**Когда ждать первых шагов?**

Для родителей самыми незабываемыми событиями в жизни малыша являются его первые достижения. Первая улыбка, первая «дулька», первый зуб вызывают искренний восторг. Время, когда карапуз начинает делать первые шаги, запоминается на всю жизнь.

**Первые попытки**

Однозначного ответа на вопрос, во сколько месяцев пойдёт ваш ребёнок, педиатр вам не даст. Каждый ребёнок индивидуален. И трудный процесс прямохождения разным деткам даётся по-разному.

Существуют условные сроки, считающиеся оптимальными для первых шагов - от 9 до 18 месяцев. Но не стоит, как говорится, «примерять одеяло» на своего малыша и подгонять его побыстрее встать и ходить. Ребёнок должен быть готов психологически и физически к этому трудоёмкому процессу.

С физиологической точки зрения, первые попытки малыша сделать шаг зависит от нескольких факторов:

* наследственности (если один из родителей начал поздно ходить, вполне возможно, что и ребёнок тоже начнёт делать свои первые шаги поздно),
* конституции малыша (худенькие, но крепкие малыши быстрее привыкают к вертикальному положению тела и быстрее начинают ходить, а упитанные карапузы не так скоро стремятся встать),
* темперамента ребёнка (спокойные, флегматичные карапузы предпочитают ползать, а любопытные непоседы пытаются поскорее встать и пойти познавать окружающий мир),
* половой принадлежности (статистические данные свидетельствуют о том, что девочки начинают делать шаги раньше, чем мальчишки).

Специалисты рекомендуют родителям не зацикливаться и не делать проблему, если их ребёнок не пошёл в девять или десять месяцев. Может он сделает самостоятельные шаги в год и не захочет на этом останавливаться!

**Как помочь ребёнку сделать первые шаги?**

Фанатично заставлять ребёнка ходить не только не рекомендуется, а строго запрещается. Малыша нужно мягко стимулировать, помогать. Существует несколько вспомогательных методик, благоприятно воздействующих на общее развитие малыша и стимулирующее к первым шагам.

Массаж и гимнастика укрепляют мышцы ног и позвоночник. Игрушки-каталки целесообразно использовать, как опору для ребёнка при передвижении. Ходунки же не позволяют мышцам ног правильно распределять нагрузку и формировать правильный мышечно-скелетный корсет.

Особое внимание нужно уделить подготовке домашнего пространства для начинающего ходить ребёнка. Значительно облегчат старания малышу просторная комната, нескользкий пол, хорошо зафиксированная и устойчивая мебель, **детские ворота безопасности**. Такие приспособления, как заглушки, защитные ленты, блокираторы для дверей и прочие безопасные **товары для новорожденных** уберегут детей от травм.

Большинство родителей делают ошибки, не отпуская ребёнка ни на шаг, контролируют, чтоб он не упал, помогают встать. Специалисты рекомендуют не волноваться, если ребёнок часто падает, так самостоятельно поднимаясь, он тренируется, крепчает и быстрее научится держать равновесие и ходить.

**Когда стоит обращаться к врачу?**

Если вы заметили один из ниже перечисленных факторов, следует незамедлительно обратится к врачу:

1. в годовалом возрасте ребёнок не делает попыток встать на ножки,
2. в полтора года малыш не хочет ходить самостоятельно,
3. постоянно спотыкается и падает через полгода после первых самостоятельных шагов,
4. во время ходьбы выворачивает одну или обе стопы наружу или вовнутрь,
5. малыш постоянно ходит на цыпочках,

Помните, своевременное исправление неправильной ходьбы, выяснение и устранение причин отказа малыша ходить самостоятельно, помогут избежать нарушения осанки, заболеваний шейного отдела позвоночника и задержек физического развития.

Поддерживайте своего ребёнка, уделяйте ему достаточно времени, стимулируйте его к прямохождению, и вы увидите, как ваш карапуз начнёт делать свои первые шаги.