

ГРУДНОЙ ВОЗРАСТ



ПЕРИОД ГРУДНОГО ВОЗРАСТА

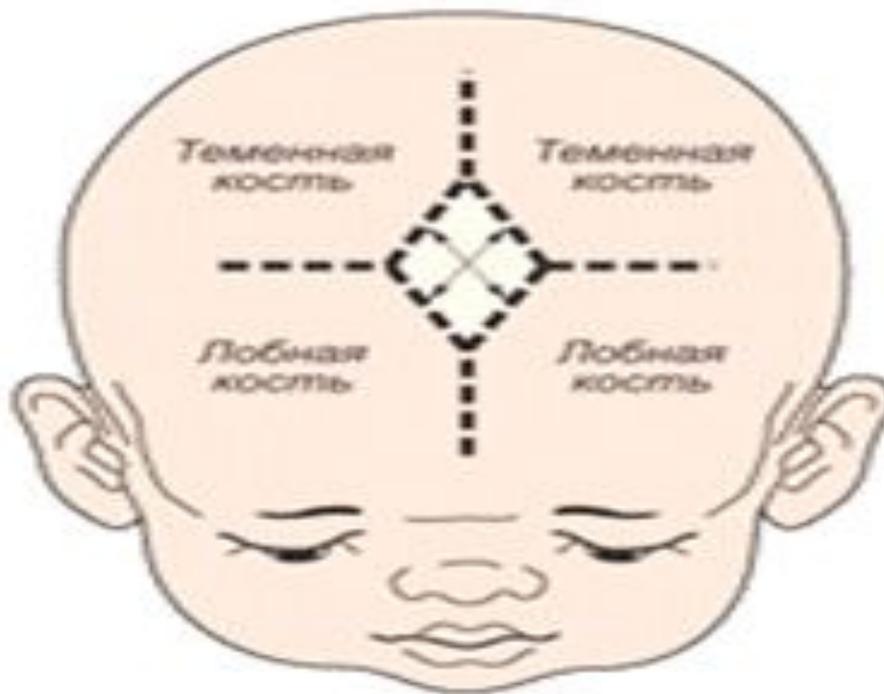
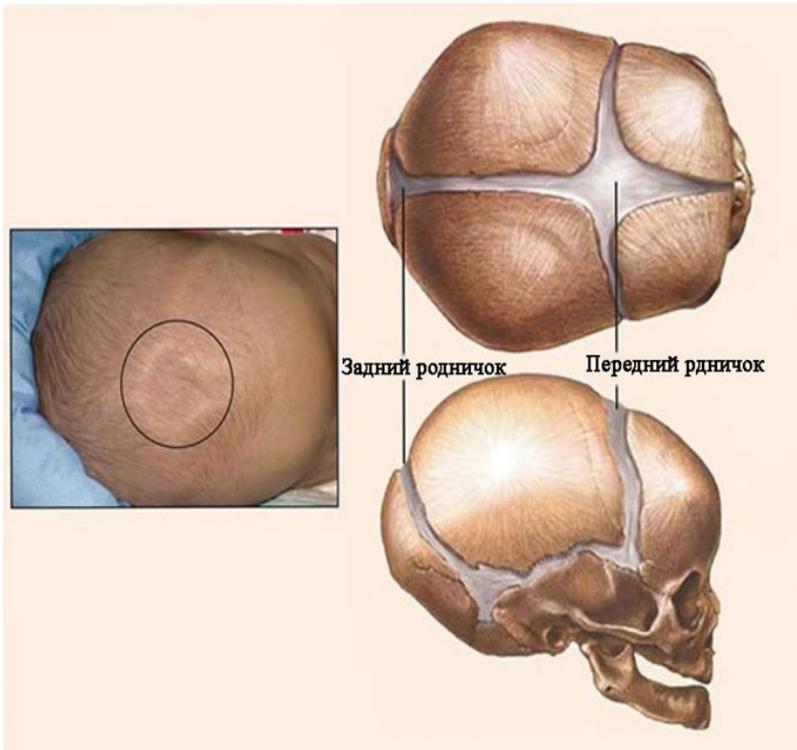
- ▶ Длится от 29 дня жизни до 1 года.
- ▶ Этот период характеризуется интенсивным нарастанием массы тела ребенка и роста, интенсивным физическим, нервно-психическим, интеллектуальным развитием.

АФО КОСТНО-МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМЫ

- ▶ Костная ткань имеет волокнистое строение, бедна минеральными солями, богата водой . Кости ребенка мягкие, гибкие, поэтому легко возникают искривления (деформация).
- ▶ Костная ткань хорошо кровоснабжается (выше чем у взрослых риск инфекционных заболеваний костей - остеомиелита и пр.)
- ▶ Кости содержат много эластических волокон, **надкостница толстая, хорошо развита**. Из-за этой особенности у детей раннего возраста распространены поднадкостничные переломы (по типу «ивовой ветки, зеленой»).

БОЛЬШОЙ РОДНИЧОК

- ▶ Большой родничок (представляет собой соединительно-тканную мембрану), имеет форму ромба, расположен между лобными и теменными костями черепа.
- ▶ Его размер (расстояние между его сторонами ромба) 2,0х2,5 см. Определение размера проводят сантиметровой лентой.
- ▶ Закрывается к 12-16 месяцам, крайний срок 2 года.

