



رشد فرزند شما از تولد تا 3 سالگی Your Child's Development From Birth to 3 Years

- از جلو به پهلو و سپس به همه جهات غلت می‌زند
- خودش را به اجسام می‌رساند و آنها را رها می‌کند
- به نامش واکنش نشان می‌دهد
- از تعامل اجتماعی لذت می‌برد
- به رنگ‌ها علاقه نشان می‌دهد
- چهره‌ها را می‌شناسد و افراد آشنا را ترجیح می‌دهد
- وقتش خوشحال است می‌خندد و با صدای خاصی جیغ می‌کشد
- تا 6 ماهگی، درک می‌کند که اجسام هنوز وجود دارند حتی اگر نتواند آنها را ببیند

از 6 ماهگی تا 12 ماهگی، فرزند شما:

- نامش را تشخیص می‌دهد
- به بعضی از کلمات مانند «مامان» یا «بابا» واکنش نشان می‌دهد
- صداها را می‌گوید یا تکرار می‌کند، یا غان و غون می‌کند
- از کارهای ساده کودکان دیگر یا افراد تقلید می‌کند
- درباره چیزهایی که دوست دارد و دوست ندارد احساسات و عواطف شدید بروز می‌دهد و خوشحالی یا ناراحتی نشان می‌دهد
- بدون کمک برای مدت طولانی‌تری می‌نشیند
- از فنجان بدون درپوش آب می‌نوشد
- با کمک یا وقتی نگه داشته شده، محکم می‌ایستد
- می‌تواند روی شکمش حرکت کند یا تکان تکان بخورد و سپس چهار دست و پا برود
- بین 8 تا 18 ماهگی، اولین قدم‌هایش را به تنهایی برمی‌دارد
- از چهار دست و پا و راه رفتن لذت می‌برد
- توجه دیدن از سوی مراقبان را بسیار دوست دارد
- در حضور غریبه‌ها می‌ترسد و وقتی والدین محل را ترک می‌کنند، گریه می‌کند
- از روی عمد، اسباب بازی و اجسام را پرتاب می‌کند
- بازی‌های گروهی انجام می‌دهد، مانند «دالی موشه» یا «اتل مثل توتوله»
- فرزند شما با وجود همه تغییرات هیجان‌انگیز در زندگی‌اش، ممکن است شب‌ها بیشتر بیدار شود

از 12 ماهگی تا 18 ماهگی، فرزند شما:

- انرژی زیادی دارد و می‌خواهد همه‌چیز را کشف کند

تجربه فرزند شما در ماه‌ها و سال‌های اول زندگی، بر سلامت، تندرستی و مهارت‌های مواجهه او با رویدادها در ادامه عمرش تأثیرگذار است. مراقبت، پرورش و ایفای نقش شما به عنوان والدین به شیوه‌ای مطمئن، به تضمین رشد سالم فرزندتان کمک خواهد کرد.

درک روند رشد کودک می‌تواند به شما کمک کند تا بدانید باید انتظار چه چیزی را داشته باشید و برای اینکه فرزندتان به شکلی سالم رشد کند، چه کمکی به او می‌توانید بکنید. طی سال‌های ابتدایی زندگی، رفتار فرزند شما حاکی از نیازهای او و نحوه تغییرات و رشد اوست. گوش دادن به سرخ‌های منحصر به فرد فرزندتان می‌تواند به شما کمک کند تا او را در طول سال‌های رشد و پیشرفت بسیار سریعش، مورد حمایت قرار دهید.

مراحل رشد کودک که در اینجا شرح داده می‌شود، فقط حکم یک خط مشی کلی را دارد و نه مجموعه‌ای از قوانین ثابت. هر کودک با سرعت خاص خودش رشد می‌کند. اگر هرگونه نگرانی و دغدغه‌ای درباره رشد فرزندتان دارید، با تأمین‌کننده خدمات بهداشتی و درمانی خود صحبت کنید.

از تولد تا 3 ماهگی، فرزند شما:

- صدای والدین خود را از بدو تولد تشخیص می‌دهد
- صدای خودش را کشف می‌کند
- از برقراری تماس چشمی لذت می‌برد، به افراد لبخند می‌زند و صورت‌ها را بررسی می‌کند
- به عنوان روشی برای ابراز نیازهایش، گریه می‌کند
- وقتی به او توجه می‌شود، صداهای قل قل حاکی از خوشحالی از خود بروز می‌دهد
- با سر و صدا یکه می‌خورد و به موقع به صدا واکنش نشان می‌دهد
- خودش را می‌کشد یا دست‌ها و پاهایش را حرکت می‌دهد
- وقتی روی شکم دراز کشیده، سرش را بالا می‌آورد
- سرش را بالا می‌گیرد تا به دنبال صداها و حرکات بگردد
- به یک پهلو غلت می‌زند
- پاها و دست‌هایش را کشف می‌کند و اجسام را می‌گیرد
- اجسام متحرک را با چشم‌هایش دنبال می‌کند

از 3 ماهگی تا 6 ماهگی، فرزند شما:

