

## Девятнадцатый месяц

### Физическое развитие ребенка в этом месяце

На 19ом месяце жизни малышам, в среднем, необходимо спать, по меньшей мере, 13 часов в сутки. Большинство детей по-прежнему не против поспать с утра и/или в обед. Хотя для некоторых детей на втором году жизни становится более проблематично уложить спать днем, некоторые отказываются от дневного сна совсем. Вообще, малыш этого возраста вполне может обходиться одним, послеобеденным сном, особенно если он спит достаточно долго (час или два). Но это большая редкость, что нормальный, активный ребенок может бодрствовать от рассвета до заката без отдыха или хотя бы какого-то времени покоя. Если Ваш малыш бастует против дневного сна (с какой стати он должен отдыхать, если он может пойти и поиграть?), продолжайте создавать тихую, спокойную обстановку, как бы Вы делали, если бы укладывали его спать. Затемните его комнату, почитайте ему книжку, включите спокойную музыку, вообще, создайте атмосферу, благоприятную для сна. Даже если у Вашего ребенка все равно сна ни в одном глазу, по крайней мере он отдохнет от шумных игр, что ему так необходимо. И Вам тоже!

### Социальное развитие ребенка в этом месяце

Не смотря на то, что приступы злости отличительная особенность «невыносимых двухлеток», малыши 19ого и даже 12ого месяца тоже могут брыкаться, кусаться, кричать и плакать когда они не получили того что хотели. К 19ому месяцу жизни Ваш ребенок уже прекрасно знает, что ему нравится, а что нет (ему нравится играть с игрушечным грузовиком, и совсем не нравится, когда ему говорят прекращать игру и идти спать). Кроме того, он вдруг начинает плохо слышать, когда ему говорят «нет», или когда его желания или планы рушатся. Малышам этого возраста не хватает речевых навыков, необходимых для того, чтобы сказать то, что они хотят. Поэтому они не всегда могут выразить свои чувства и желания словами. Каков результат? Типичные детские капризы. Вспышки злости, истерики наиболее вероятны, когда ребенок устал, голоден, болен, когда ему скучно или он перевозбужден, так что, если Вы сможете исключить проблему заранее (например, убедится, что малыш не голоден, хорошо отдохнул перед тем как идти в гости), Вы сможете избежать вспышки. Помните, что подобные вспышки, как правило, угасают к 3ем или 4ем годам, когда дети уже обладают достаточными речевыми навыками и чувством самоконтроля. А до тех пор, вдохните глубже, посчитайте до 10ти, и подумайте о том, что этот этап в развитии Вашего малыша скоро пройдет.

### Интеллектуальное развитие ребенка в этом месяце

К 19ти месяцам Ваш малыш уже стал маленьким человечком, осознающим себя как личность. Возможно, он уже может произносить свое имя и узнавать в зеркале свое отображение. Также, он «великий повторялкин» с радостью принимающий участие во всем, что Вы делаете по дому. Не важно, подметаете Вы пол, идете за почтой складываете белье или готовите обед, он хочет Вам помочь. И, хотя, помощь Вашего заботливого карапуза будет только тормозить Вашу работу, если вы не сильно спешите, попробуйте превратить Ваше занятие в игру. (Попросите, к примеру, «Можешь выбрать все красные носки?» или «Отнеси, пожалуйста, салфетки на стол»). Но никогда не осаждайте его прекрасное желание помочь. Возможно, когда он станет подростком или даже раньше Вы будете упрашивать и заставляя его помогать Вам по дому!