



Nestlé®

Zdrowy Start w Przyszłość

Opublikowane na *Zdrowy Start w Przyszłość* (<https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl>)

[Strona główna](#) > Powyżej 12. miesiąca – 2. rok życia

Article - udostępnij

X



Powyżej 12. miesiąca – 2. rok życia

Po 12. miesiącu życia Twój maluszek przestaje być niemowlakiem i staje się Juniosem. Zobaczysz, jak zaczyna się energicznie przemieszczać – wszędzie będzie go pełno! Dziecko biega, skacze i zaczyna się wspinać. Poza tym wszystko chce robić samo – i to wyraźnie po swojemu! Gdy za to postawisz mu jakieś ograniczenia, może dać upust swemu niezadowoleniu.

<https://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/powyzej-...> [1]

_ [2] _ [3] _ [4]



Powyżej 12. miesiąca – 2. rok życia

Po 12. miesiącu życia Twój maluszek przestaje być niemowlakiem i staje się Juniosem. Zobaczysz, jak zaczyna się energicznie przemieszczać – wszędzie będzie go pełno! Dziecko biega, skacze i zaczyna się wspinać. Poza tym wszystko chce robić samo – i to wyraźnie po swojemu! Gdy za to postawisz mu jakieś ograniczenia, może dać upust swemu niezadowoleniu.

piątek, 30.08.2019

- [5]
- [Drukuj](#) [1]
- [Udostępnij](#)

Drugi rok życia to dla dziecka czas, który upływa pod znakiem rosnącej samodzielności. Maluszek rozumie już, że jest odrębną istotą, ma swoje własne zdanie, zamiary oraz

oczekiwania. Nie panuje w pełni nad swoimi emocjami, więc często trudno mu się z nimi uporać. Gdy więc nie pozwalasz mu czegoś zrobić lub gdy nie udaje mu się samodzielne wykonywanie jakiejś czynności, bywa, że reaguje złością. Mimo to oczywiście na etapie tak dużej ruchliwości dziecka musisz czasem postawić pewne ograniczenia, by zapewnić mu bezpieczeństwo [6].



26

Rozwój fizyczny

Pod koniec 2. roku	 81-94 cm	 10-16 kg
-----------------------	--	--



Powyżej 12. miesiąca dziecko cięgle doskonali dotychczas nabyte umiejętności. Jeśli Twój

maluszek w 1. roku życia nie postawi jeszcze swoich pierwszych kroków [7], zapewne zrobi to niedługo po pierwszych urodzinach – szacuje się, że do wieku 18 miesięcy powinien zacząć samodzielnie chodzić. Gdy dziecko czuje się bezpiecznie na własnych nogach, zaczyna trenować coraz szybsze przemieszczanie się. Pod koniec 2. roku zwykle wie już nie tylko chodzi, lecz także biega, podskakuje i się wspina. Zazwyczaj wchodzi i schodzi po schodach, choć robi to jeszcze dość ostrożnie – uważnie pokonując jeden schodek za drugim tzw. krokiem dostawnym. Jego paluszki osiągają już bardzo dużą sprawność. Powyżej 12. miesiąca dziecko uczy się samodzielnie wkładać i ściągać poszczególne elementy swojego ubranka, myje rączki (ewentualnie z lekką pomocą rodzica), układa wieżę z klocków i trzyma kredkę w sposób, który umożliwia mu tworzenie rysunków opartych na prostych, ale już nie chaotycznych liniach.

Powyżej 12. miesiąca, a przed końcem 2. roku życia, dziecko zazwyczaj:



umie chodzić, biegać, podskakiwać, zlizgać się – robi to dość szybko i utrzymuje przy tym zwykle równowagę



rytmicznie tańczy do ulubionej melodii, jednocześnie skacząc i klaszcząc rączkami



wchodzi samo po schodach i nie musi do tego nawet przytrzymywać się poręczy (choć warto

jednak zachęca do tego maluszka) – ale robi to po jednym stopniu, stawiając najpierw jedną nogę, a potem dostawiając drugą



staje na palcach i intensywnie się wspina – potrafi np. samo wyjść z żółeczka, nawet gdy materac jest na najniższym poziomie – na tym etapie konieczne jest odpowiednie zabezpieczenie, aby malec nie zrobił sobie krzywdy



umie kopnąć piłkę lub rzucić ją z niewielkiej odległości



ustawia klocki na sobie, dopasowuje do siebie proste kształty (takie jak koło, trójkąt czy kwadrat), układa rzeczy w szereg i potrafi odłożyć przedmioty na miejsce

