

ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ

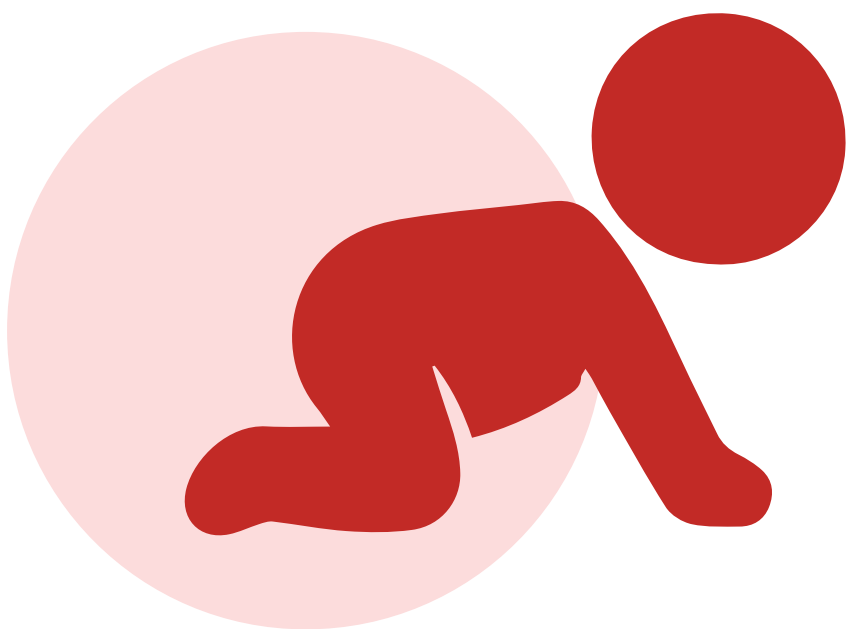
РОДИТЕЛЯМ



РАЗВИТИЕ КРУПНОЙ МОТОРИКИ 1-3 ЛЕТ



Материалы созданы при помощи «Энциклопедии для родителей» от Союза педиатров России, опубликованной под редакцией российского ученого-медика Л.С. Намазовой-Барановой.



Ходит самостоятельно	●	12 месяцев
Ходит длительно, поворачивается	●	1 год 3 месяцев
Перешагивает через препятствия	●	1 год 6 месяцев
Пытается бегать	●	1 год 10 месяцев
Поднимается и спускается по лестнице приставными шагами, держась за перила	●	1 год 11 месяцев
Бегаёт	●	2 года
Самостоятельно приседает и встаёт	●	2 года
Наклоняется и поднимает предметы с пола	●	2 года
Стоит на одной ноге без поддержки	●	2 года
Поднимается, спускается по лестнице, чередуя ноги (с опорой)	●	2 года 6 месяцев
Умеет ездить на трехколесном велосипеде	●	2 года 6 месяцев
Прыгает на двух ногах	●	3 года

План развивающих занятий с детьми в возрасте 1-3 лет – развивать общую двигательную активность ребенка, тренировать в выполнении следующих действий:

1 год –

1 год 3 месяца

вставать с пола без поддержки;
ходить самостоятельно;
из положения стоя садиться на корточки
и играть в этой позе.

1 год 3 месяца –

1 год 6 месяцев

залезать на диван, кресло;
наклоняться вперёд из положения стоя;
вставать с маленького стульчика;
бегать, смотря под ноги.

1 год

6 месяцев –

2 года

подниматься по лестнице приставным шагом,
держась за перила и за руку взрослого;
на ходу подталкивать ногой мяч.

2–3 года

перешагивать через препятствия;
вставать на цыпочки;
стоять на одной ноге;
подниматься и спускаться по шведской
стенке;
крутить педали велосипеда;
ходить на цыпочках.