- سرش را تا حدوداً 90 درجه بالا می‌آورد
- با کمی تکیه‌گاه می‌نشیند
- با کمک می‌ایستد

- می‌تواند خودش با استفاده از انگشتان یا قاشق غذا بخورد
- ممکن است از تخت کودک بیرون بیاید
- به تنهایی راه می‌رود و یکی یکی از پله‌ها بالا می‌رود
- با عبارات کوتاه حرف می‌زند، مثلاً «مامان رفت؟» یا «همه تموم»
- جملات ساده را می‌فهمد و جملات 1 کلمه‌ای می‌گوید برای مثال، به جای «بیشتر می‌خوام» می‌گوید «بیشتر»
- تصاویر موجود در کتاب را نام می‌برد
- از دستورات ساده پیروی می‌کند
- خیلی بیشتر از آنچه می‌تواند به زبان بی‌آورد را متوجه می‌شود
- از توجه دیدن لذت می‌برد
- خودش به تنهایی بهتر بازی می‌کند و احتمال کمی وجود دارد که اسباب بازی‌اش را با کسی شریک شود
- با حدودی که والدین تعیین می‌کنند همکاری یا در برابرش مقاومت می‌کند
- به راحتی مستاصل می‌شود
- کمتر گریه می‌کند اما ممکن است ناله کند یا نق بزند
- کلمه «نه» را به درستی استفاده می‌کند یا سرش را تکان می‌دهد
- ممکن است اسباب بازی یا پتوی ویژه‌ای داشته باشد
- حافظه کوتاهی دارد و حتی اگر به او گفته باشید کاری را انجام ندهد، آن را دوباره تکرار می‌کند. ممکن است برعکس کاری که به او گفته‌اید را انجام دهد

- داستان تعریف می‌کند، می‌خواند و بازی می‌کند
- سعی می‌کند کارهای بیشتری را مستقل انجام دهد
- در کارهای ساده خانه کمک می‌کند، مانند بیرون آوردن لباس‌های تمیز از داخل ماشین خشک‌کن
- با شریک شدن مشکل دارد و می‌گوید «نه» یا «مال من»
- با کارهای روتین آشنا می‌شود و از آنها لذت می‌برد
- افراد آشنا را می‌شناسد و نام می‌برد
- به یک فرد، چیز یا صدای جدید علاقه نشان می‌دهد
- از تنها و نزدیک سایر بچه‌ها بازی کردن لذت می‌برد
- تا 36 ماهگی، از انجام بازی و انمودی با دیگران لذت می‌برد
- ممکن است شروع کند به همانند پنداری با یک جنسیت خاص
- محدوده توجه گسترده‌تری نشان می‌دهد
- با آزمون و خطا مسائل را حل می‌کند
- در فعالیت‌های گروهی شرکت می‌کند
- آزادانه محبتش را نشان می‌دهد، مثل در آغوش گرفتن
- از زبان مخصوص آداب اجتماعی استفاده می‌کند، مانند لطفاً و متشکرم
- رفتار بزرگترها را عیناً تقلید می‌کند
- گاهی مایوس می‌شود چون می‌خواهد بیش از آنچه در توانش است را انجام دهد
- ممکن است شروع کند به نگران شدن درباره خطرات واقعی و خیالی یا شرایط ناراحت‌کننده.

برای کسب اطلاعات بیشتر

برای کسب اطلاعات بیشتر درباره سلامت و رشد کودکان، به منابع زیر مراجعه کنید:

- [HealthLinkBC File #92a](#) **فرزند شما و بازی** از تولد تا 3 سالگی
- [HealthLinkBC File #92c](#) **احساسات فرزند شما**
- [HealthLinkBC File #92d](#) **یادگیری توالی رفتن**
- [HealthLinkBC File #92e](#) **زمان خوابیدن**

مطلب بهترین فرصت نوزاد را ببینید:

• www.healthlinkbc.ca/babys-best-chance

مطلب اولین قدم‌های کودک نوپا را ببینید:

• www.healthlinkbc.ca/toddlers-first-steps

از 18 ماهگی تا 36 ماهگی، فرزند شما:

- از جملات 2 یا 3 کلمه‌ای استفاده می‌کند
- با استفاده از کلمات یا کارهایی، کمک می‌خواهد
- می‌تواند بشمرد و از کلمات جدید استفاده کند
- اشکال و اندازه‌ها را درک می‌کند
- مجموعه‌ای از احساسات را بروز می‌دهد
- تشخیص دادن احساسات خود و دیگران را یاد می‌گیرد
- تایید شدن می‌خواهد و نیاز به تحسین شدن دارد
- سوالات زیادی می‌پرسد
- به درخواست‌ها پاسخ می‌دهد، مانند «کنت رو بیار»
- به تدریج از دست بیشتر از دیگری استفاده می‌کند
- می‌تواند از پله‌ها بالا و پایین برود
- می‌تواند سه‌چرخه سواری را یاد بگیرد
- می‌تواند بدود، بالا برود، شوت بزند و توپ را پرتاب کند
- با موسیقی می‌رقصد