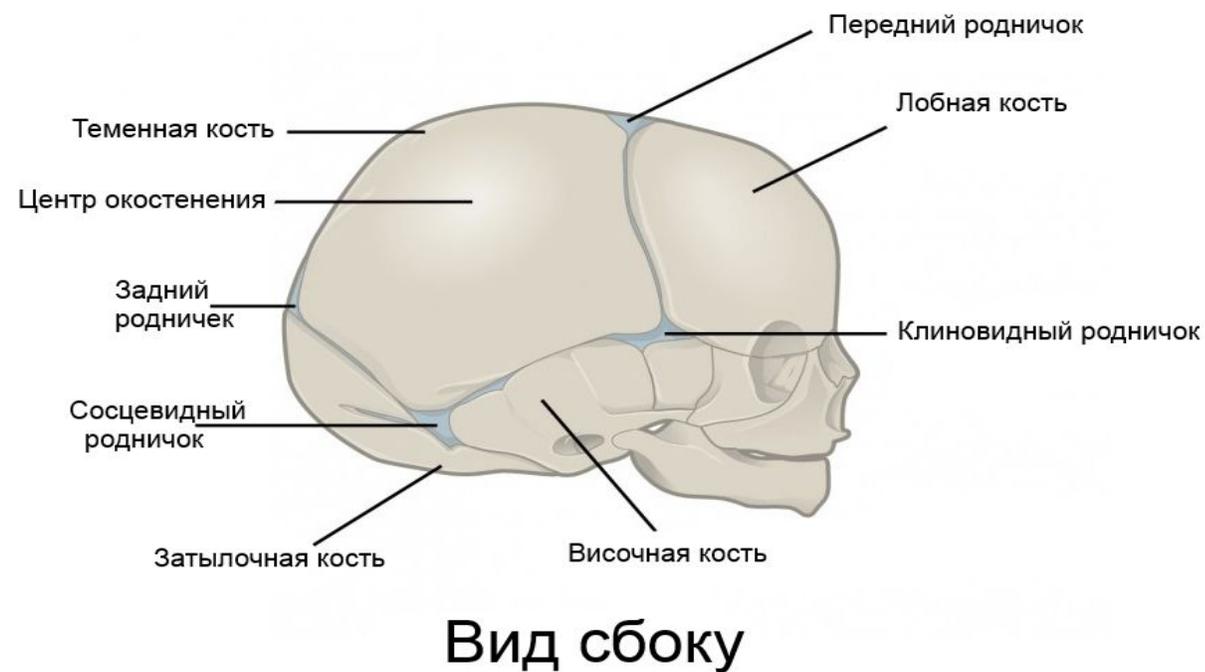
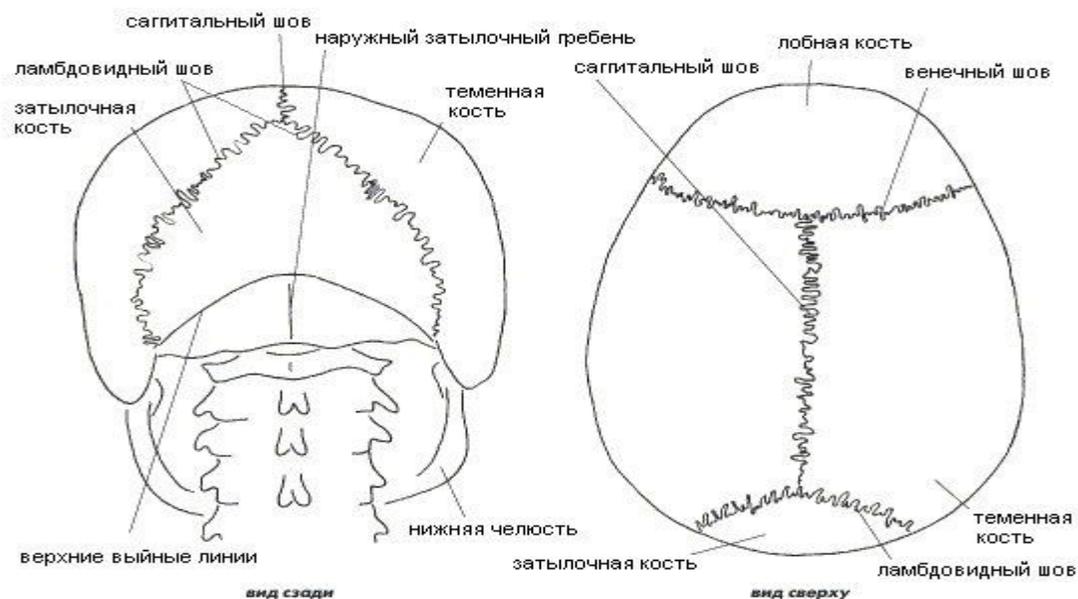


МАЛЫЙ РОДНИЧОК



Рис. 1. Проекция большого (слева) и малого (справа) родничков.

- ▶ Имеет форму треугольника, расположен между затылочной и теменными костями
- ▶ Закрывается к 1-2 мес.
- ▶ Швы уплотняются к 3-4 месяцам



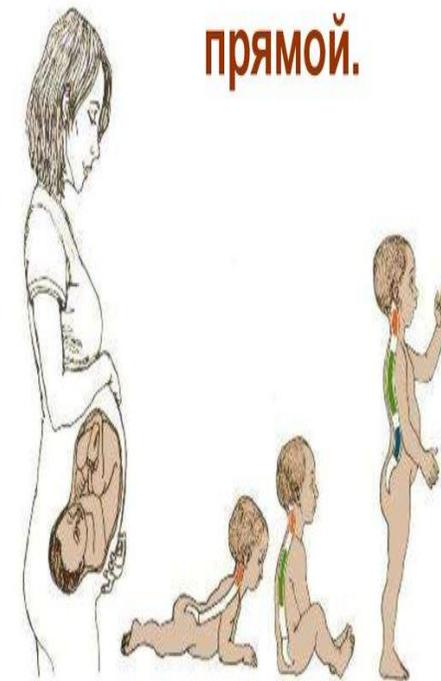
ПОЗВОНОЧНИК

- ▶ У новорожденного нет изгибов позвоночника
- ▶ - к 2 месяцам, когда ребенок начинает самостоятельно держать голову, появляется шейный лордоз (изгиб кпереди в сагиттальной плоскости);
- ▶ - к 6-ти месяцам, когда ребенок начинает самостоятельно сидеть, появляется грудной кифоз (изгиб кзади в сагиттальной плоскости);
 - к 12-ти месяцам, когда ребенок начинает самостоятельно ходить, появляется поясничный лордоз.

Позвоночник имеет S-образную форму,
в нём различают 4 изгиба



У новорожденных
позвоночник
прямой.



