

## الزيارة في عمر 36 شهرًا

لدى الأطفال في عمر الثالثة آراء قوية ويصبحون أكثر استقلالية كل يوم.

### 36 شهرًا: ماذا يحدث؟

#### ما الذي يمكنك فعله



قديم مواد تعليمية جديدة مثل الخيوط وحبّات الخرز الكبيرة أو التجارب الحسية مثل نشأ الذرة والماء أو كريم الحلاقة.

امنح طفلك فرصًا لممارسة المهارات الحركية الصغيرة والكبيرة. يمكنه محاولة استخدام قلم رصاص وتسلق هيكل لعب.

شجعي طفلك عندما يشعر بالإحباط. قد يرغب في أن يكونوا أكثر كفاءة في المهارات مما هو عليه حاليًا.

ساعد الأطفال على التعامل مع مشاعرهم الكبيرة من خلال التزام الهدوء عندما يكونون عاطفيين. قولي "أنت محبط. لم تكن تريد أن يسقط برجك. لقد عملت بجد لبنائه. لن أسمح لك برمي المكعبات، لكنني سأبقى هنا وأحافظ على سلامة الجميع.

#### ما الذي يستطيع طفلك فعله



جسدي أكثر نشاطًا وقدرة.

- يمكنني الركض إلى الأمام.

- لدي توازن جيد ويمكنني الوقوف على قدم واحدة لمدة تصل إلى خمس ثوان.

- يمكنني رسم بعض الأشكال أو حتى وجه.

- يمكنني على الأرجح الصعود إلى الطابق العلوي والسفلي على قديمي.

أعرف الكثير لكنني ما زلت غير قادر على تنظيم مشاعري في كل مرة.

- أنا متعاون في بعض الأحيان ويمكنني اتباع التوجيهات، لكنني غالبًا أريد فعل الأشياء بطريقي الخاصة.

- قد أنتقل بسرعة كبيرة من الهدوء إلى الانزعاج.

أثناء استخدامك لنشرات HealthySteps، تذكر أن طفلك قد يطور مهاراته بشكل أسرع أو أبطأ مما هو مذكور ومع ذلك لا يزال ينمو بشكل جيد. وينمو كل طفل بوتيرته الخاصة. وسيكون أخصائي HealthySteps متاحًا للإجابة على أي أسئلة. ومن العوامل الهامة أيضًا التي تشكل نمو طفلك المعتقدات والقيم الثقافية لعائلتك.

ما الذي يمكنك فعله

العبوا ألعاب القصة حيث يضيف كل فرد من أفراد العائلة إلى حبكة القصة. أراد الكلب أن يذهب للاستكشاف فدخل من خلال ثقب في السياج. بعد ذلك ....

أضيفوا مفاهيم جديدة إلى المفاهيم التي يعرفها الطفل بالفعل. قولي "نعم، هذه دائرة زرقاء. ما اللون الذي ينتج عندما نضيف بعض الطلاء الأحمر إلى اللون الأزرق؟

ما الذي يستطيع طفلك فعله

- استخدم اللغة للتعبير عن أفكاره ومشاعره.
- قد استخدم أكثر من 1000 كلمة.
- يستطيع معظم الناس فهم خطابي أكثر من 80% من الوقت.
- أطرح الكثير من الأسئلة، وفي بعض الأحيان مرارًا وتكرارًا.



أشياء أخرى يجب معرفتها وتجربتها

تعتبر السنوات الثلاث الأولى من نمو الدماغ تأسيسية، وهي تمهد الطريق للتعلم مدى الحياة. وينبغي أن تضعوا في اعتباركم أنه على الرغم من أن دماغ الطفل نشط للغاية وأكثر تطورًا من أي وقت مضى، إلا أنه لا يزال هناك الكثير ليتعلمه. حاولوا التحلي بالصبر بينما يتعلم الطفل مهارات اجتماعية جديدة مثل المشاركة وتبادل الأدوار. وسيحتاج إلى الكثير من التذكيرات أثناء تعلم هذه المهارات الجديدة. وقد يكون الأمر متعبًا، لكن التكرار يساعده حقًا على التعلم. وعندما تحافظون على الاتساق والتصرف كقدوة لإدارة العواطف بأنفسكم، سيتعلم الطفل أيضًا تلك المهارات الأساسية.

في هذه الزيارة، سوف يقيس فريق طب الأطفال طول طفلك ووزنه ورأسه. وسيستمعون إلى دقات قلب طفلك ويفحصون عينيّه وأذنيه وأنفه وفمه. وسيحصل طفلك على أي لقاحات مطلوبة. وسنتحدث عن نمو طفلك وروتينه مثل النوم والأكل. وسنراجع أيضًا نصائح السلامة. وبالطبع، سنخصص وقتًا لمناقشة أي أسئلة أو مخاوف ربما تكون لديكم!