

Ձեր երեխան 12 ամսականում



Երեխայի անունը

Երեխայի տարիքը ամսաթիվ

Շատ կարևոր է իմանալ, թե որոնք են ձեր երեխայի զարգացման նշանները: Կախված նրանից, թե ինչպես է նա խաղում, սովորում, խոսում, գործում և շարժվում, կարելի է ենթադրել, թե ինչպես է զարգանում: Ստուգեք, թե զարգացման ինչ նշանների է հասել ձեր երեխան մինչ 12 ամսականը: Գրքույկի վերջում նշումների հատված կա: Ընթացքում նշումներ կատարեք և մանկաբույժին այցելելիս քննարկեք ձեր դիտարկումները նրա հետ:

Հիմնականում ի՞նչ են անում այս տարիքի երեխաները

Սոցիալ/Էմոցիոնալ նշաններ

□ «Ծափիկ-ծափիկ» խաղացեք ձեր երեխայի հետ:

Խոսքի (լեզվի) հաղորդակցման նշաններ

- Ձեր երեխան թաթիկով «ցտեսություն» է անում:
- Ծնողին ասում է «մամա» կամ «պապա» կամ որևէ այլ անուն է տալիս:
- Հասկանում է, երբ իրեն ասում են՝ «ոչ, չի կարելի» (կանգ է առնում ու չի շարունակում այն, ինչ անում էր):

Ճանաչողական նշաններ (ուսուցում, մտածողություն, խնդրի լուծում)

- Ինչ-որ բան դնում է ամանի մեջ, օրինակ՝ խորանարդիկը դնում է բաժակի մեջ:
- Երբ տեսնում է, օրինակ, որ խաղալիքը թաքցրել էք վերմակի տակ, փնտրում է այն:

Ճարժողական/Ֆիզիկական զարգացման նշաններ

- Կառչելով ինչ-որ բանից՝ ձգվում է, որ կանգնի:
- Քայլում է՝ բռնելով կահույքից:
- Երբ պահում էք բաժակը, կարողանում է դրանից խմել:
- Ուտելիքի մանր կտորներ կամ այլ բաներ է վերցնում բութ մատի և ցուցամատի օգնությամբ:

Բժշկի հետ խորհրդակցելու այլ կարևոր թեմաներ

- Ի՞նչ եք դուք և ձեր երեխան միասին անում:
- Ի՞նչ է երեխան սիրում անել:
- Ի՞նչ է երեխան անում կամ չի անում, որն անհանգստացնում է ձեզ:
- Կա՞րողյոք որևէ հմտություն, որ երեխան դրսևորում էր, իսկ հիմա՝ ոչ:
- Արդյոք նա ունի՞ առողջական որևէ խնդիր կամ արդյոք վաղաժամ է ծնվել:

Դուք ամենից լավ եք ճանաչում ձեր երեխային

Մի՛ սպասեք: Եթե ձեր երեխան չի համապատասխանում նշված նշաններից որևէ մեկին կամ մի քանիսին, եթե նա կորցրել է որևէ հմտություն, որը նախկինում ուներ, կամ եթե ունեք որևէ այլ մտահոգություն, վա՛ր միջամտեք: Խոսեք երեխայի մանկաբույժի հետ, հայտնեք ձեր մտահոգությունը, և հարցրեք զարգացման գնահատման (սքրինինգի) մասին:

Եթե այս ամենից հետո դուք և մանկաբույժը դեռ մտահոգություններ ունեք.

1. Խնդրեք նեղ մասնագետի ուղեգիր տրամադրել, որը կարող է ավելի մանրամասն գնահատել երեխային:
2. Դիմեք ձեր տարածքային վաղ միջամտության ծրագրերին կամ երեխայի զարգացման և վերականգնողական կենտրոններ պարզելու համար՝ երեխան կարո՞ղ է օգնություն ստանալ, թե ոչ:

Նպաստեք ձեր երեխայի ուսուցմանն ու զարգացմանը



Լինելով ձեր երեխայի առաջին ուսուցիչ՝ դուք կարող եք նպաստել նրա ուղեղի զարգացմանը և ուսուցմանը: Փորձեք անվտանգ կիրառել այս պարզ խորհուրդներն ու գործողությունները: Եթե ունեք հարցեր կամ լրացուցիչ գաղափարներ, թե ինչպես օգնել երեխայի զարգացմանը, անապայման խորհրդակցեք երեխայի մանկաբույժի և ուսուցիչների հետ:

