

### Jak rozwija się dziecko

Kluczowe etapy rozwoju ruchowego (tzw. kamienie milowe) odzwierciedlają postęp w rozwoju ruchowym dziecka

To ważne, by obserwować jego aktywność ruchową w pierwszych miesiącach życia, ponieważ w ten sposób można ocenić, czy dobrze się rozwija

Grafiki poniżej ilustrują wzorce rozwoju w pierwszych miesiącach życia. Na tej podstawie możesz sprawdzić, jak rozwija się Twoje dziecko. Każde z nich jest wyjątkowe, dlatego dokładny wiek, w którym osiąga poszczególne etapy rozwoju, może być inny niż u rówieśników

#### 1 miesiąc



Leżąc na brzuchu, dziecko unosi na krótko głowę



Potrafi podnieść ręce do twarzy i ust

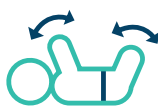


Gdy dziecko jest przestraszone, np. głośnym hałasem, energicznie prostuje ręce i palce

#### 2 miesiąc



Leżąc na brzuchu, dziecko unosi głowę i porusza nią na boki. Może również używać rąk, aby odepchnąć się od podłoża



Leżąc na plecach, porusza rękami i nogami. W miarę dalszego rozwoju ruchy te będą stawać się coraz płynniejsze



Potrafi na chwilę przytrzymać zabawkę, którą włoży mu się do rąk

#### 3 miesiąc



Leżąc na brzuchu, dziecko unosi głowę i klatkę piersiową



Leżąc na plecach, macha rękami i kopie nogami



Zaczyna sięgać po zabawki oraz świadomie chwytać i trzymać przedmioty

#### 4 miesiąc



Leżąc na brzuchu, trzyma głowę prosto i rozgląda się dookoła



Leżąc na plecach, kołysze się na boki



Leżąc na brzuchu, podpira się na łokciach



Chwyta zabawki i potrząsa nimi

#### 6 miesięcy



Zaczyna siadać bez pomocy



Potrafi przewracać się z jednego boku na drugi i z brzucha na plecy



Zaczyna utrzymywać swój ciężar na nogach i stać (z pomocą)



Zaczyna raczkować

## 6 miesięcy



Zaczyna siadać bez pomocy



Potrafi przewracać się z jednego boku na drugi i z brzucha na plecy



Zaczyna utrzymywać swój ciężar na nogach i stać (z pomocą)



Zaczyna raczkować

## 9 miesięcy



Raczkuje



Potrafi podciągnąć się do stania, trzymając się jakiegoś przedmiotu



Potrafi stać, przytrzymując się jakiejś rzeczy



Zaczyna robić pierwsze kroki, przytrzymując się mebli

## 12 miesięcy



Umie stać bez pomocy



Zaczyna samodzielnie stawiać pierwsze kroki



Potrafi samo usiąść i siedzi stabilnie

## 18 miesięcy



Samodzielnie chodzi



Zaczyna wchodzić po schodach i biegać



Zaczyna jeść łyżką i pić z kubka

Jeśli zauważysz, że Twoje dziecko nie osiągnęło któregoś z kluczowych etapów rozwoju ruchowego w danym przedziale wiekowym lub straciło już nabyte umiejętności, skontaktuj się z lekarzem

**JEŻELI MASZ OBAWY ZWIĄZANE Z ROZWOJEM DZIECKA, POROZMAWIAJ O TYM Z LEKARZEM**



OBJAWY SMA