

怎么了? 宝宝的发育



30 个月体检

大一点的学步儿童想知道所有事情的原因,问很多为什么!

30-36 个月: 发生什么事?

你的宝宝能做什么

我的身体现在帮助我做“大孩子”的事情!



- 我会踩三轮车。
- 在你的帮助下,我可以自己穿衣服。
- 我可以画一条线。
- 我可以转动旋钮或拧开盖子。

我运用语言来表达我的思想和感情。

- 到 3 岁时,我可能会使用多达 1000 个单词。
- 我理解有两个或更多想法的句子:“我们到家时,你可以吃点点心。”
- 我会问问题。
- 我知道我的姓名。

你能做什么

让你的孩子用马克笔和蜡笔乱涂乱画。这建立了早期的写作技巧。



让你的孩子有机会练习更高级的身体技能,如踩踏板和攀爬。

再次确保物件对儿童是安全的,以便你的孩子打开盖子和门把手的新能力不会导致危险。

介绍新单词来增加孩子的词汇量。问“你的零食好吃吗?”

问一些不仅仅需回答是或不是的问题。问:“你认为松鼠会把坚果带到哪里去?”

对孩子的“为什么”问题要有耐心。回答之前先问问他们的想法。

当你使用 HealthySteps 讲义时,请记住你的孩子可能比注明的更快或更慢地发展技能,但仍然会成长得不错。每个孩子都按照自己的节奏成长。你的 HealthySteps 专家将回答任何问题。你家庭的文化信仰和价值观也是塑造孩子发展的重要因素。

发生什么事？

你的宝宝能做什么

我正在用我新的思维技巧来解决问题。

- 我能记得昨天发生的事情。
- 我表演我自己的故事。
- 我正在成为一个“逻辑思考者”。当我假装 Teddy 该睡觉了，我给他盖上毯子，给他唱摇篮曲。

我的朋友对我来说很重要。

- 我注意到我的朋友（和所有人）是如何的相同和不同。我可能会指出他们的肤色和身材。

你能做什么

在晚餐时间或睡觉前，和你的孩子谈论他们的一天。这可以建立记忆和语言技能。

鼓励你的孩子在日常生活中运用逻辑。说：“下雨了。我们需要什么来保持干燥？”

帮助孩子处理冲突和轮流玩耍问题。说，“只有一列火车。我会把计时器打开，你们每个人有 5 分钟时间玩它。在你等待的时候，你可以选择玩别的东西。”

帮助你的孩子对人与人之间的差异保持敏感。说，“是的，人们确实有各种身材和肤色。”

其他需要了解 and 尝试的事情

- ☐ 为孩子制定屏幕计划是有所帮助的。考虑特定孩子、内容本身以及他们观看的背景。¹
- ☐ 限制孩子的屏幕时间，尽可能和他们一起看，确保他们看的东西适合他们的年龄。
- ☐ 保持全家都很活跃，每天都抽出时间活动玩耍。鼓励兄弟姐妹和堂兄妹一起玩。
- ☐ 组织和朋友一起玩耍，加入育儿小组，或者参加图书馆的故事时间。

在这次体检中，儿科团队将测量你孩子的身高、体重和头围。他们会听你孩子的心跳，看他们的眼睛、耳朵、鼻子和嘴巴。你的孩子将获得所有需要的疫苗。我们会谈到你的孩子的发展和日常生活，如睡觉和吃饭。我们还将回顾安全提示。当然，我们会抽出时间讨论你可能有的任何问题或顾虑！

1. Screen Sense: *What the Research Says About the Impact of Media on Children Aged 0-3 Years Old*. (2018 年 10 月 25 日)。ZERO TO THREE. 检索自 <https://www.zerotothree.org/resources/2536-screen-sense-what-the-research-says-about-the-impact-of-media-on-children-aged-0-3-years-old>.