

الزيارة في عمر 30 شهرًا

يريد الأطفال الصغار الأكبر سنًا معرفة أسباب كل شيء ويسألون لماذا كثيرًا!

من 30 إلى 36 شهرًا: ماذا يحدث؟

ما الذي يمكنك فعله



دعي طفلك يخرّبش بأقلام التظليل وأقلام التلوين. هذا الأمر يطور مهارات الكتابة المبكرة.

امنحي طفلك فرصًا لممارسة مهارات بدنية أكثر تقدمًا مثل ركوب الدراجة والتسلق.

احمي الطفل من المخاطر مرة أخرى حتى لا تؤدي قدرة طفلك الجديدة على فتح الأغذية ومقابض الأبواب إلى الخطر.

أدخلي كلمات جديدة لبناء مفردات طفلك. اسألي، "هل وجبتك الخفيفة لذيذة؟"

اطرحي أسئلة تتطلب أكثر من إجابة بنعم أو لا. اسألي، "أين تعتقد أن السنجاب يأخذ هذا الجوز؟"

تحلي بالصبر مع أسئلة طفلك عن السبب اسأليه عن رأيه قبل الإجابة.

ما الذي يستطيع طفلك فعله



يساعدني جسدي على أداء مهام "طفل كبير" الآن!

- يمكنني ركوب دراجة ثلاثية العجلات.

- يمكنني ارتداء الملابس بمساعدتكم.

- يمكنني رسم خط.

- يمكنني إدارة المقبض أو فك غطاء.

أستخدم اللغة للتعبير عن أفكار ومشاغري.

- بحلول عمر 3 سنوات، قد أستخدم ما يصل إلى 1,000 كلمة.

- أفهم الجمل التي تتضمن فكرتين أو أكثر: "يمكنك تناول وجبة خفيفة عندما نصل إلى المنزل."

- أطرّح الأسئلة.

- أعرف اسمي الأول والآخر.

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

في وقت العشاء أو قبل النوم، تحدثي مع طفلك عن يومه. هذا الأمر يطور الذاكرة والمهارات اللغوية.

شجعي طفلك على استخدام المنطق في مواقف الحياة اليومية. قولي "إنها تمطر. ما الذي نحتاجه لنبقى جافين؟"

ساعد الأطفال على التعامل مع النزاعات وتبادل الأدوار. قولي "هناك قطار واحد فقط. سأضبط المؤقت، ويستطيع كل منكما الحصول على 5 دقائق للعب به. وأثناء الانتظار، يمكنك اختيار اللعب بشيء آخر."

ساعد طفلك لكي يكون حساسًا للاختلافات بين الناس. قولي "نعم، هناك بشر من كل الأحجام ولون البشرة."

ما الذي يستطيع طفلك فعله

أستخدم مهارات التفكير الجديدة لحل المشكلات.

- أستطيع أن أتذكر ما حدث بالأمس.
- أمثل قصصي الخاصة.
- أصبحت "مفكرًا منطقيًا". عندما أظاهر بأن وقت نوم تيدي قد حان، أضع بطانية عليه وأغني له أغنية النوم.

أصدقائي مهمون جدًا بالنسبة لي.

- ألاحظ كيف أن أصدقائي (وكل الناس) متشابهون ومختلفون. قد أشير إلى لون بشرتهم وحجمهم.

أشياء أخرى يجب معرفتها وتجربتها

- من المفيد وضع خطة لطفلك بخصوص وقت مشاهدة الشاشات. ضعي في اعتبارك طفلك المحدد والمحتوى نفسه والسياق الذي يشاهده فيه.¹
- قللي من وقت مشاهدة الشاشات لطفلك، وشاهدي معه عندما تستطيعين، وتأكدي أن ما يشاهده مناسب لعمره.
- حافظي على نشاط كل أفراد الأسرة من خلال تخصيص وقت للعب النشط كل يوم. وشجعي الإخوة والأخوات وأبناء العم على اللعب معًا.
- نظمي مواعيد اللعب مع الأصدقاء، أو انضمي إلى مجموعة لتربية الأطفال، أو احضري ساعة القصة في المكتبة.

في هذه الزيارة، سوف يقيس فريق طب الأطفال طول طفلك ووزنه ورأسه. وسيستمعون إلى دقات قلب طفلك ويفحصون عينيه 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!

1. الإحساس بالشاشة: ماذا يقول البحث عن تأثير وسائل الإعلام على الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 0-3 أعوام. (25 أكتوبر 2018). ZERO TO THREE. نقلًا عن: <https://www.zerotothree.org/resources/2536-screen-sense-what-the-research-says-about-the-impact-of-media-on-children-aged-0-3-years-old>