клинические рекомендации. МЗ РФ, 2022

Программа оптимизации вскармливания детей первого года жизни в РФ, 2019

Пропедевтика детских болезней: учебник / под ред. Н. А. Геппе. Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2008

Пропедевтика детских болезней: учебник / под ред. Р. Р. Кильдияровой, В. И. Макаровой. 2-е изд., испр. Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2017

Пропедевтика детских болезней: учебник / А. В. Мазурин, И. М. Воронцов, СПб.: Фолиант, 2001

Оценка физического развития детей и подростков: учебно-методическое пособие РНИМУ им. Н. И. Пирогова / под общей ред. А. Б. Моисеева, Т. Г. Верещагиной. Москва, 2024

The WHO Child Growth Standards. <https://www.who.int/tools/child-growth-standards/standards>. Дата скачивания 16.05.2025