ПРОРЕЗЫВАНИЕ ЗУБОВ

ФОРМУЛА МОЛОЧНЫХ ЗУБОВ

$KЗ = N - 4$, где N- количество месяцев

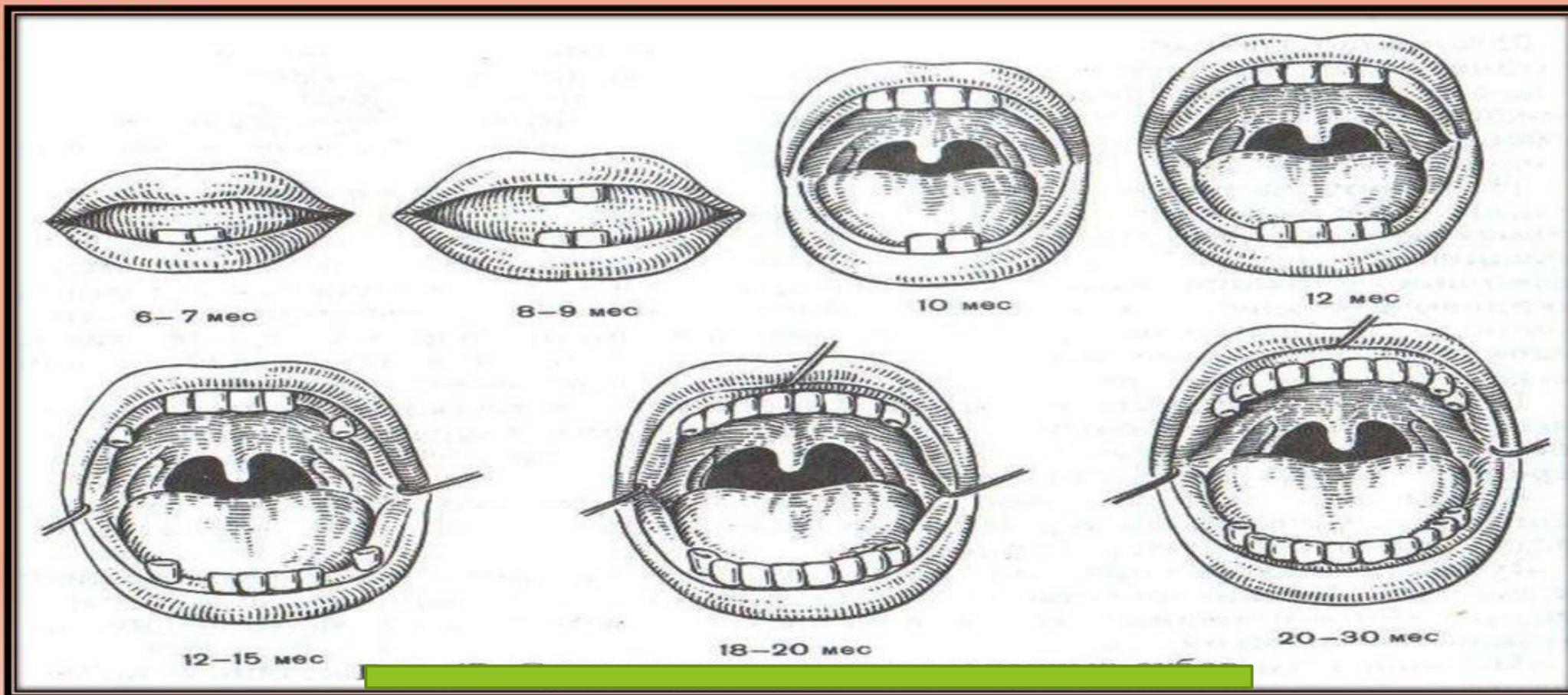
- ▶ Медиальные резцы - 6-9 месяцев;
- ▶ Латеральные резцы - 9-12 месяцев;
- ▶ Первые коренные-12-15 мес.
- ▶ Клыки-16-20мес.
- ▶ Вторые коренные-21-24мес

- ▶ **К 1 году жизни у ребенка должно быть 8 зубов.**

- ▶ **Молочный прикус составляет 20 зубов и полностью сформирован к 2 годам**

СРОКИ ПРОРЕЗЫВАНИЯ МОЛОЧНЫХ ЗУБОВ

К КОНЦУ 2-ГО ГОДА ЗАВЕРШАЕТСЯ ПРОРЕЗЫВАНИЕ МОЛОЧНЫХ ЗУБОВ..



КОЖНЫЕ ПОКРОВЫ

- ▶ С 3-х месяцев появляется потовыделение и слезоотделение. К 4-8 неделям пушковые волосы заменяются более жестким.
- ▶ К 1 месяцу полностью эпителизируется пупочная ранка.
- ▶ Сохраняется относительная неустойчивость терморегуляции, поэтому ребенок легко перегревается и переохлаждается.
- ▶ Кожа ребенка обладает более высокой восстановительной способностью, чем у взрослого. Кожа эластичная, имеет хороший тургор. В коже происходит синтез витамина D₃, который играет важную роль в фосфорно-кальциевом обмене.

МЫШЕЧНАЯ СИСТЕМА

- ▶ С 2-2,5 месяцев исчезает физиологический гипертонус сгибателей верхних конечностей,
- ▶ С 3-4 мес-исчезает гипертонус с нижних конечностей
- ▶ Накопление моторных навыков развивает силу и ловкость мышц, нарастает мышечная масса. Однако отмечается преимущественное развитие крупных мышц: груди, спины, шеи, плеч, таза, бедер. Развитие статических функций происходит постепенно. Для их своевременного развития следует с первых дней жизни предоставить ребенку свободу в движениях и помогать ему овладевать ими.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- ▶ Сохраняется относительная узость дыхательных путей. Слизистая оболочка нежная, богата кровеносными сосудами, железы слабо функционируют (риск развития острых инфекционных заболеваний органов дыхания) Придаточные полости - решетчатые; гайморова - развиты слабо;
- ▶ Трахея и бронхи - хрящи мягкие, податливые (склонность к бронхоспазму)
- ▶ Легкие - происходит увеличение их объема и дифференцирование легочной ткани, формируются новые альвеолы.
- ▶ Тип дыхания: смешанный
- ▶ Характер дыхания: поверхностное, частое, аритмичное.
- ▶ Частота дыхательных движений составляет:
к 6 месяцам - 35-40 в 1 минуту; к 12 месяцам - 30-35 в минуту.
- ▶ Кашлевой рефлекс у детей первых месяцев жизни выражен слабо.

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ СИСТЕМА

- ▶ Сердце расположено горизонтально, относительно велико, растет неравномерно. До 2-х лет масса сердца увеличивается за счет предсердий, затем растут желудочки.

Артерии относительно широкие и развиты лучше, чем вены. Соотношение просвета артерий к просвету вен - 1:1. В течение первого года жизни сосуды растут особенно интенсивно, чем в последующие годы.

Пульс частый, очень подвижный, может меняться под воздействием самых различных факторов - изменение положения тела, физическое напряжение, при крике, плаче и т.д.

Частота сердечных сокращений к 1-му году - 120-125 в 1 минуту.

Артериальное давление - 80-85 / 40-45 мм рт.ст.

Артериальное давление максимальное (АД max) определяется по формуле:

- ▶ до 1 года: $АД_{max} = 70 \times n$, где n - число месяцев;
- ▶ после 1 года: $АД_{max} = 80 + 2n$, где n - число лет;
- ▶ $АД_{min} = \text{от } \frac{1}{2} \text{ до } \frac{2}{3} АД_{max}$.

ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- ▶ До 3-4 месяцев слюнные железы недостаточно дифференцированы и отличается сухость слизистой, что способствует ее легкому травмированию, поэтому полость рта не надо протирать. Слизистая на всем протяжении нежная, богато кровенасыщенная. Прием пищи только путем сосания.

