

# Психомоторное развитие доношенного и недоношенного ребенка

Все дети развиваются по-разному: кто-то быстрее, кто-то медленнее. Но в неонатологии существуют определенные нормы психомоторного развития ребенка, на которые опираются педиатры, давая оценку происходящим процессам. О показателях и характерных особенностях психомоторного развития детей раннего возраста, начиная с рождения и до 12-месячного возраста, вы узнаете в этом материале.

## **Особенности психомоторного развития доношенных детей раннего возраста**

С рождением ребенка его нервная система, главным образом головной мозг, еще продолжает развиваться. Но, несмотря на то, что нервная система еще не сформирована полностью, она в достаточной мере обеспечивает ребенка механизмами, необходимыми для связи и познания внешнего мира.

**В первый год жизни малыша** его нервная система развивается очень активно, особенно такие ее отделы, как кора и подкорковые центры головного мозга. На основе многолетних наблюдений за детьми первого года жизни были выявлены определенные закономерности их нервно-психического развития, соответствующие возрасту в месяцах. С момента появления ребенка на свет его нервная система начинает развиваться по строго определенным этапам. Эти этапы психомоторного развития ребенка и являются критериями оценки нервно-психического становления малыша. В основе этих критериев лежат безусловные и приобретаемые условные рефлексы, постепенное развитие навыков поведения, речи.

**С первого дня жизни** новорожденный ощущает вкус, запах, боль, тепло и холод. У него хорошо выражены сосательный и глотательный рефлексы, которые в основном и обеспечивают его существование в первые дни жизни. Обнаруживаются также все основные безусловные рефлексы.

**Уже к концу первой недели** жизни малыша у него вырабатывается условный рефлекс, связанный с определенными промежутками времени между кормлениями, своеобразный биоритм. В это же время у ребенка улучшается слух, появляются первые кратковременные эпизоды напряжения мышц шеи, которые постепенно перейдут в дальнейшем в попытку поднять и удержать головку.

**В возрасте 10-20 дней** малыш уже умеет удерживать в поле зрения предмет, т. е. следить за движущимся предметом, но при этом зрачки двигаются не плавно, как у взрослых, а как бы рывками (ступенчатое слежение). Иногда движения глаз несколько дискоординированы и может создаваться впечатление, что у ребенка косоглазие. Однако к концу первого месяца жизни эти явления обычно исчезают.

Учитывая особенности психомоторного развития детей, **с первого дня жизни ребенка** во время его бодрствования нужно общаться с ним, улыбаться, ласкать малыша, выразить свою любовь. Это будет способствовать правильному и своевременному развитию его зрения, слуха, двигательных навыков, а также речи. Показатели психомоторного развития новорожденного ребенка первого года жизни

## **Этапы психомоторного развития ребенка по месяцам до года.**

**В 1 месяц** ребенок хорошо фиксирует взгляд на неподвижном предмете, подолгу рассматривая его. При наблюдении за движущимся предметом зрачки перемещаются уже плавно. Малыш заметно прислушивается к различным звукам, голосам, особенно родных ему людей, чувствует интонации в разговоре, его слух становится лучше. Чувствуя любовь близких и комфорт, начинает улыбаться. Психомоторное развитие ребенка в этом возрасте позволяет ему в положении на животе пытаться поднять головку и несколько секунд удерживать ее в таком положении. Движения рук и ног в этом возрасте размашистые, резкие. Конечности находятся в согнутом состоянии. В этом возрасте ребенок спит до 18-20 часов в сутки, устанавливается определенная продолжительность ночного сна и сна в промежутках между кормлениями.

**В 2 месяца** ребенок длительно фиксирует взгляд на неподвижном предмете или лице взрослого. Может долго следить за движущимся предметом. На звук поворачивает голову в соответствующую сторону. Лежа на животе, поднимает, и непродолжительное время удерживает головку. Для тренировки мышц шеи и умения удерживать голову с 1,5-2-х месяцев рекомендуется регулярно брать ребенка на руки и, придерживая под грудку и ягодицы, удерживать в вертикальном положении. В этом возрасте тонический рефлекс и рефлекс ползания исчезают. Психомоторное развитие ребенка до года в этом возрасте усиливается. Малыш в 2 месяца уже начинает произносить отдельные звуки. Продолжительность сна составляет в среднем 18 часов в сутки.