Rozwój psychiczny



Po pierwszych urodzinach Twoje dziecko dalej buduje własną tożsamość i stara się podkreślić swój odrębny w każdym możliwy sposób. Już wcześniej poznało słówko „nie”, a teraz intensywnie trenuje wyrażanie sprzeciwu. Maluszek wciąż testuje dopuszczalne granice zachowania i próbuje za wszelką cenę postawić na swoim. Przeżywa też nawą różnych emocji, z którymi nie potrafi sobie radzić – i najczęściej wyraża to głośnym krzykiem. Pod koniec 2. roku życia dziecko uwielbia powtarzać wszystkie wyrazy, jakie tylko usłyszało. Ma już duży zasób słów [8] i buduje pierwsze proste zdania. Twój maluszek zaczyna też drążyć, jakie są przyczyny różnych zdarzeń i powody konieczności wykonania danych czynności. Właśnie wtedy zaczyna z wyjątkową czystością i uporem zadawać niekiedy serie pytań: „a dlaczego?”, „a po co?”. Staraj się na nie odpowiadać, nawet gdy męczy Cię ich czystość. Dla Twojego dziecka jest to bowiem cenna lekcja poznawania świata i istniejących w nim zależności.

Powyżej 12. miesiąca, w 2. roku życia, dziecko zazwyczaj:



podkreśla własną niezależność, próbuje walczyć o swój jak największy wolność i samodzielność



naładuje wszystko, co widzi i słyzy – potrafi nawet zapamięta i odtworzy sowa, które nie byy skierowane bezpoednio do niego (trzeba wię zwraca baczn uwag na to, co si mówi przy Juniorze)



dopytuje o powody i konsekwencje rónych zdarze, buduje cięgi przyczynowo-skutkowe i próbuje ustali cel danych czynnoęci



zna i rozumie nawet do 300 sów, czy je te w proste zdania (zwykle skadajęce si z 2–3 wyrazów)



jest zafascynowane innymi maluchami, ale nie umie jeszcze z nimi współpracować i bawi się nadal równolegle, a nie razem, w grupie

Żywienie

Jeśli wcześniej podawała dziecku mleko następane, pamiętaj, że w okolicy 1. urodzin przychodzi czas na zmiany. Dla dzieci w tym wieku przeznaczone jest bowiem mleko modyfikowane o nieco innym składzie, dostosowanym do potrzeb żywieniowych Juniorów. Na etykiecie jest ono oznaczone cyfrą „3” – jak np. LITTLE STEPS® 3 [9]. W diecie dziecka w tym wieku ilość mleka krowiego nadal powinna być kontrolowana. Mleko modyfikowane ma skład znacznie lepiej dopasowany do potrzeb małych dzieci.

W 2. roku życia wciąż podawaj Juniorowi produkty przeznaczone dla najmłodszych, posiadające na opakowaniu oznaczenie wieku. Zostały one stworzone na bazie składników, których jakość jest odpowiednia dla maluchów poniżej 3 lat. Obiady Juniora są już w zasadzie równie zróżnicowane jak w Twojej diecie, jednak jego układ pokarmowy i potrzeby wciąż różnią się od Twoich, dlatego posiłki dla dziecka trzeba dalej komponować z dużą uwagą. Niemniej Junior świetnie sobie radzi z uciem i gryzieniem dużych kawałków i ma już swoje preferencje smakowe. Możesz więc proponować mu zubożone, „wytrawne” obiady – pełne warzyw i dostarczać pełnowartościowego białka oraz węglowodanów, np. w postaci ryżu, kasz czy makaronów. Gotowe dania w słoiczkach [10] dają pewno, że porcje i wartość odżywcza są odpowiednie dla pełnego energii dziecka w tym wieku. Rozmiar słoiczków dla Juniorów jest większy, a receptury bardziej zubożone niż w przypadku niemowląt, tak aby jak najlepiej odpowiedzieć na potrzeby brzuszków rosnących maluszków!

Rosnąca samodzielność dziecka przejawia się także podczas jedzenia i picia. Maluszek w 2. roku życia sam obsuguje się przy posiłku – pozwalaj mu na to!



- Mleko mamy lub mleko modyfikowane LITTLE STEPS® 3 [9]
- Obiadki, zupki i deserki [11]
- Kaszki mleczne [12]



- Zdrowe przekąski [13]
- Soki owocowe [14]
- Produkty ekologiczne [15]

Szczepienia i badania

Zgodnie z kalendarzem szczepień w 2. roku życia zalecane są kolejne szczepienia ochronne, rozłożone na dwie wizyty. W 13. lub 14. miesiącu życia lekarz pediatra może zasugerować szczepienia:

- przeciw wściekliznie, odrze i różyczce (tzw. MMR) – pierwszą dawkę

- przeciw pneumokokom (tzw. PCV)

Natomiast między 16. a 18. miesiącem życia rekomendowane jest wykonanie następujących szczepień ochronnych:

- przeciw błonicy, krztuścowi i tężcowi (tzw. DTP) – czwarta dawka
- przeciw bakterii *Haemophilus influenzae* typu b (tzw. Hib) – czwarta dawka

Wspieranie rozwoju - 2 rok życia dziecka

Maluszka w 2. roku życia zazwyczaj rozpiera energią. Chce biegać, skakać – po prostu nacieszyć się opanowanymi już umiejętnościami. Wychodzi z Juniorem jak najczęściej na spacer. Będziecie też częstymi gośćmi na placach zabaw. Nie tylko sprzyja to rozwojowi ruchowemu dziecka (np. podczas wspinania się na drabinkę prowadzącą na zjeżdżalnię będzie widać wchodzenie po schodkach) – wizyta na placu zabaw stanowi też doskonałą szansę na dalszą socjalizację maluszki. Powoli będzie on się uczyć współpracy z innymi dziećmi i dzielenia się z nimi swoimi rzeczami.