С 4-5 месяцев, вследствие раздражения тройничного нерва прорезывающимися зубами, значительно усиливается слюноотделение, поэтому в возрасте 5 месяцев ребенку можно вводить первый прикорм.

До 1 года положение желудка горизонтальное. Улучшается иннервация кардиального сфинктера, и во 2-ом полугодии жизни срыгиваний обычно не наблюдается. Вместимость желудка в 3 месяца - 100 мл, в 1 год - 250 мл.

Желудочный сок содержит все ферменты, но с пониженной активностью.

- ▶ Микрофлора кишечника обусловлена характером вскармливания. При грудном вскармливании - основные микробы: бифидобактерии, небольшое количество энтерококков и кишечной палочки. При искусственном вскармливании преобладает кишечная палочка.
- ▶ Печень - крупная, богата кровеносными сосудами, выступает на 1,5-2 см из-под края реберной дуги.
- ▶ С возрастом частота стула уменьшается, к 1 году - 1-2 раза в сутки.

МОЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- ▶ Почечные лоханки и мочеточники относительно широкие, стенки их гипотоничны вследствие недостаточного развития мышечных и эластических волокон. Это предрасполагает к застою мочи, возникновению заболеваний и нарушениям водно-солевого обмена.
- ▶ Частота мочеиспусканий: до 6 месяцев - 15-20 раз в сутки;
от 6 до 12 месяцев - 10-15 раз в сутки.
Суточный объем мочи в год составляет 600 мл.
- ▶ В первые месяцы жизни акт мочеиспускания является только безусловным рефлексом. С 3-х месяцев начинает формироваться рефлекс на произвольное мочеиспускание (в часы наибольшей вероятности мочеиспускания ребенка надо подержать над горшком). С 6 месяцев, когда ребенок начинает сидеть самостоятельно, его еще не рекомендуют высаживать на горшок.

НЕРВНАЯ СИСТЕМА

- ▶ Развитие нервной системы происходит очень быстро.
- ▶ К концу первого года масса головного мозга увеличивается в $2^{1/2}$ раза. Совершенствуются органы чувств, развиваются положительные и отрицательные эмоции; движения становятся координированными, целенаправленными. Появляются все новые условные рефлексы. Начинает развиваться развитие второй сигнальной системы - речь ребенка, которая развивается в три этапа:
 - ▶ - подготовительный - появляются оттенки в плаче, крике, лепете;
 - ▶ - сенсорная речь - произносит слоги и связывает их с конкретными образами;
 - моторная речь - произносит слова, связывая с выполняемыми действиями.
- ▶ Необходимо с ребенком много разговаривать, читать, играть, происходит накопление пассивного словаря, т.е. понимание речи

НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

- ▶ 1. Основные критерии (линии) развития:
- ▶ Аз - анализатор зрительный;
- ▶ Ас - анализатор слуховой;
- ▶ Э - эмоции;
- ▶ До - движения общие;
- ▶ Др - движения руки;
- ▶ Ра - речь. активная;
- ▶ Н-навыки;
- ▶ Рп - речевые понимания;
- ▶ Ср - сенсорика;
- ▶ И - игра и действия с предметом;
- ▶ Д - движения;
- ▶ НПР - нервно-психическое развитие.

1 МЕСЯЦ

- ▶ Аз - плавное прослеживание движущегося предмета.
- ▶ Ас - длительное слуховое сосредоточение (прислушивание к голосу взрослого, к звуку игрушки).
- ▶ Э - первая улыбка в ответ на разговор взрослого.
- ▶ До - лежа на животе, пытается поднять и удержать голову (до 5 с).
- ▶ Ра - издает отдельные . звуки в ответ на разговор с ним.



2 МЕСЯЦА

- ▶ **Аз** - длительное зрительное сосредоточение; смотрит на лицо взрослого, на привлечший его внимание предмет, следит за движущейся игрушкой или взрослым.
- ▶ **Ас** - ищущие повороты головы при длительном звуке, поворачивает голову в сторону взрослого.
- ▶ **Э** - быстро отвечает на разговор с ним улыбкой, длительное сосредоточение на другом ребенке.
- ▶ **До** - лежа на животе, поднимает и некоторое время удерживает голову (не менее 5 с).
- ▶ **Ра** - повторно произносит отдельные звуки (гуление)



3 МЕСЯЦА

- ▶ **Аз** - зрительное сосредоточение в вертикальном положении на руках у взрослого (на лице говорящего с ним взрослого, на игрушке).
- ▶ **Э** - отвечает комплексом оживления на эмоциональное общение с ним (разговор), ищет глазами ребенка, издающего звуки.
- ▶ **Др** - случайно наталкивается руками на игрушки, низко висящие над грудью.
- ▶ **До** - лежит на животе, опираясь на предплечья и высоко подняв голову (1 минута).



4 МЕСЯЦА

- ▶ Аз - узнает мать или близкого человека (радуется).
- ▶ Ас- поворачивает голову в сторону невидимого источника звука и находит его глазами.
- ▶ Э - во время бодрствования часто и легко возникает «комплекс оживления», громко смеется при эмоциональном речевом общении.
- ▶ Др - рассматривает, ощупывает, захватывает низко висящие над грудью игрушки.
- ▶ До - удерживает голову в вертикальном положении (на руках у взрослого), при поддержке под мышки крепко упирается о твердую опору ногами, согнутыми в тазобедренных суставах, переворачивается на бок.
- ▶ Ра-гулит.
- ▶ Н - во время кормления придерживает руками грудь матери или бутылочку.