**В 3 месяца** ребенок способен длительно удерживать взгляд на неподвижном предмете или лице взрослого, находясь в вертикальном положении. Длительно удерживает голову в вертикальном положении. Мышцы рук и ног приобретают нормальный тонус, движения становятся более свободными и точными. При поддержке подмышками уверенно опирается ножками в горизонтальную поверхность с максимальной нагрузкой на тазобедренные суставы. Говоря о психомоторном развитии детей до года, нужно отметить, что в 3 месяца малыш уже способен переворачиваться и долго лежать на животе, опираясь на предплечья и высоко подняв голову. Живо реагирует на попытки общения с ним близких людей: улыбается, громко смеется, машет ручками (так называемый комплекс оживления). Узнает голос матери. Испытывает эмоции, как положительные, так и отрицательные. Продолжительность сна в этом возрасте около 16-18 часов.

**В 4 месяца** ребенок начинает узнавать близких родственников, бурно выражая свою радость от их присутствия. Реагирует на незнакомые лица. Ищет глазами невидимый источник звука. Способен захватывать ручками висящую игрушку и долго рассматривать ее, поэтому рекомендуется вешать игрушки низко, так, чтобы малышу удобно было их захватывать. Это способствует развитию точных и целенаправленных движений рук. Во время кормления придерживает ручками грудь матери или бутылочку. При виде любимой или красивой игрушки либо при звуках музыки появляется комплекс оживления. Раннее психомоторное развитие ребенка в этом возрасте уже позволяет малышам различать цвета. Обычно в возрасте 4-х месяцев ребенок начинает гулить — произносить нараспев гласные, гортанные звуки.

**В 5 месяцев** ребенок по-разному реагирует на попытки общения с ним близких и незнакомых людей. Хорошо узнает голос матери, способен различать ласковые и строгие интонации при обращении к нему. Быстро и крепко берет игрушку из рук взрослого и хорошо удерживает ее. Может долго лежать на животе, опираясь на ладони выпрямленных рук, высоко поднимая голову и грудь, поворачивая голову в разные стороны, переворачиваться со спины на живот. При поддержании его подмышками стоит на ногах ровно и уверенно. Если в этом возрасте строго соблюдать режим кормления, сна и бодрствования, то ребенок хорошо и быстро привыкает к нему и начинает ему следовать.

**В 6 месяцев** малыш способен различать свое и чужое имя. Легко берет игрушку из любых положений, подолгу занимается ею, рассматривая с разных сторон, переключая из одной руки в другую. Психомоторное развитие детей раннего возраста позволяет полугодовалым малышам переворачиваться с живота на спину. Ребенок самостоятельно сидит, начинает ползать, хорошо ест с ложки, снимая пищу губами. При поддержке подмышками не только уверенно стоит на ногах, но и пытается сделать шаг. Начинает произносить отдельные слоги — «ма», «да», «ба» и иные (начало лепета). Для того чтобы ребенок быстрее научился говорить, нужно поворачиваться к нему лицом при общении с ним, чтобы он следил за движениями губ при произнесении слов. К концу первого полугодия жизни малыша формируется начальное понимание речи. Ребенок поворачивает голову в сторону предметов, которые до этого ему показывали и называли.

**В 7 месяцев** малыш самостоятельно сидит, ползает, хорошо переступает при поддержке взрослого. Активно и подолгу занимается с игрушкой: машет, стучит, бросает. На вопрос «Где?» способен отыскивать взглядом предмет, постоянно находящийся на одном месте. Просится на руки к матери и хорошо знакомым людям. Учится пить из чашки. С 7-ми месяцев ребенок начинает подражать действиям взрослых.

**В 8 месяцев** ребенок самостоятельно садится и ложится, встает и переступает, держась за барьер. Подолгу занимается с игрушками, подражая действиям взрослых. На вопрос «Где?» находит несколько предметов, находящихся на своих местах. Появляется мимика, выражение на лице не только радости, но и удивления, интереса. Если психомоторное развитие ребенка до 1 года

соответствует норме, то уже в этом возрасте по просьбе взрослого малыш может выполнять простые действия, выученные ранее (дать ручку, похлопать в ладоши). Поворачивает голову, когда его называют по имени. Начинает подражать отдельным звукам речи взрослых. В этот период следует поощрять познавательный интерес ребенка и развивать его с помощью правильно подобранных игрушек.