Juniorzy zwykle uwielbiają wszelki zabawy manualne – rysowanie, zabawy piaskiem, pierwsze próby lepienia z plasteliny. Jeżeli dostrzegasz u swego dziecka takie artystyczne zamiłowania – wspieraj je! Obserwuj jego rozmaite preferencje: jakie zabawy lubi, a jakie trochę go nudzą. Pamiętaj, że mimo iż jest to Twój potomek, nie musi on być osobą podobną do Ciebie. Nie przekładaj więc na dziecko własnych oczekiwań ani nie zmuszaj go do podzielenia Twoich upodobań. Jest to czas, kiedy zaczynasz poznawać to samo i charakter Twojego maluszki – uważnie go więc obserwuj i wspieraj w rozwijaniu zainteresowań.

Warto wiedzieć!

Tzw. bunt dwulatka jest naturalnym etapem rozwojowym małego dziecka. Może się pojawić około 18. miesiąca życia Twojego maluszki, ale zależy to od indywidualnych uwarunkowań. Bunt ten stanowi przejaw rosnącej świadomości dziecka na temat tego, że jest niezależną istotą i może wyrazić własne zdanie. Jeżeli nie pozwolisz maluszkowi robić tego, co akurat chce, może wpaść w wielką złość. Dziecko może wtedy krzyczeć, pękać czy nawet rzucać się na ziemię. Pamiętaj jednak, że nie robi ono tego złościwie. To normalny etap, na którym maluszek dopiero uczy się panować nad swoimi emocjami. Nie do końca też rozumie, dlaczego nie może postąpić tak, jak by chciał, a to rodzi w nim złość i frustrację. Jak sobie poradzić w tym trudnym czasie? Przede wszystkim bądź konsekwentna. Tępacz też dziecku powody Twojego sprzeciwu wobec jego zamierzeń. Warto uczyć maluszkę nazywania uczuć i emocji, jakie przeżywa. Wspaniałym rozwinięciem na wybuch złości jest również próba odwrócenia uwagi dziecka od konfliktowej sytuacji i skierowania jej na coś innego – ten trik prawie zawsze się sprawdza!

1 ^[16] [Czytaj dalej](#) ^[28]

2 ^[17]

3 ^[18]

4 ^[19]

5 ^[20]

6 ^[21]

7 ^[22]

8 ^[23]

9 ^[24]

10 ^[25]

11 ^[26]

12 ^[27]

12+ ^[1]

Adres URL Źródła: <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/powyzej-12-miesiaca-zycia>

Odnosiniki

[1] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/powyzej-12-miesiaca-zycia>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/powyzej-12-miesiaca-zycia&media=https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/sites/g/files/sxd381/f/styles/thumbnail/public/field/image/ponad-roczone-dziecko.png&description=Powyzej 12. miesiaca – 2. rok zycia>

[3] <https://twitter.com/share?text=Powy%C5%BCej%2012.%20miesi%C4%85ca%20%E2%80%93%20rok%20rozwoju-dziecka/powyzej-12-miesiaca-zycia>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/powyzej-12-miesiaca-zycia>

[5] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/printpdf/2803451>

[6] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/10-zasad-dbania-o-bezpieczenstwo-dziecka-w-domu>

[7] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/pierwszy-kroczenie-dziecka>

[8] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/pierwsze-slowo-kiedy-dziecko-powinno-zaczac-mowic>

[9] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/little-steps-3>

[10] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/poznaj-produkty-gerber>

[11] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/po-12-miesiacu-1>

[12] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/nestle-kaszki-mleczno-ryzowe>

[13] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/przekaski>

[14] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/soki-przecierowe-i-nektary-bobo-frut>

[15] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/brand/gerber-organic#produkty>

[16] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/1-miesiac-zycia>

[17] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/2-miesiac-zycia>

[18] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/3-miesiac-zycia>

[19] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/4-miesiac-zycia>

[20] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/5-miesiac-zycia>

[21] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/6-miesiac-zycia>

[22] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/7-miesiac-zycia>

[23] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/8-miesiac-zycia>

[24] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/9-miesiac-zycia>

[25] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/10-miesiac-zycia>

[26] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/11-miesiac-zycia>

[27] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/kalendarz-rozwoju-dziecka/12-miesiac-zycia>

[28] <https://www.zdrowystartwprzyszosc.pl/javascript%3A%3B>