

Ձեր երեխան 30 ամսականում*

Երեխայի անունը

Շատ կարևոր է իմանալ, թե որոնք են ձեր երեխայի զարգացման նշանողները: Կախված նրանից, թե ինչպես է նա խաղում, սովորում, խոսում, գործում և շարժվում, կարելի է ենթադրել, թե ինչպես է նա զարգանում: Ստուգեք, թե զարգացման ինչ նշանողների է հասել երեխան մինչ 30 ամսականը: Գրքույկի վերջում նշումների հատված կա: Ընթացքում նշումներ կատարեք և մանկաբույժին այցելելիս քննարկեք ձեր դիտարկումները նրա հետ:

Երեխայի տարիքը

ամսաթիվ



Յիմնականում ի՞նչ են անում այս տարիքի երեխաները

Սոցիալ/Էմոցիոնալ նշանողներ

- Խաղում է այլ երեխաների կողքին, երբեմն խաղում է նրանց հետ միասին:
- Ձեզ ցույց է տալիս, թե ինչ կարող է անել՝ ասելով. «Նայի՛ր ինձ»:
- Անօրյայում պարզ հանձնարարություններ է կատարում, օրինակ, երբ ասում եք՝ հիմա մաքրելու ժամանակն է, նա սկսում է հավաքել իր խաղալիքները:

Խոսքի (լեզվի) հաղորդակցման նշանողներ

- Մոտ 50 բառ կարողանում է ասել:
- Կարողանում է կապակցել երկու կամ ավելի բառ, որոնցից մեկը գործողությունն է, օրինակ՝ շունը վազում է:
- Երբ գրքի մեջ մատնացույց անելով՝ հարցնում եք՝ ի՞նչ է սա, նա կարողանում է անվանել:
- Ասում է այնպիսի բառեր, ինչպիսիք են, օրինակ՝ «ես», «ինձ» կամ «մենք»:

Ճանաչողական նշանողներ (ուսուցում, մտածողություն, խնդրի լուծում)

- Ձևացող խաղեր է խաղում, օրինակ՝ խորանարդով «կերակրում» է տիկնիկին, ասես դա ուտելիք է:

- Կարողանում է պարզ խնդիրներ լուծել՝ հմտություններ ցուցաբերել, օրինակ՝ կանգնել փոքրիկ այթռի վրա ինչ-որ բանի հասնելու համար:
- Չեղարկում է երկու քայլից բաղկացած հրահանգներին, օրինակ. «Վայր դիր խաղալիքն ու փակիր դուռը»:
- Ճանաչում է առնվազն մեկ գույն, և երբ, օրինակ, ասում եք. «Ցույց տուր ինձ կարմիր գույնը», - նա ցույց է տալիս կարմիր մատիտը:

Ճարժողական/Ֆիզիկական զարգացման նշանողներ

- Ձեռքերի օգնությամբ կարողանում է իրերը պտտել, օրինակ՝ դռան բռնակը կամ շշի կափարիչը:
- Ինքնուրույն կարողանում է հանել որոշ հագուստ, օրինակ՝ լայն տաբատը, կամ կարողանում է արձակել բաճկոնի կոճակները:
- Երկու ոտքով կարողանում է ցատկել:
- Մեկ առ մեկ թերթում է գրքերի էջերը. երբ կարողում եք նրա համար:

* Չարգացման սքրինինգի ժամանակն է!

Ամերիկյան մանկաբուժության ակադեմիան խորհուրդ է տալիս, որ բոլոր երեխաները 30 ամսականում անցնեն ընդհանուր զարգացման սքրինինգ և աուտիզմի սքրինինգ: Ձեր մանկաբույժի հետ խոսեք երեխայի զարգացման սքրինինգի մասին:

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 նշանողներից 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 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 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:

- Թույլ տվեք ձեր երեխային «ազատ խաղեր» խաղալ, երբ նա կարող է, իր հետաքրքրությունները բավարարելով, նոր բաներ փորձարկել և իրերն օգտագործել նոր ձևերով:
- Դրական խոսքեր ասեք ձեր երեխային և ավելի շատ ուշադրություն դարձրեք նրա դրական վարքագծին (ձեզ համար ցանկալի վարքագծին), օրինակ. «Ինձ շատ դուր եկավ, թե ինչպես խաղալիքը տվեցիր Կարենին»:
- Ձեր երեխային ընտրության հնարավորություն տվեք, օրինակ՝ տվյալ պարզ ու առողջարար ուտելիքներից որ մեկն է ցանկանում ուտել: Նաև հագուստն ընտրելու հնարավորություն տվեք: Սահմանափակեք ընտրությունը երկու կամ երեք իրով:
- Գրքերի և պատմվածքների վերաբերյալ պարզ հարցեր տվեք երեխային: Օրինակ՝ «ո՞վ», «ի՞նչ» կամ «որտե՞ր»:
- Երեխային սովորեցրեք, թե ինչպես կարող է խաղալ այլ երեխաների հետ: Սովորեցրեք նրան իր ունեցածը տալ այլոց, հերթով խաղալ՝ օգտագործելով իր «բառերը»:
- Թույլ տվեք երեխային մատիտներով «նկարել» թղթի վրա, սափրվելու քսուքով՝ սկուտեղի վրա կամ կավիճով՝ մայթերի վրա: Ուղիղ գիծ գծեք և տեսեք՝ արդյոք նա նույն կերպ կանի: Երբ նա արդեն լավ կարողանա գծել, ցույց տվեք նրան, թե ինչպես կարող է շրջան նկարել:
- Թույլ տվեք, որ երեխան տանը, այգում կամ բակում խաղալ այլ երեխաների հետ: Հետաքրքրվեք, թե մոտակայքում ինչ խաղային կենտրոններ և ինչ նախապատրաստական ծրագրեր կան: Ուրիշների հետ խաղալը սովորեցնում է նրան կիսվել իր ունեցածով և ընկերասեր լինել:
- Եթե հնարավոր է, միշտ ամբողջ ընտանիքով միասին ճաշեք: Նույն կերակուրը տվեք բոլորին: Վայելեք միմյանց ընկերակցությունը և ճաշի ժամանակ խոսակցեք էլեկտրոնային սարքավորումներով զբաղվելուց (հեռուստացույց, պլանշետ, հեռախոս և այլն):
- Սահմանափակեք էլեկտրոնային սարքերով զբաղվելը (հեռուստացույց, հեռախոս, պլանշետ և այլն): Այդ տարիքի երեխան կարող է օրական առավելագույնը 1 ժամ դիտել մանկական հաղորդում պարտադիր մեծահասակի ներկայությամբ: Երեխաները սովորում են խոսելու, խաղալու և ուրիշների հետ շփվելու միջոցով:
- Երեխայի հետ շփվելիս իրերը նկարագրող բառեր շատ օգտագործեք, օրինակ՝ մեծ/փոքր, դանդաղ/արագ, միացած/անջատած, մեջ/դուրս:
- Երեխային օգնեք հավաքելու տարբեր պատկերների, գույների և կենդանիների պարզ փազլներ: Անվանեք յուրաքանչյուր կտոր, երբ նա տեղադրի այն:
- Երեխայի հետ խաղացեք նաև դրսում: Նրան կարող եք այգի տանել, որպեսզի մագլցի և վազի անվտանգ տարածքներում:
- Թույլ տվեք, որ ամեն ճաշի ժամին երեխան ուտի այնքան, որքան ցանկանում է: Ձեր խնդիրն է նրան տալ առողջ սնունդ, նա էլ կորոշի՝ պե՞տք է ուտի դա, եթե այո, ապա որքան:

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