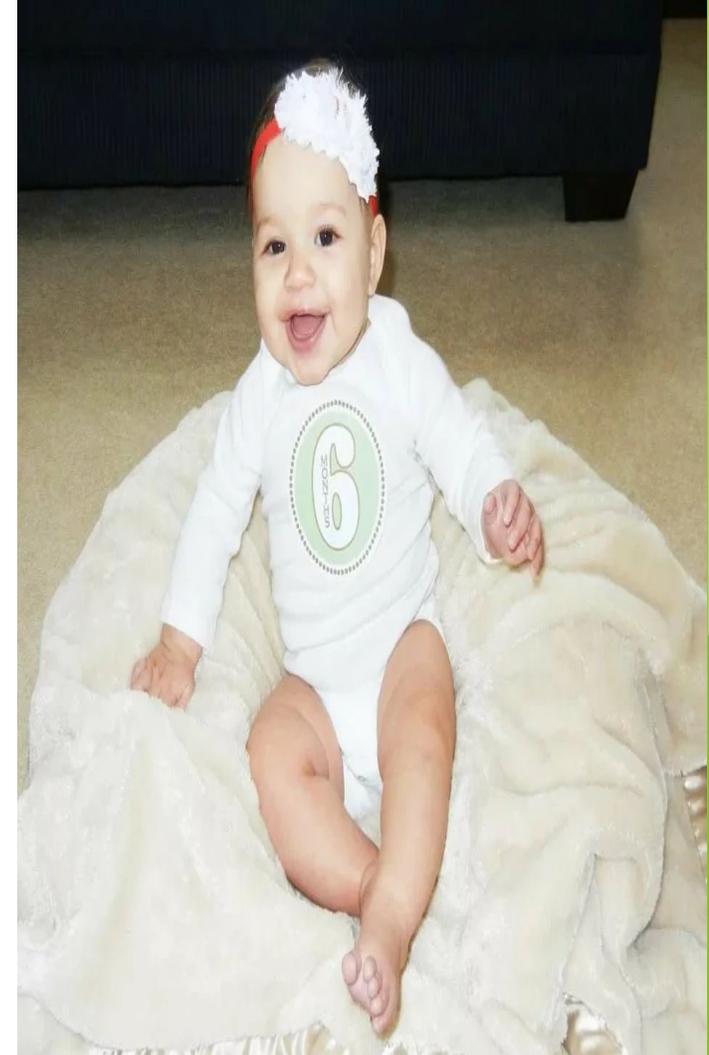
5 МЕСЯЦЕВ

- ▶ Аз - отличает близких людей от чужих. Ас - узнает голос матери или близкого человека, различает строгую или ласковую интонацию.
- ▶ Э - радуется ребенку, берет у него из рук игрушку.
- ▶ Др - берет игрушку из рук взрослого, удерживает ее в руке.
- ▶ До - долго лежит на животе; подняв корпус, и, опираясь на ладони выпрямленных рук, переворачивается со спины на живот, ровно, устойчиво стоит при поддержке подмышки.
- ▶ Ра - подолгу, певуче гулит.
- ▶ Н - ест с ложки полугустую кашу.



6 МЕСЯЦЕВ

- ▶ Ас - по-разному реагирует на свое и чужое имя.
- ▶ Др - уверенно берет игрушки, находясь в любом положении, и подолгу ими занимается, перекладывая из одной руки в другую.
- ▶ До - переворачивается с живота на спину, передвигается, переставляя руки или немного подползая, пытается сидеть
- ▶ Ра - произносит отдельные слоги(ба-ма-па)
- ▶ Н - ест с ложки, снимая пищу губами, пьет из чашки небольшое количество жидкости.



7 МЕСЯЦЕВ

- ▶ Др - стучит игрушкой, размахивает, перекладывает, бросает ее.
- ▶ До- хорошо ползает (много, быстро).
- ▶ Рп - на вопрос «где?» находит взглядом предмет, находящийся в определенном месте.
- ▶ Ра - подолгу лепечет.
- ▶ Н - пьет из чашки, которую держит взрослый.



8 МЕСЯЦЕВ

- ▶ Э - смотрит на действия другого ребенка, смеется или лепечет.
- ▶ Др - игрушками занимается долго и разнообразно (толкает мяч, стучит, вынимает), подражает взрослому.
- ▶ До - сам садится, сидит, ложится, держась руками за барьер, сам встает, стоит и опускается, переступает, держась за барьер.
- ▶ Рп - на вопрос «где?» находит несколько предметов (2-3).
- ▶ Ра - громко, четко, повторно произносит различные слоги.
- ▶ Н - ест корочку хлеба, которую сам держит в руке, пьет из чашки, которую держит взрослый.



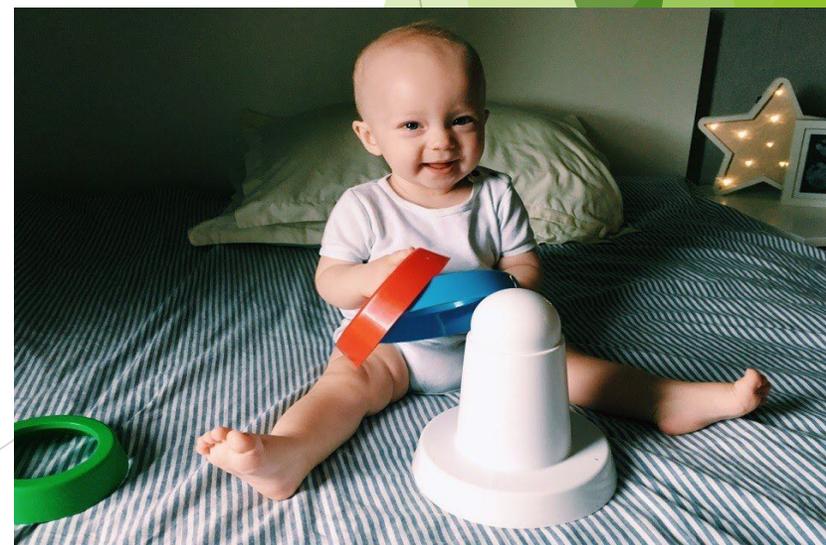
9 МЕСЯЦЕВ

- ▶ Ас - плясовые движения под музыку.
- ▶ Э - догоняет ребенка, ползет ему навстречу, подражает действиям другого ребенка.
- ▶ Др - действует с предметами по-разному, в зависимости от их свойств (катает, нажимает, вынимает).
- ▶ До - переходит от одного предмета к другому, слегка придерживаясь за них руками.
- ▶ Рп - на вопрос «где?» находит несколько предметов, знает свое имя, оборачивается на зов.
- ▶ Ра - подражает взрослому, повторяя за ним слоги.
- ▶ Н - хорошо пьет из чашки, слегка придерживая ее руками, формируется навык опрятности .



10 МЕСЯЦЕВ

- ▶ Э - действует рядом с ребенком или одной игрушкой с ним.
- ▶ Др - самостоятельно и по просьбе взрослого выполняет разученные с игрушкой действия: вынимает, вкладывает, открывает, закрывает, катает, действия с предметами принимают устойчивый характер.
- ▶ До - всходит на невысокую поверхность или горку, держась за перила, спускается с нее, идет вперед с поддержкой за обе руки.
- ▶ Рп - по просьбе «Дай!» находит и дает знакомые предметы, играет в прятки, «догоню -догоню», «сорока-ворона».
- ▶ Ра - подражая взрослому, повторяет за ним слоги, которых не было в его лепете.
- ▶ Н - закрепляет умения, приобретенные в 9 мес.



11 МЕСЯЦЕВ

Э - радуется приходу детей, избирательное отношение к детям.

др - накладывает кубик на кубик, снимает и надевает кольца с большими отверстиями на стержень.