**В 9 месяцев** начинает «танцевать» под веселую музыку, к спокойной и грустной музыке прислушивается. Переходит от одного предмета к другому, придерживаясь за них руками, садится из вертикального положения. Активно занимается с игрушками и другими предметами, совершает различные манипуляции в зависимости от их свойств (гремит погремушками, катает шарики, открывает коробочки). На вопрос «Где?» находит несколько предметов независимо от их расположения. Хорошо знает свое имя и отзывается на него. Подражает речи взрослых, произносит с ними отдельные слоги. Продолжительность сна составляет 15-16 часов.

**В 10 месяцев** по просьбе взрослого выполняет различные Действия с предметами: открывает, вынимает, катает и т. п. Долго занимается с игрушками, особенно с кубиками и пирамидками. Может ставить кубики один на другой или нанизывать колечки на стержень пирамидки. По просьбе «Дай» находит и дает знакомые предметы. Психомоторное развитие ребенка в 10 месяцев позволяет ему подниматься по лестнице, подлезать под предметы. Продолжительность сна составляет 14-15 часов.

**В 11 месяцев** самостоятельно выполняет различные действия с игрушками по команде взрослого: ставит кубики один на другой, складывает и разбирает пирамидку. Способен стоять без поддержки и делать первые самостоятельные шаги. Делает первые попытки обобщения понятий «Дай», «На». Продолжительность сна — около 14 часов.

**В 12 месяцев** ребенок узнает на фотографиях знакомых, самостоятельно выполняет разученные действия с игрушками. Если психомоторное развитие ребенка 1-го года жизни соответствует норме, то в этом возрасте он уже самостоятельно ходит, но продолжает много ползать. Переносит разученные действия с одного предмета на другой. Понимает без показа названия предметов, частей тела, имена знакомых, команды, выполняет поручения взрослых («Найди», «Отдай», «Принеси»), находит среди множества игрушек именно ту, что назвал взрослый. Легко подражает новым слогам, произносит до 10-12 слов. Различает значения слов «можно» и «нельзя», поэтому к концу первого года жизни ребенка его поведением можно управлять с помощью речи взрослого.

## **Психомоторное развитие недоношенных младенцев**

Нервная система ребенка активно развивается на первом году жизни. При рождении он получает рефлексы, позволяющие ему существовать в первые месяцы жизни, и постоянно приобретает новые навыки общения с окружающим миром. Овладение определенными навыками, отражающими нервнопсихическое развитие малыша, должно фиксироваться в определенные сроки его жизни. Существуют утвержденные нормы нервно-психического развития детей. Психомоторное развитие недоношенного ребенка имеет ряд особенностей, так как такие дети рождаются с еще незрелой нервной системой, и это сказывается на темпах их нервно-психического развития. Поэтому многие такие малыши несколько отстают от своих доношенных сверстников. Степень отставания зависит от степени недоношенности.

Недоношенные дети, родившиеся с массой тела от 2500 г, почти не отличаются по срокам своего развития от доношенных. Отставание показателей психомоторного развития недоношенных детей первого года жизни в получении тех или иных навыков может составить 1-2 недели. Чем меньше масса тела ребенка при рождении, тем сильнее выражено его отставание в нервно-психическом развитии.

Психомоторное развитие недоношенных младенцев, родившихся с массой тела от 1500 до 2000 г, позволяет им ощущать запахи, вкус, холод и тепло. Врожденные рефлексы могут быть выражены в первые недели после рождения недостаточно, особенно сосательный и глотательный, что препятствует нормальному кормлению.

### **Календарь психомоторного развития недоношенного ребенка 1-го года жизни по месяцам**

В первый месяц жизни врожденные рефлексы активно развиваются и затем уже мало отличаются от рефлексов доношенных детей. Зрение и слух обычно не отличаются от таковых у доношенных детей. Далее описаны особенности психомоторного развития недоношенного ребенка по месяцам.

**В возрасте 1-2-х месяцев** ребенок учится фиксировать взгляд на неподвижном предмете, разглядывать его. В 2 месяца внимательно прислушивается к различным звукам, голосам, так как его слух улучшается. Первую улыбку малыша родители обычно замечают на 2-3-м месяце его жизни.

