

# Ձեր երեխան 6 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 6 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

- Ճանաչում է ծանոթ մարդկանց:
- Սիրում է ինքն իրեն նայել հայելու մեջ:
- Ծիծաղում է:

### Խոսքի (լեզվի) հաղորդակցման նշաններ

- Ձեզ հետ շփվելիս հերթով ձայներ է արձակում:
- Փչում է «ազնվամորի/փուչիկներ» (լեզուն դուրս է հանում և փչում):
- Ծղրտում է:

### Ճանաչողական նշաններ (ուսուցում, մտածողություն, խնդրի լուծում)

- Իրերն ուսումնասիրելու համար բերանն է տանում:
- Ձգվում է, որպեսզի հասնի ցանկալի խաղալիքին:
- Պինդ փակում է բերանը՝ ցույց տալով, որ արդեն կուշտ է:

### Շարժողական/Ֆիզիկական զարգացման նշաններ

- Շրջվում է փորից մեջք:
- Երբ պառկած է փորի վրա, ձեռքերով ինքն իրեն հրում է վեր:
- Նստած դիրքում հենվում է ձեռքերի վրա:

## 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՞րողոք 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՛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:

- Ձեր երեխայի հետ «ես ու առաջ» խաղը խաղացեք: Երբ նա ժպտում է, դուք էլ ժպտացեք: Երբ նա ձայներ է արձակում, դուք էլ նրան նմանակեք: Այսպես կզարգանան նրա սոցիալական հմտությունները:
- Ամեն օր, ամսագրերի կամ գրքերի գունավոր պատկերներին նայելով, «կարդացեք» ձեր երեխայի համար և պատմեք դրանց մասին: Արձագանքեք նրան, երբ նա նույնպես «թոթովում» է ու «կարդում»: Օրինակ՝ երբ ձայն է հանում, ասացեք. «Այո, սա շունիկն է»:
- Ձեր երեխային ցույց տվեք նոր իրեր ու տվեք դրանց անունները: Օրինակ՝ զբոսանքի ընթացքում ցույց տվեք ավտոմեքենաները, ծառերը, կենդանիներին:
- Երգեք և երաժշտություն նվագեք ձեր երեխայի համար: Դա կօգնի նրա ուղեղի զարգացմանը:
- 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:
- Երբ ձեր երեխան նայում է ինչ-որ բանի, մատնացույց արեք դա և խոսեք դրա մասին:
- Երեխային պառկեցրեք փորի կամ մեջքի վրա և խաղալիքները դրեք անհասանելի տեղում: Նպաստեք, որ նա գլորվելով հասնի խաղալիքներին:
- Սովորեք հասկանալ երեխայի տրամադրությունը: Եթե նա ուրախ է, շարունակեք անել այն, ինչ անում էիք: Իսկ եթե տխրում է, դադարեցրեք այդ զբաղմունքն ու հանգստացրեք նրան:
- Ձեր մանկաբույժի հետ խոսեք, թե երբ պետք է սկսեք երեխայի հավելյալ սնունդը, և որ մթերքները կարող են խեղդվելու պատճառ դառնալ: Այս տարիքում դեռ կրծքի կաթը կամ կաթնախառնուրդը շարունակում են մնալ երեխայի սննդի հիմնական աղբյուրը:
- Սովորեք հասկանալ, թե երբ է ձեր երեխան քաղցած և երբ է կուշտ: Մթերքներին մատնացույց անելը, գդալը մոտեցնելիս բերանը բացելը կամ ուտելիք տեսնելիս ուրախանալը նշաններ են, որ նա քաղցած է: Իսկ ուտելիքը հեռու հրելը, բերանը փակելը կամ ուտելիքը տեսնելիս գլուխը թեքելը հուշող նշաններ են, որ նա արդեն կուշտ է:
- Օգնեք ձեր երեխային հանգստանալ: Մեղմ խոսեք նրա հետ, գրկեք, օրորեք նրան կամ երգեք նրա համար, նա կարող է նաև իր մատները կամ ծծակը ծծել: Երբ նրան գրկած օրորում եք, կարող եք նրա ձեռքը տալ իր սիրած փափուկ խաղալիքը:
- Օգնեք երեխային նստել: Թող նա իր շուրջն ուսումնասիրի, կարող եք նաև խաղալիքներ տալ նրան, որպեսզի զբաղվի, մինչ փորձում է պահել իր հավասարակշռությունը:

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