До - стоит самостоятельно, делает первые самостоятельные шаги.

Рп - по словесной инструкции водит куклу, кормит собачку и т. д.; находит и дает любую куклу, мяч, которые видит среди игрушек.

Н - закрепляет умения, приобретенные в 9 мес.



12 МЕСЯЦЕВ

- ▶ Аз - узнает на фотографии знакомого взрослого.
- ▶ Э - протягивает другому ребенку игрушку, сопровождая это смехом и лепетом, ищет игрушку, спрятанную другим ребенком.
- ▶ Др - катает, водит, кормит, баюкает.
- ▶ До-ходит самостоятельно.
- ▶ Рп - понимает действия без показа (найди, дай), понимает имена детей, взрослых.
- ▶ Ра - произносит 5-10 облегченных слов.
- ▶ Н - самостоятельно пьет из чашки.



ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ МАССА ТЕЛА.

Месяц	Нарастание массы тела (г)	
	за месяц	за истекший период
1	600	600
2	800	1400
3	800	2200
4	750	2950
5	700	3650
6	650	4300
7	600	4900
8	550	5450
9	500	5950
10	450	6400
11	400	6800
12	350	7150

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ. МАССА ТЕЛА.

В 1 год средняя масса
тела равна 10-11 кг

ФОРМУЛА МАССЫ ТЕЛА с 2-х
ЛЕТ
 $M_t = 10,5 + 2 \times n$, где n- число
лет



ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ. ДЛИНА ТЕЛА

ДЛИНА ТЕЛА РЕБЕНКА 1-го года жизни

В 1-й квартал вырастает на 3 см в месяц

Во 2-й квартал - +2,5 см в месяц

В 3-й квартал - +1,5 см в месяц

В 4-й квартал - +1 см в месяц

За 1- год жизни ребенок вырастает на 25 см

В 1 год длина тела составляет – 75 см.



ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ. ДЛИНА ТЕЛА

Рост ребенка в 1 год=75см
Формула роста ребенка старше 2-х лет
Рост=75+5хп, где п- число лет

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ.

На 1-м году жизни ОКРУЖНОСТЬ ГОЛОВЫ увеличивается на 1 см в месяц

На 1-м году жизни ОКРУЖНОСТЬ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ увеличивается на 1,2-1,3 см в месяц

В 3-4 месяцев окружность головы и окружность грудной клетки выравниваются, затем окружность грудной клетки преобладает.

РЕЖИМ ДНЯ

- ▶ Основой любого режима дня является:
- ▶ деятельность,
- ▶ сон,
- ▶ пребывание на открытом воздухе,
- ▶ питание.

Правильно организованный режим дня представляет организму необходимые паузы, обеспечивающие чередование периодов большей и меньшей активности мозга, исключает переутомление, обеспечивает гармоничность развития, спокойное и бодрое настроение в течение дня. Режим дня для детей раннего возраста строится с учетом состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей.

При построении режима дня исходят из следующих положений:

- ▶ 1)обеспечить ребенку глубокий сон, достаточный по продолжительности сон.

Продолжительность сна в сутки можно по формулам :

- ▶ для детей 1 года количество часов сна в сутки $=22-1/2m$, где m-число месяцев;
- ▶ для детей старше года= $16-1/2n$,где n-число лет.

Дневной сон до 1-го года- должен быть 3-4 раза в день (до 5 месяцев -4 раза, с 5 до 10 месяцев -3 , с 10-до 1.5 лет-2),

- ▶ с 2-3 лет-1 раз,
- ▶ с 3-х лет-по желанию ребенка
- ▶ с 10 лет дневном он устанавливается по медицинским показаниям:

- ▶ 2)соблюдать регулярность приема пищи;

- ▶ 3) Длительность бодрствования:

- ▶ До 1 мес.-1 час
- ▶ От 1-3 мес.-1,5 часа
- ▶ От 4-12 мес.-3 часа
- ▶ Старше года-5,5-6 часов.

- ▶ 4) своевременно чередовать активную деятельность с достаточным отдыхом и максимальным пребыванием на свежем воздухе;

- ▶ 5)соблюдать последовательность компонентов режима:

до 9 мес(12 мес.).-пробуждение-кормление-бодрствование-сон

С 9 месяцев пробуждение-бодрствование-кормление-сон.

Примерный режим дня

Примерный режим дня ребенка от 1 до 9-10 месяцев.

	От 1 до 2,5- 3 месяцев		От 2,5-3 до 5-6 месяцев		От 5-6 до 9-10 месяцев	
Кормление	6 ⁰⁰		6 ⁰⁰		7 ⁰⁰	
Бодрствование	6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰	1ч	6 ⁰⁰ -7 ³⁰	1,5ч	7 ⁰⁰ -9 ⁰⁰	2ч
Сон	7 ⁰⁰ -9 ³⁰	2,5ч	7 ³⁰ -9 ³⁰	2ч	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰	2ч
Кормление	9 ³⁰		9 ³⁰		11 ⁰⁰	
Бодрствование	9 ³⁰ -10 ³⁰	1ч	9 ³⁰ -11 ⁰⁰	1,5ч	11 ⁰⁰ -13 ⁰⁰	2ч
Сон	10 ³⁰ -13 ⁰⁰	2,5ч	11 ⁰⁰ -13 ⁰⁰	2ч	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰	2ч
Кормление	13 ⁰⁰		13 ⁰⁰		15 ⁰⁰	
Бодрствование	13 ⁰⁰ -14 ⁰⁰	1ч	13 ⁰⁰ -14 ³⁰	1,5ч	15 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	2ч
Сон	14 ⁰⁰ -16 ³⁰	2,5ч	14 ³⁰ -16 ³⁰	2ч	17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰	2ч
Кормление	16 ³⁰		16 ³⁰		19 ⁰⁰	
Бодрствование	16 ³⁰ -17 ³⁰	1ч	16 ³⁰ -18 ⁰⁰	1,5ч	19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰	2ч
Сон	17 ³⁰ -19 ⁴⁵	2ч15м	18 ⁰⁰ -19 ⁴⁵	1ч45м		
Купание	19 ⁴⁵	15мин	19 ⁴⁵		20 ³⁰	
Кормление	20 ⁰⁰		20 ⁰⁰			
Бодрствование	20 ⁰⁰ -21 ⁰⁰	1ч	20 ⁰⁰ -21 ⁰⁰	1ч		
Ночной сон	21 ⁰⁰ -6 ⁰⁰	9ч	21 ⁰⁰ -6 ⁰⁰	9ч	21 ⁰⁰ -7 ⁰⁰	10ч
Ночное кормление	23 ³⁰ и\или 2 ⁰⁰		23 ³⁰ и\или 2 ⁰⁰		23 ⁰⁰	
Ребенок спит днем:	4 раза		4 раза		3 раза	
Ребенок спит за сутки:	около 18,5 часов		около 17 часов		около 16 часов	
Ребенок ест:	6-7 раз		6-7 раз		5-6 раз	
Ребенок бодрствует:	1ч		1,5ч		2ч	

