

Скачки развития ребёнка

Возраст скачка	Скачок развития
1 - 1,5 месяца	1 скачок: Новые ощущения – появляются слёзы, интерес к окружающему миру
2 месяца	2 скачок: Узоры – различает формы, рисунки, свои руки, с интересом наблюдает за людьми
2,5 месяца	3 скачок: Осознание перемен – замечает изменения вокруг, смену места, времени суток, людей
4 месяца	4 скачок: Освоение пространства – тянется к игрушкам и вещам, пытается взять, переместить, концентрирует взгляд, рассматривает
5,5 месяцев	5 скачок: Осознание дистанции – координация рук, ног, всего тела, видит то, что хочет достать, но пока не может
8 - 9 месяцев	6 скачок: Понимание категорий – различает разные предметы и вещи, развивает обоняние, зрение, слух, эмоции, понимание речи
10,5 месяцев	7 скачок: Конструирование и последовательность – начинает осознанно играть с игрушками, осознавать что и как надо сделать
1 год	8 скачок: Планирование и цели – осознает, что нужно сделать, чтобы добиться чего-то
1 год 2 месяца	9 скачок: Абстракции и принципы – усложнение мышления, выстраивание последовательности действий, появление принципов
1 год 5 месяцев	10 скачок: Системы и управление – осознает последствия своих поступков, отличия людей друг от друга, принимает решения

Время бодрствования - время от пробуждения до полного засыпания

Возраст	Приблизительное время бодрствования
Новорожденный	50 - 60 минут
1 месяц	1 час - 1 час 15 минут
2 месяца	1 час 15 минут - 1 час 20 минут
3 месяца	1 час 20 минут - 1 час 35 минут
4 месяца	1 час 45 минут - 2 часа
5 месяцев	2 часа - 2 часа 15 минут
6 месяцев	2 часа 15 минут - 2 часа 30 минут
6,5 - 7 месяцев	2 часа 45 минут - 3 часа (некоторые могут больше)
8 - 10 месяцев	3 - 4 часа (некоторые могут больше)
11 - 12 месяцев	3 часа 30 минут - 4 часа 30 минут (некоторые могут больше, если перешли на 1 дневной сон)
13 - 15 месяцев	3 часа – 4 часа 30 минут при 2х дневных снах; 5 часов при 1 сне (при 2х дневных снах, один сон- короткий)
16 месяцев - 3 года	5 - 6 часов (после 2х лет некоторые дети могут обходиться без дневных снов при получении суточной нормы)
4 года	6 часов при наличии дневного сна (без дневного сна при условии получения суточной нормы сна ночью)