

12 个月体检



语言

婴儿 3 岁时认识的单词量与他们在此之前听到的说话量有关。所以，要一直和他们说话。婴儿理解的比他们能说的多得多。谈论你外出时看到的一切。当你的宝宝指向任何物体时，说出那个物体的名字，并重复重要的单词。说，“你听到飞机声了。飞机。”也可以指出颜色：“看那辆黄色的公共汽车。黄色公共汽车。”



科学和数学

和宝宝说话的时候使用数学语言。数学语言使用数字和单词，如更多或更少。吃饭的时候，问你的宝宝是否想要“再来一根”香蕉。给他们看：“这里有一块饼干。一块。”诸如更多和一、二之类的单词是婴儿可以通过日常互动学习的早期数学概念。你也可以谈论物品的位置：在上面、旁边、后面等等。这些单词支持宝宝早期对空间概念的理解。



管理情绪

把宝宝交给别人照顾时，一定要说再见。要说：“我现在要走了，但我会回来的，亲两下，1、2。”当你每次说同样的话，做同样的事时，告别就变成了一种仪式。当重复时，你会告诉你的宝宝你是可靠的。当你离开的时候，宝宝可能会很伤心，但告别的仪式是具有安慰作用的。如果你偷偷溜出去，虽然宝宝一开始可能不会注意到你离开，但之后可能会更加不安。如果你每次都说再见，则会建立信任，可以帮助宝宝不那么粘人。



适合本年龄段阅读的好书：

- *Fiddle-I-Fee*
作者：Melissa Sweet
- *Ten Apples Up on Top!*
作者：Dr. Seuss
- *Peekaboo Morning*
作者：Rachel Isadora
- *Baby Happy, Baby Sad*
作者：Leslie Patricelli

解决问题

你可能已经和你的宝宝玩过很多次躲猫猫了。在这个年龄，他们可能已经准备好捉迷藏了。试着把你的整个身体藏在门或柜台后面。当你从躲藏的地方出来时，试着说一句新的话，比如，“我在这里。”试着把毛绒动物或洋娃娃藏在毯子下面。说：“它去哪儿了？”看看你的孩子是否看着或指着毯子。再蹦出来说“躲猫猫！”



身体技能

你的宝宝可能已经有了走路的迹象，即使还没有完全学会走路。不鼓励使用学步车，但另一种帮助宝宝走路的方法是在他们尝试的时候给他们提供一些可以依靠的东西。有为此制作的推车玩具，但一个胶带封住的、至少齐胸高的大纸箱也可以。检查一下，看看你是否需要给箱子里面加重量。把盒子放在一个开阔的地方，看看你的宝宝是否利用它来站立。靠近一点，把箱子往前挪一点。宝宝应该能推着纸箱在地板上走。如果宝宝还不会走路，这个活动会帮助他们学习走路。如果他们已经会走路，也仍然会开心地推着箱子到处走。



艺术和音乐

采用倒置的金属锅和塑料碗制作一套鼓。利用手或木勺当鼓槌。轻敲锅和碗，和你的宝宝一起玩，看看他们是否跟着你做。一起即兴创作简单的调子、节奏或童谣。