ЗАКАЛИВАНИЕ

▶ **НОВОРОЖДЕННЫЙ**

- ▶ 1) Температура в комнате 22 °С (зимой проветривать помещение 4-5 раз в день по 10-15 минут, летом держать окно открытым).
- ▶ 2) Прогулки: * Если новорожденный родился зимой, то прогулки начинают с 2-3 недель жизни при температуре воздуха не ниже -10 °С в безветренную погоду, начинают с 15-20 минут и постепенно доводят до 1,5-2 часа в день (2 раза в день). * Если ребенок родился летом , то прогулки начинают после выписки из род. дома, вначале на 20-40 минут , затем увеличивают до 6-8 часов в день.
- ▶ 3) Обязательный сон на воздухе. Ребенок до 2 месяцев зимой на улице должен спать на руках, а не в коляске.
- ▶ 4) Общие ванны : купать ежедневно в воде при t 37 °С, в течение 5 минут, затем обливать водой на 1-2 °С ниже.
- ▶ 5) Умывание, которое длится 1-2 минуты, вначале проводят теплой водой (t +28 °С), через каждые 1-2 дня температуру воды снижают на 1-2 °С и доводят до 20-22 °С.
- ▶ 6) С 10-15 дней можно начать плавание в ванне через 40-60 минут после кормления или за 30 минут до кормления, после гимнастики через 2-3 часа. Температура воды 37-37,5 °С, продолжительность плавания 5-20 минут. Противопоказания: открытая пупочная ранка, заболевания кожи, плохое настроение, ОРВИ, ПЭП, острый период, судороги, глубокая недоношенность. 7) Воздушные ванны * перед процедурой помещение проветрить * t помещения +22 °С * начинают с 2-3 минут, доводят до 4-5 минут, через 1-2 часа после еды.

ЗАКАЛИВАНИЕ

▶ 1-3 МЕСЯЦА

- ▶ 1) Температура помещения +22 °С
- ▶ 2) Воздушные ванны * t помещения +22 °С * продолжительность с 4-5 мин, каждые 5 дней увеличиваем время на 2 мин и доводим до 15 мин (до 6-месячного возраста)
- ▶ 3) Прогулки зимой при t -10 °С по 1,5-2 часа 2 раза в день, с 2 месяцев можно гулять в коляске
- ▶ 4) Обязательный сон на воздухе при t -10 °С до +30 °С
- ▶ 5) Плавание температуру постепенно снижают до 34 °С
- ▶ 6) Ежедневное купание при t 36 °С - t 37 °С обливать на 2 °С ниже 7) При умывании t снижаем до 20-22 °С
- ▶ 8) С 2 месяцев в летнее время начинаем обтирание * сначала начинаем обтирать сухой рукавичкой в течении 1-2 недель (руки -> ноги -> грудь -> живот -> спина) * через 1-2 недели начинают местное влажное обтирание, начальная t 36-37 °С (обтирают руки от кисти до плеч, затем ноги от ступни до колен в течении 1-2 мин). Один раз в 5 дней t снижают на 1 °С и доводят до 28 °С необходимое условие - каждую часть тела вытирают насухо до легкого покраснения сразу после его влажного обтирания
- ▶ 9) Летом световоздушные ванны проводят под рассеянными лучами солнца при t 22 °С и выше, лучше проводить с 9 до 12 часов дня * первая ванна длится 3 минуты, постепенно доводим до 30-40 мин в день (по 15-20 мин 2 раза в день)

ЗАКАЛИВАНИЕ

▶ **3-6 МЕСЯЦЕВ**

- ▶ 1) температура в помещении 20-22 °С
- ▶ 2) воздушные ванны до 15 мин
- ▶ 3) прогулки зимой при t -15 °С по 1,5-2 часа 2 раза в день
- ▶ 4) световоздушные ванны продолжить по 15-20 мин 2 раза в день
- ▶ 5) плавание ежедневно при t воды 32 °С
- ▶ 6) купание ежедневно t 36-37 °С при обливании t на 2 °С ниже
- ▶ 7) постепенно от местных влажных обтираний переходим к общим влажным обтираниям, начальная t 36-37 °С, каждые 5 дней t снижаем на 1-2 °С и доводим до 28 °С, в воду можно добавить 2 ч/л соли на 1 стакан воды
- ▶ 8) сон на воздухе при t -15 °С до 30 °С

ЗАКАЛИВАНИЕ

▶ **6-12 МЕСЯЦЕВ**

- ▶ 1) температура в помещении 20-22 °С
- ▶ 2) сон на воздухе при t -15 °С до 30 °С
- ▶ 3) световоздушные ванны при t 22 °С и выше по 15-20 мин 2 раза в день
- ▶ 4) купание через день
- ▶ 5) плавание ежедневно при t воды 32 °С
- ▶ 6) прогулки зимой при t -15 °С по 1,5-2 часа 2 раза в день
- ▶ 7) с 9-10 месяцев начинают общее обливание, t начальная +37 °С, затем каждые 5 дней ее снижают на 1 °С, доводя до +28 °С, после обливания ребенка завернуть в махровое полотенце и хорошо обтереть

ЗАКАЛИВАНИЕ

- ▶ **1-3 ГОДА** 1) температура в помещении 18-19 °С
- ▶ 2) сон на воздухе при t -15 °С до 30 °С
- ▶ 3) воздушные ванны во время гимнастики 30-40 мин при t 18-19 °С, у хорошо закаленных - t 12-13 °С
- ▶ 4) t воды для умывания постепенно снижают с 20 °С до 16-18 °С
- ▶ 5) общее обливание продолжить, t воды снизить до 24-28 °С
- ▶ 6) с 1,5 лет можно применять душ, t снижают также, как при обливании
- ▶ 7) общие ванны 2 раза в неделю
- ▶ 8) перед сном применять контрастное закаливание Контрастное обливание ног Нельзя обливать холодные ноги холодной водой, ноги предварительно нужно согреть Нужно взять 2 таза, вода должна покрывать ноги до середины голени. 1 таз - t воды 38-40 °С 2 таз - t воды на 3-4 °С ниже * сначала погрузить ноги в горячую воду на 1-2 мин («топочет ногами»), затем в прохладную воду на 5-20 сек * погружать от 3 до 6 раз * каждые 5 дней t воды во 2 тазу снижают на 1 °С, доводя до 18-10 °С * у здоровых детей контрастное закаливание заканчивают холодной водой, у ослабленных - горячей

ЗАДАНИЯ

- ▶ 1. Заполните немые графы:
- ▶ 1. Грудной возраст - это возраст с _____ до _____.
- ▶ 2. В грудном возрасте в костях содержится много _____, мало _____.
- ▶ 3. Переломы по типу “зеленой веточки” бывают за счет толстой _____.
- ▶ 4. Большой родничок располагается между _____ и _____ костями.
- ▶ 5. Большой родничок закрывается к _____ возрасту.
- ▶ 6. Первые молочные зубы прорезываются в _____ месяцев, это _____ резцы.
- ▶ 7. В 1 год должно быть _____ зубов.
- ▶ 8. Все молочные зубы прорезываются в _____ года, их должно быть _____.
- ▶ 9. Первый изгиб позвоночника называется _____, он появляется в _____ мес., когда ребенок начинает _____.
- ▶ 10. Второй изгиб позвоночника называется _____, он появляется в _____ мес., когда ребенок начинает _____.
- ▶ 11. Третий изгиб позвоночника называется _____, он появляется в _____ мес., когда ребенок _____.

ЗАДАНИЯ

- ▶ 12. Ребенок начинает держать голову с _____ мес.
- ▶ 13. Ребенок начинает гулить с _____ мес.
- ▶ 14. Ребенок начинает переворачиваться на бок _____ мес.
- ▶ 15. Комплекс оживления появляется в _____ мес.
- ▶ 15. Ребенок начинает переворачиваться на живот _____ мес.
- ▶ 16. Ребенок начинает сидеть _____ мес.
- ▶ 17. Ребенок начинает говорить слоги _____ мес.
- ▶ 18. Ребенок начинает ползать _____ мес.
- ▶ 19. Ребенок начинает ходить самостоятельно _____ мес.
- ▶ 20. Оздоровительный массаж и гимнастику грудным детям начинаем с _____ мес.
- ▶ 21. Физиологическое слюнотечение начинается с _____ месяцев
- ▶ 22. Частота дыхательных движений в минуту у ребенка 1 года _____ в мин.
- ▶ 23. Гипертонус верхних конечностей исчезает к _____ месяцам,
- ▶ 24. Гипертонус нижних конечностей исчезает к _____ месяцам,
- ▶ 25. Рост ребенка в 1 год _____ см.
- ▶ 26. Масса ребенка в 1 год _____ кг

ЗАДАНИЯ

2. Тестовый контроль.

Инструкция:

Выберите один правильный ответ:

1. Роднички — это участки, заполненные:

- а) костной тканью;
- б) хрящевой тканью;
- в) соединительнотканной мембраной;
- г) фиброзной тканью.

2. Формула для определения кол-ва молочных зубов:

- а) $4x n - 20$;
- б) $4x n - 22$;
- в) $n - 4$;
- г) $2x n - 20$.

3. Костная ткань у грудного ребенка:

- а) богата водой;
- б) бедна минеральными солями;
- в) богата кровеносными сосудами;
- г) богата водов, богата кровеносными сосудами, бедна минеральными солями.

4. Первые молочные зубы у грудных детей появляются в (мес):

- а) 4-5;
- б) 3-5;
- в) 6-7;
- г) 8-9.

5. Форма большого родничка:

- а) ромбовидная;
- б) треугольная;
- в) овальная;
- г) прямоугольная.

6. Количество зубов в 1 год:

- а) 8;
- б) 10;
- в) 2;
- г) 20.

7. Первый комплекс массажа проводится в возрасте:

- а) 1-3 мес.;
- б) 3-4 мес.;
- в) 5-6 мес.;
- г) 9-12 мес.

8. На что обращают внимание при осмотре большого родничка:

- а) размер;
- б) податливость краев;
- в) выбухание;
- г) верно все.

9. Если при рождении масса у новорожденного 3000 гр., какой она будет в 3 мес. (в гр.):

- а) 3500;
- б) 5200;
- в) 6000;
- г) 5600.

10. Если при рождении рост у новорожденного 50 см., каким он должен быть в 2 мес. (см.):

- а) 51;
- б) 56;
- в) 60;
- г) 53.

11. Насколько ежемесячно возрастает окружность головы у грудного ребенка (см.):
- а) +1,0;
 - б) +3,5;
 - в) +3,0;
 - г) 2,5.
12. На сколько ежемесячно возрастает окружность грудной клетки у грудного ребёнка (см):
- а) +2,0;
 - б) +1,2-1,3;
 - в) +3,0;
 - г) +2,5.;
13. Средняя месячная прибавка в массе и росте на 1 месяце жизни:
- а) 600 гр. и 3 см;
 - б) 800 гр. и 3 см;
 - в) 900 гр. и 2,5 см.
 - г) 700 гр. 2 см.
14. Средний рост и масса у годовалого ребёнка:
- а) 75 см и 9 кг;
 - б) 90 см и 11 кг;
 - в) 75 см и 10-10,5 кг;
 - г) 85 см и 12 кг;
15. Как измеряется размер большого родничка:
- а) между углами по горизонтали;
 - б) между углами по вертикали;
 - в) между сторонами.
 - г) сумма сторон

16. Установите соответствие информации правой и левой колонок:

Гипертонус мышц:	Время исчезновения:
1. на верхних конечностях; 2. на нижних конечностях.	А. к 1 месяцу; Б. в 2—2,5 месяца; В. в 3—4 месяца; Г. к 5-6 месяцам.

17. Установите соответствие информации между тремя колонками:

<u>Вид родничка:</u>	<u>Место локализации:</u>	<u>Сроки закрытия:</u>
Малый родничок;	Локализация между костями: А. затылочной и теменными; Б. лобной и теменными; В. височной и теменными; Г. лобной и височной.	1. к рождению; 2. к 3 месяцам; 3. к 12—16 месяцам; 4. к 2 годам.
Большой родничок.		

18. Установите соответствие информации между тремя колонками:

Изгибы позвоночника:	Сроки появления:	Обусловлены умением ребенка:
1. шейный; 2. грудной; 3. поясничный.	а) 15 дней; б) 2 месяца; в) 6 месяцев; г) 12 месяцев; д) 1,5 года	А. стоять; Б. держать голову; В. присаживаться; Г. брать игрушку. Д. ходить.

Задание 3. Заполните пустые графы:

Наименование	Показатели
Количество зубов в 1 год	
Суточный объем мочи в 1 год	
ЧСС в 1 год	
ЧД в 1 год	
Формула для определения систолического АД в 1 год	