

Ձեր երեխան 15 ամսականում



Երեխայի անունը

Երեխայի տարիքը ամսաթիվ

Շատ կարևոր է իմանալ, թե որոնք են ձեր երեխայի զարգացման նշանադրերը: Կախված նրանից, թե ինչպես է նա խաղում, սովորում, խոսում, գործում և շարժվում, կարելի է ենթադրել, թե ինչպես է զարգանում: Ստուգեք, թե զարգացման ինչ նշանադրերի է հասել ձեր երեխան մինչ 15 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 նշանադրեր

- Խաղալիս կրկնօրինակում է այլ երեխաներին, օրինակ՝ եթե մեկ այլ երեխա ամանից հանում է խաղալիքները, նա նույնն է անում:
- Ձեզ ցույց է տալիս իր հավանած առարկան:
- Երբ ուրախ է, ծափ է տալիս:
- Գրկում է իր տիկնիկը կամ այլ խաղալիքը:
- Ձեզ ջերմ վերաբերմունք է ցույց տալիս (գրկում է, փարվում կամ համբուրում):

Խոսքի (լեզվի) հաղորդակցման նշանադրեր

- Բացի «մամա», «պապա» ասելուց, այլ բառեր նույնպես փորձում է ասել, օրինակ՝ «գը»-ն գնդակի համար կամ «շու»-ն՝ շան համար:
- Երբ անվանում եք իրեն ծանոթ առարկան, նայում է այդ առարկային:
- Կատարում է ձեր՝ ժեստերով ցուցադրած կամ խոսքով ասած «իրահանգները»: Օրինակ, երբ մեկնում եք ձեր ձեռքը և ասում. «Տուր ինձ այդ խաղալիքը», նա տալիս է այն:

- Մատնացույց է անում, երբ ինչ-որ բան է խնդրում կամ ուզում է, որ օգնեք իրեն:

Ճանաչողական նշանադրեր (ուսուցում, մտածողություն, խնդիրների լուծում)

- Փորձում է ճիշտ օգտագործել իրերը, օրինակ՝ հեռախոսը, բաժակը կամ գիրքը:
- Տեղադրում է իրար վրա գոնե երկու փոքր առարկա, օրինակ՝ խորանարդիկները:

Շարժողական/Ֆիզիկական զարգացման նշանադրեր

- Մի քանի քայլ անում է ինքնուրույն:
- Ճաշ է ուտում մատներով:

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՞ արդյոք 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 նշանադրերից որևէ մեկին կամ մի քանիսին, եթե նա կորցրել է որևէ հմտություն, որը նախկինում ուներ, կամ եթե ունեք որևէ այլ մտահոգություն, վա՛ղ 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 ներ 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 ուսուցիչը՝ 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, անպայման խորհրդակցեք երեխայի մանկաբույժի և ուսուցիչների հետ:



- **Նպաստեք ձեր երեխայի խոսքի զարգացմանը:** Երեխայի առաջին բառերը ամբողջական չեն: Դուք կարող եք կրկնել և լրացնել ամբողջական բառը: Նա կարող է ասել «գըն» գնդակի համար, և դուք կարող եք ասել. «Գնդակ, այո, դա գնդակ է»:
- **Երբ ձեր երեխան մատնացույց է անում առարկան, մինչև դա նրան տալը ասացեք, թե ինչպես է դա կոչվում, և մի քանի վայրկյան սպասեք, որպեսզի տեսնեք՝ նա որևէ ձայն կհանի՞:** Եթե նա ձայն է հանում, համաձայնեք նրա հետ և կրկնեք առարկայի անունը. «Այո, բաժակ»:
- **Փորձեք երեխային ներգրավել ձեր առօրյա պարզ գործողությունների մեջ:** Օրինակ՝ դուրս գնալիս նա կարող է փորձել հագնել իր կոշիկները, նախուտեստները դնել այգու համար նախատեսված պայուսակի մեջ կամ գուլպաները դնել զամբյուղի մեջ:
- **Սահմանեք քնի և կերակրման հստակ ռեժիմներ:** Ձեր երեխայի համար ստեղծեք հանգիստ ու ապահով միջավայր քնելու համար: Նրան հագցրեք իր գիշերազգեստը, լվացեք նրա ատամները և նրա համար կարդացեք 1 կամ 2 գիրք: 1-ից 2 տարեկան երեխաներին անհրաժեշտ է օրական 11-14 ժամ քնել (ներառյալ ցերեկային քունը): Եթե մշտապես հետևողական լինեք քնի ժամերին, այս գործընթացն ավելի հեշտ կլինի:
- **Տարբեր առարկաներ ցույց տվեք երեխային, օրինակ՝ գլխարկ:** Հարցրեք նրան. «Ի՞նչ ես անում գլխարկը, այո, դու այն դնում ես քո գլխին»: Դրեք այն ձեր գլխին և հետո տվեք նրան ու տեսեք՝ արդյոք նմանակում է ձեզ: Դա կարող եք անել այլ առարկաների դեպքում, օրինակ՝ գրքի կամ բաժակի:
- **Ժեստերի օգնությամբ կարող եք երգել, օրինակ՝ «Ճկույթիկ» կամ «Ծափիկ-ծափիկ ծիրանիկ, ունեն տատիկ ու պապիկ» երգը:** Հետևեք՝ արդյոք երեխան նմանակում է որոշ շարժումներ:
- **Ձեր երեխային ասեք, թե ձեր կարծիքով ինչ է նա զգում, օրինակ՝ տխուր է, զայրացած է, բարկացած է, ուրախ է:** Բառերով, դեմքի արտահայտությունով և ձայնի տոնայնությամբ ցույց տվեք, թե ինչ է նա զգում: Օրինակ՝ ասեք. «Դու բարկացած ես, որովհետև մենք չենք կարող դուրս գնալ, բայց մի՛ տխրիր, մենք ներսում էլ կարող ենք խաղալ»:
- **Ձեր երեխան կարող է ունենալ զայրույթի պոռթկումներ:** Այս տարիքում դա նորմալ երևույթ է, մասնավորապես եթե նա հոգնած է կամ սոված: Տարիքի հետ այս պոռթկումները հետզհետե պետք է ավելի քիչ լինեն և ավելի կարճ տևեն: Դուք կարող եք փորձել շեղել նրա ուշադրությունը, բայց կարող եք նաև ոչինչ չձեռնարկել, թույլ տալ նրան արտահայտել իր դժգոհությունը: Տվեք նրան որոշ ժամանակ հանգստանալու և առաջ շարժվելու համար:
- **Ձեր երեխային «ցանկալի վարքագիծ» սովորեցրեք:** Ցույց տվեք նրան, թե ինչ պետք է անի, և երբ նա անում է ձեր ասածը, դրական խոսքեր ասեք կամ գրկեք ու համբուրեք նրան: Օրինակ՝ եթե նա քաշում է ձեր ընտանի կենդանու պոչից, սովորեցրեք նրան նրբորեն շոյել շունիկին, և երբ նա դա անի, գրկեք նրան:
- **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:
- **Շատ խաղացեք երեխայի հետ խորանարդիկներով:** Դուք կարող եք շարել դրանք իրար վրա, և նա կարող է հարվածել ու փլել այն:
- **Ձեր երեխային սովորեցրեք, որ խմի սովորական բաժակով և ուտի գդալով:** Ուտելը և խմելը սովորեցնելը դժվար է, բայց շատ զվարճալի:

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