**В 2,5-3 месяца** ребенок уже довольно уверенно удерживает головку в положении лежа на животе.

**В 3,5 месяца** он уже отвечает улыбкой на улыбку и обращение к нему взрослого.

**В 4-5 месяцев** малыш поворачивает голову на звук, пытается рассмотреть источник звука. В 5 месяцев он уже хорошо фиксирует взгляд на неподвижном предмете, может длительно рассматривать лицо матери, находясь у нее на руках в вертикальном положении. Психомоторное развитие недоношенных детей первого года жизни позволяет им к этому возрасту следить взглядом за движущимся предметом.

**В возрасте 5-5,5 месяца** малыш бурно реагирует на обращение к нему близких родственников: улыбается, машет ручками, издает гласные звуки, это так называемый комплекс оживления. Хорошо узнает голос матери, пробует схватить игрушку или другой интересный для него предмет. В 5,5 месяца он отвечает на нравящиеся ему события или обращение взрослых громким смехом. В полгода ребенок начинает гулить — произносить долгие гласные или гортанные звуки. Психомоторное развитие недоношенного новорожденного в этом возрасте уже позволяет малышу хватать подвешенные игрушки. Различает близких и чужих людей и часто проявляет свое отношение к ним: понравившимся он улыбается, а на неприятных ему реагирует плачем или отворачивается. Ребенок не только реагирует на звук и поворачивается в его сторону, но и определяет для себя невидимый источник, его издающий.

**В 6,5 месяца** малыш берет из рук взрослого игрушку и самостоятельно удерживает ее. К 7-ми месяцам гуление малыша становится более длительным и разнообразным. Он уже хорошо находит контакт с окружающим миром и вполне в нем адаптировался. Ребенок более подвижен, его движения становятся слаженными, постепенно утрачивая беспорядочный характер. Психомоторное развитие недоношенного новорожденного ребенка в этом возрасте активно продолжается. Малыш пытается переворачиваться на живот. В этом возрасте ребенок не только пьет молоко и соки, он уже довольно уверенно кушает с ложки пюре, снимая пищу губами.

**В среднем с 7,5 месяца** ребенок начинает лепетать — произносить отдельные слоги, иногда много раз, пытается повторять отдельные слоги из речи взрослых.

**В 7,5-8 месяцев** ребенок пытается ползать на животе, пока не опираясь на колени и ладошки, пробует переворачиваться с живота на спину. Он уверенно берет игрушки, которые подвешены, лежат в кроватке или предлагаются ему взрослым.

**К 8,5-9 месяцам** лепет малыша становится более длительным и разнообразным, он четко произносит отдельные слоги. В 9,5 месяца малыш начинает есть уже более твердую пищу, он, например, хорошо удерживает в руке кусок хлеба и откусывает от него.

**В возрасте 10 месяцев** ребенок уже умеет довольно хорошо ползать и учится сидеть. Он может долго заниматься игрушками, рассматривая их, пытается переключать из руки в руку, кладет одни и берет другие. К концу первого года жизни недоношенный ребенок, родившийся с массой тела от 1500 до 2000 г, овладевает всеми необходимыми навыками, и его отличия в этом плане от доношенных сверстников постепенно сглаживаются.

**В 10-11 месяцев** он уже самостоятельно встает, держась за неподвижную опору, и переступает, придерживаясь за нее. Уверенно сидит. Может из положения стоя около опоры сесть, а затем лечь. Хорошо стоит, удерживаемый за руки взрослым, и пытается шагать.

**К 10,5-11 месяцам** понимает обращенную к нему речь, знает мать и отца, свое имя, на вопрос «Где?» находит нужный предмет. В 11 месяцев становятся более сложными и его действия с игрушками: он не только уверенно переключает их из одной руки в другую, но и размахивает ими, стучит по полу, бросает.

**К 11-12 месяцам** он уже хорошо стоит и ходит, придерживаясь за руку взрослого или опору. К году ребенок повторяет за взрослыми слоги, пытается самостоятельно, без опоры, ходить.

**К 13 месяцам** он уже произносит некоторые простые слова, хорошо понимает и пытается повторить слова взрослых. Довольно уверенно ходит без опоры, залезает на невысокую поверхность, например на диван, и слезает с него. С поддержкой взрослых учится шагать по ступенькам, перешагивать через лужи и небольшие препятствия.

Конечно, приведенный выше календарь психомоторного развития ребенка до года усреднен, показатели могут несколько отличаться у детей с разной массой тела при рождении. Недоношенные малыши, родившиеся с массой тела до 1500 г, отстают в нервно-психическом развитии от описанной группы примерно на 2-4 недели и догоняют доношенных несколько позже.