- Ձեր երեխային «ցանկալի վարքագիծ» սովորեցրեք: Ցույց տվեք նրան, թե ինչ պետք է անի, և երբ անում է ձեր ասածը, դրական խոսքեր ասացեք կամ գրկեք ու համբուրեք նրան: Օրինակ, եթե նա քաշում է ընտանի կենդանու պոչից, սովորեցրեք նրան նրբորեն շոյել շունիկին, և երբ նա դա անի, գրկեք նրան:
- Խոսեք կամ երգելով բացատրեք երեխային, թե ինչ եք անում: Օրինակ՝ «Մայրիկը ձեռքերդ է լվանում», կամ երգեք. «Ահա թե ինչպես ենք մենք լվանում մեր ձեռքերը»:
- Եթե երեխան, օրինակ, ասում է «բե», դուք շարունակեք նրան. «Այո, բեռնատար»: Եթե նա ասում է «բեռնատար», դուք ասացեք. «Այո, դա մեծ, կապույտ բեռնատար է»:
- Եթե երեխան այնպիսի իրեր է վերցնում, որոնք ցանկալի չեն, արագ և հետևողականորեն շեղեք նրան մեկ այլ խաղալիքով: «Ոչ» ասեք վտանգավոր իրադրություններում և հաստատակամ տոնայնությամբ:
- Մի՛ հարվածեք, մի՛ գոռացեք և երկար բացատրություններ մի տվեք նրան:
- Ապահով միջավայր ստեղծեք երեխայի շուրջը: Ձեր տունը անվտանգ դարձրեք նրա համար: Սուր կամ կոտրվող իրերը տեղափոխեք նրա համար անհասանելի տեղ: Դեղերը, քիմիական նյութերը և մաքրող միջոցները փակի տակ պահեք: Հիշեք շտապօգնության հեռախոսահամարները՝ 103 կամ 911, կարող եք զանգահարել բոլոր հեռախոսներով:
- Երբ երեխան մատնացույց է անում որևէ բան, բառերով պատասխանեք նրան: Սովորաբար նրանք մատնացույց են անում, երբ ուզում են ինչ-որ բան: Օրինակ՝ կարող եք ասել. «Դու բաժակն ես ուզում, ահա բաժակը, սա քո բաժակն է»: Եթե նա փորձում է ասել «բաժակ», գովեք նրան:
- Մատնացույց արեք տեսադաշտի հետաքրքիր իրերը, օրինակ՝ բեռնատարը, ավտոբուսը կամ կենդանիները: Սա կօգնի երեխային ուշադրություն դարձնել այն առարկաներին, որոնք, մատնացույց անելով, ցույց են տալիս ուրիշները:
- Սահմանափակեք էլեկտրոնային սարքերի, տեսազանգերի միջոցով մտերիմների / սիրելիների հետ շփվելը (հեռուստացույց, հեռախոս, պլանշետ և այլն): Մինչև 2 տարեկան երեխաներին խորհուրդ չի տրվում օգտվել էլեկտրոնային սարքերից: Երեխաները սովորում են խոսելու, խաղալու և ուրիշների հետ շփվելու միջոցով:
- Երեխային կարող եք տալ ջուր, կրծքի կաթ կամ սովորական կաթ: Չպետք է նրան հյութեր տալ, բայց եթե տալիս եք, տվեք օրական 118 մլ կամ ավելի քիչ 100%-անոց մրգային բնական հյութ: Ձեր երեխային մի տվեք այլ քաղցր ըմպելիքներ, ինչպիսիք են մրգային ըմպելիքները, գազավորված ըմպելիքները, սպորտային ըմպելիքները կամ անուշաբույր կաթը:
- Երեխային առաջարկեք տարբեր համերի ու տարբեր խտության սնունդ: Դրանք կարող են լինել փափուկ, տրորված կամ մանր կտրատված: Միգուցե երեխան առաջին անգամ չհավանի որևէ կերակուր: Հոգ չէ, նրան նորից ու նորից փորձելու հնարավորություն տվեք:
- Երեխային ժամանակ տվեք, որպեսզի ծանոթանա նոր դայակի հետ: Նրան հանգստացնելու համար տվեք իր սիրած խաղալիքը, փափուկ խաղալիքը կամ ծածկոցը:
- Երեխային տարբեր կաթսաներ ու թավաներ տվեք կամ փոքրիկ նվագարաններ, օրինակ՝ թմբուկ կամ ծնծղա: Սովորեցրեք նրան աղմուկ հանել:

Ավելի շատ խորհուրդներ և ավելի շատ գործողություններ տեսնելու համար կարող եք ներբեռնել CDC-ի Milestone Tracker հավելվածը: