

ميديكلينيك بيبي نمو طفلك



أهم تأثير على التنمية الفكرية للطفل هو استجابة الأم إلى إشارات طفلها.

دبي

ميديكلينيك مستشفى ويلكير
ت 971 4 282 7788

ميديكلينيك مستشفى بارك فيو
ت 800 1999

ميديكلينيك المربع العربية
ت 800 1999

ميديكلينيك حي السهول
ت 971 4 453 4040

ميديكلينيك ابن بطوطة
ت 800 1999

ميديكلينيك معيصم
ت 800 1999

ميديكلينيك الينابيع
ت 800 1999

أبوظبي ومنطقة الظفرة 800 2000

ميديكلينيك مستشفى النور

ميديكلينيك مستشفى شارع المطار

ميديكلينيك مدينة خليفة

ميديكلينيك العمورة

ميديكلينيك بني ياس

ميديكلينيك المصفح

ميديكلينيك غياثي

ميديكلينيك مدينة زايد

ميديكلينيك مستشفى المدينة
ت 971 4 435 9999

ميديكلينيك دبي مول
ت 971 4 449 5111

ميديكلينيك الصفوح
ت 971 4 247 8111

ميديكلينيك مردف
ت 971 4 701 6888

ميديكلينيك القصيص
ت 971 4 602 8999

ميديكلينيك ديرة
ت 971 4 605 5999

العين 800 2000

ميديكلينيك مستشفى الجوهرة

ميديكلينيك مستشفى العين

ميديكلينيك المدار

ميديكلينيك زاخر

ميديكلينيك بوادي

ميديكلينيك البحر

أخصائيو تثق بهم.

الإمارات العربية المتحدة • جنوب أفريقيا • ناميبيا • سويسرا
www.mediclinic.ae



معدات ينبغي تجنبها بالنسبة لجميع الأعمار

لقد ثبت أن المعدات الموضحة أدناه تتسبب في تأخير التنمية الطبيعية للأطفال، لاسيما عندما يكون الأطفال في مرحلة تعلم الجلوس والمشي. ولذلك، فهذه المعدات غير مناسبة تماماً للأطفال المولودين ولادة مبكرة (المبتسرين).

• مشايات الأطفال المهيأة للجلوس بداخلها

يحفز هذا النوع من مشايات الأطفال على مشي الأطفال على أصابع أقدامهم وتقليل استخدام عضلات بطنهم مما يؤدي إلى تعطيل تطور قدرتهم على التوازن والتحكم في الجسم. فالأطفال يحتاجون إلى قضاء وقت على الأرض من أجل إتقان حركات التدحرج والجلوس والزحف قبل إيقافهم على أقدامهم للأبد في المشي. وينصح باستخدام مشايات الدفع الأمامي بدلاً منها بالنسبة للأطفال الذين يحتاجون إلى الدعم أثناء المشي.

• أرجوحات القفز المعلقة في الأبواب

يحفز هذا النوع من الأرجوحات الأطفال على السير على أصابع أقدامهم وتقويس ظهورهم.

المراحل الرئيسية في نمو الطفل

اسم الطفل: _____

تاريخ الميلاد: _____

ابتسم: _____

زحف: _____

نظر وتبني بعينه: _____

أشار إلى ما يريده: _____

رفع رأسه أثناء استلقائه على بطنه: _____

استند على شيء ليقف: _____

أمسك بلعبة: _____

لوح مودعاً: _____

بدأ الغمغمة: _____

نطق كلمته الأولى: _____

تدحرج من الخلف إلى الأمام: _____

بدأ في الشخبطة على الورق: _____

تدحرج من الأمام إلى الخلف: _____

بدأ المشي لأول مرة: _____

صق بيديه: _____

كدس الأكواب ووضعها فوق بعضها البعض: _____

جلس دون مساعدة: _____



طفلك في عمر شهرين

ما الذي يفعله معظم الأطفال في هذا العمر:

• النمو الحركي / البدني

- يبدأ الطفل في رفع رأسه وكتفيه أثناء رقوده على بطنه
- تحريك ذراعيه وقدميه حركات هادئة
- اليدان مفتوحتان معظم الوقت

• النمو الاجتماعي / العاطفي

- يبدأ في التيسم
- يمكنه تهدئة نفسه لفترات وجيزة مع تقريب يديه من الفم
- يتواصل بالعينين

• اللغة / التواصل

- يهدل ويصدر أصوات غرغرة
- يلتفت إلى الأصوات
- يبطن في الرضاعة عند سماع أصوات غير مألوفة أو عالية

• التطور المعرفي (التعلم وحل المشكلات)

- يبدأ في الانتباه إلى الوجوه، وبخاصة الآباء
- يبدأ في اتباع الآباء أو الأصواء / الأصوات

ما الأنشطة التي يمكنني ممارستها مع طفلي البالغ من العمر شهرين؟

- عند الجلوس بالقرب منه، وجهي يدي طفلك لتحسس وجهك

- ضعي الطفل على بطنه لبضع دقائق عدة مرات أثناء اليوم على سطح صلب مع التأكد من مراقبته في جميع الأوقات

- تأكدي من عدم انثناء ذراعيه أسفل جسمه
- اجذبي انتباهه إلى شيء مثير للاهتمام أثناء رقوده على بطنه، مثل هز شخصيخة أو لعبة صاخبة أو لاصعة أو دعيه يرى

نفسه في المرأة مع التأكد من وضع هذه الأشياء على بعد 25-30 سنتيمتر من عينيه

- بدلي موقع الألعاب الثابتة/ المتحركة في منطقة سرير الطفل/ منطقة اللعب

- ضعي طفلك على جانبه باستخدام بطانية ملفوفة/ وسادة خلفه لمساعدته على الحفاظ على هذه الوضعية. وشجعيه على ضم يده إلى الأخرى وأمسكي بيديه واجعليه يتحسس وجهه ويلمس أسطحاً مختلفة الملمس

- تحدثي إلى طفلك من كلا الجانبين وشجعيه على تحريك رأسه للنظر إليك

- استخدمي أجساماً ذات ألوان زاهية ومثيرة للاهتمام (وربما تصدر صوتاً) حتى تسترعي انتباه الطفل إليها وحركيها ببطء في مجال رؤيته إلى الجانب في حركة تشبه القوس

متي ينبغي عليك الاتصال بالطبيب أو التحدث إلى معالج:

- عندما يواجه الطفل صعوبة في رفع رأسه عند وضعه على بطنه
- تسطح الرأس
- يفضل تحريك رأسه إلى جانب واحد فقط
- لا يتفاعل مع الأصوات العالية
- لم يبدأ في التيسم
- لا يراقب الأشياء أثناء تحركها
- لا يحرك يديه تجاه الفم
- إذا كان طفلك متصلباً وتواجهين صعوبة في تحريكه أو التعامل معه



طفلك في عمر أربعة أشهر

- اجعلي طفلك في البداية يتمكن من الوصول إليك أو إلى اللعبة بسهولة، وحاولي تدريجياً أن تجعلي الأمر أكثر صعوبة عن طريق وضع نفسك / اللعبة على مسافة أبعد قليلاً
- أثناء الرقود على البطن، يكون من الأسهل عليه دفع جسمه إلى الأعلى عندما يكون على سطح صلب، لذلك سيكون وضعه على مساحة مغطاة من الأرضية أسهل من وضعه على وسادة
- إذا احتاج طفلك إلى المساعدة في التدرج، ضعي يديك على كتفيه أو وركيه ووجهيه برفق لينقلب على ظهره. وعندما يبدأ طفلك في القيام بالحركة بنفسه، قللي تدريجياً من قدر مساعدتك له
- اختاري الأوقات التي يكون فيها طفلك متيقظاً ومرتاحاً لبدء بعض التفاعلات
- تحدثي مع طفلك وغني له مستعينة بحركة جسمك

متي ينبغي عليك الاتصال بالطبيب أو التحدث إلى معالج:

- عندما يواجه الطفل صعوبة في تثبيت رأسه في وضعية الجلوس
- لا يصدر أي أصوات
- لا يقرب الأجسام من فمه
- لا يراقب الناس أو الأشياء أثناء تحركها
- لا يبتسم للناس

ما الذي يفعله معظم الأطفال في هذا العمر:

- **النمو الحركي / البدني**
- يثبت رأسه عند مساعده في الجلوس أو عند وضعه على بطنه
- قد يكون قادراً على التدرج
- يحرك يديه إلى الرفع
- عندما يكون راقداً على بطنه سيدفع نفسه باستخدام المرفقين
- يمكن أن يمسك بلعبة صغيرة وسيتمكن من الوصول إلى الألعاب المتدلية

• **النمو الاجتماعي / العاطفي**

- التبتسم تلقائياً للناس
- يستمتع باللعب مع الناس وقد يبكي عندما يتوقف اللعب
- قد يتمكن من تقليد بعض الحركات والتعبيرات، مثل التبتسم

• **اللغة / التواصل**

- يبدأ في المناغاة
- يبكي بطرق مختلفة للتعبير عن التعب أو الجوع أو الألم

• **التطور المعرفي (التعلم وحل المشكلات)**

- يستجيب للعواطف
- يتعرف على الأشخاص المألوفين لديه
- يجعلك تعرفين إذا ما كان يشعر بالسعادة أم الحزن
- يستخدم يديه وعينه معاً، على سبيل المثال عند محاولة الوصول إلى الألعاب

- **ما الأنشطة التي يمكنني ممارستها مع طفلي البالغ من العمر أربعة أشهر؟**
- نقر يد طفلك بلعبة / جسم، فهذا يساعد طفلك على معرفة هذه اللعبة أو هذا الجسم



طفلك في عمر ستة أشهر

واستخدمي اسمه

- عند الجلوس، ساعدي طفلك بحيث تكون يديه في وضعيه مجاورة لركبتيه أو أمامهما أو عليهما ليستند عليهما عند اللزوم
- أثناء رقوده على بطنه، ضعي الألعاب بعيدة بعض الشيء لتشجعي طفلك على التحرك
- قدمي لطفلك ملعقة ذات مقبض سميك ليمسك بها
- عندما يمسك عنصراً صغيراً في إحدى يديه، اعرضي عليه عنصراً صغيراً آخر يحبه ليحمله بنفس اليد. وشجعيه على تحريك العنصر الأول إلى اليد الأخرى
- توقفي بشكل مؤقت أثناء ممارسة الأنشطة لمشاهدة رد فعل طفلك، كما لو ابتعد أو بدا عليه القلق على سبيل المثال، ثم قومي بتغيير النشاط. وفي حالة ضحكه بصوت خافت أو عالٍ استمري في ذلك لبضع لحظات أطول
- غني له أغاني الأطفال مستعينة بحركة الجسم

متي ينبغي عليك الاتصال بالطبيب أو التحدث إلى معالج:

- لا يظهر أي عاطفة تجاه الأسرة أو الوالدين
- لم يبدأ في الجلوس دون مساعدة
- حركاته تبدو متصلبة جداً
- يبدو عليه الترهل الشديد
- لا يضحك أو يصرخ
- لا يظهر رد فعل تجاه الأصوات المحيطة
- لا يقرب الألعاب أو الاجسام إلى فمه

ما الذي يفعله معظم الأطفال في هذا العمر:

• النمو الحركي / البدني

- يبدأ في الجلوس دون استناد
- يمكنه التدرج في كلا الاتجاهين
- يبدأ في التحرك عند وضعه على البطن في حركات دائرية أو إلى الخلف والإمام
- يبدأ في رفع رأسه وذراعيه عند وضعه على ظهره كي تقومي بحمله

• النمو الاجتماعي / العاطفي

- ودود مع الغرباء ولكن تظهر عليه بعض علامات الخجل أحياناً
- يحب اللعب مع الآخرين
- يظهر رد فعل مبهج للعب الخشن والفوضوي
- يرفع كل الأشياء إلى فمه

• اللغة / التواصل

- غالباً ما ينطق أحرف العلة ويربطها ببعضها البعض ("آه"، "جوه"، "موه")
- يظهر رد فعل عند ذكر اسمه
- يظهر رد فعل تجاه الأصوات عن طريق إصدار أصوات مقابلة
- يضحك ويصرخ
- يظهر رد فعل تجاه التغيرات التي تطرأ على صوتك
- يهتم بالموسيقى / الغناء

• التطور المعرفي (التعلم وحل المشكلات)

- يبدأ في تمرير الأشياء من يد إلى أخرى
- يبدأ في إظهار الاهتمام بالأشياء البعيدة عن متناولها ويحاول الوصول إليها

ما الأنشطة التي يمكنني ممارستها مع طفلي البالغ من العمر ستة أشهر؟

- العبي معه لعبة الغميضة عند سحب الملابس فوق رأسه



طفلك في عمر تسعة أشهر

ما الذي يفعله معظم الأطفال في هذا العمر:

• النمو الحركي / البدني

- يسند نفسه للوصول إلى وضعية الجلوس ويمكنه الجلوس دون الحاجة إلى مساعدة
- يتحرك على الأرضية عن طريق التدرج أو جر القدمين أو الزحف
- يبدأ في سند نفسه للوصول إلى وضعية الوقوف
- يمكنه الوقوف عند التمسك بسطح ما

• النمو الاجتماعي / العاطفي

- يمكنه التمييز بوضوح بين الأشخاص المعروفين لديه والغرباء - وربما يبدأ في التشبث بالوالدين
- يستمتع بلعبة "الغميضة" ويقلد التصفيق
- يبدأ في ضرب الألعاب بعضها ببعض
- يفضل بعض اللعب عن غيرها

• اللغة / التواصل

- يفهم كلمتي "لا" و "إلى اللقاء"
- يبدأ في إصدار الكثير من الأصوات المختلفة والجديدة
- يبدأ في استخدام الأصابع في الإشارة إلى الأشياء أو الأشخاص

• التطور المعرفي (التعلم وحل المشكلات)

- يبدأ في البحث عن الأشياء التي تخفيها عنه
- يدرك الأشياء من إحدى اليدين إلى اليد الأخرى بسهولة
- يراقب أنشطة الأشخاص أو الحيوانات ضمن مسافة 3-4 أمتار مع إبداء اهتمام مستمر لوضع دقائق
- يستمر في وضع الأشياء في فمه

ما الأنشطة التي يمكنني ممارستها مع طفلي البالغ من العمر تسعة أشهر؟

- حاولي وضع بعض الأنشطة على مستوى عينيه عندما يكون في

وضعية الوقوف:

- أمام مرآة وأنت تساعدينه على الوقوف
- عند طاولة صغيرة وأنت تمسكين به
- عند نافذة منخفضة الارتفاع وأنت تمسكين به

- ضعي الطفل على ركبتيه في مواجهة طاولة / كرسي منخفض الارتفاع وضعي عليه لعبة تثير اهتمامه

- وضحي لطفلك طريقة عمل صوت عن طريق ضرب الأشياء ببعضها البعض. وتحدثي معه عما تقومين بفعله وساعديه على القيام بذلك أيضاً عن طريق توجيه يديه

- حاولي وضع نفيسك في موضع بحيث يمكن لطفلك أن يرى وجهك والشكل الذي يأخذه فمك عند إصدار أصوات مع طفلك

- قلدي الأصوات التي يصدرها وشجعيه على تكرارها

متي ينبغي عليك الاتصال بالطبيب أو التحدث إلى معالج:

- لا يجلس دون مساعدة
- لا يتكئ على قدميه عند وضعه في وضعية الوقوف
- لا يظهر رد فعل عند ذكر اسمه
- لا يبدو أنه قادر على التعرف على الأشخاص المألوفين له
- لا يناغي



طفلك في عمر السنة

ما الذي يفعله معظم الأطفال في هذا العمر:

• النمو الحركي / البدني

- يسند نفسه للوصول إلى وضعية الوقوف ويمشي معتمداً على الأثاث (ليأخذ جولة في المكان)
- ربما يمكنه المشي مع مسك إحدى يديه أو وحده في بعض الأحيان
- ربما يتمكن من الوقوف منفرداً لبضع لحظات
- يتجول على الأرضية بسهولة عن طريق الزحف أو جر نفسه وهو جالس على المقعدة أو المشي متكئاً على يديه

• النمو الاجتماعي / العاطفي

- أكثر إدراكاً للغرباء وسوف ينزعج عند مغادرة أحد الوالدين
- يستمتع ببعض الألعاب، مثل "لعبة التصفيق الجماعي مع إنشاد الأغاني" أو "الغميضة"
- يكرر الأصوات أو التصرفات لجذب الانتباه
- يبدو عليه الخوف في بعض المواقف

• اللغة / التواصل

- يناغي بصوت عالٍ مع تغيير نغمة الصوت
- يستخدم إيماءات بسيطة مثل هز الرأس أو التلويح
- يستجيب للطلبات المنطوقة البسيطة
- يبدأ في نطق كلمات عن قصد مثل "ماما" أو "بابا"

• التطور المعرفي (التعلم وحل المشكلات)

- يسقط أو يُلقي الألعاب متعمداً ويراقبها وهي تسقط على الأرض
- يقلد الإيماءات
- يستكشف الأشياء بأساليب مختلفة عن طريق هزها أو ضربها أو إلقائها
- يتمكن من إدخال وإخراج أشياء من وعاء
- ينظر إلى الشيء أو صورته عند تسميته

ما الأنشطة التي يمكنني ممارستها مع طفلي البالغ من العمر سنة؟

- أمسكي بكلتا يديه عند المشي. وامسكي يديه في محاذاة جانبيه وليس على مستوى أعلى من كتفيه
- ضعي الأثاث في غرفتك بطريقة يمكن لطفلك التحرك بينها بحيث يتمكنك بالأريكة ومن ثم طاولة القهوة
- عندما ينهي طفلك قنينته أو ملعقة، ثبتي يدك تحتها وشجعي طفلك على تركها لتسقط في يدك
- دع طفلك يحمل كتاب صور أو ألوم صور صغير أثناء أوقات تغيير الحفاضات. وتحدثي معه عن الأشخاص أو الأشياء التي توجد في الصور
- تحدثي مع طفلك عن الأشياء التي تقومون بها سوياً. واستخدمي أسماء الأشياء / الألعاب

متي ينبغي عليك الاتصال بالطبيب أو التحدث إلى معالج:

- لا يزحف أو يجر نفسه وهو جالس على المقعدة
- لا تستوي قدميه على الأرض عند وضعه في وضعية الوقوف
- لا ينطق كلمات كاملة مثل "ماما" أو "بابا"
- لا يقلد إيماءات مثل التلويح أو هز الرأس
- يبدأ في فقدان المهارات التي كان يتقنها في وقت سابق أو إذا بدأ التطور وكأنه يتراجع



طفلك في عمر 18 شهراً

ما الذي يفعله معظم الأطفال في هذا العمر:

• النمو الحركي / البدني

- يسير معتمداً على نفسه
- ربما يتمكن من صعود السلم والبدء في الجري
- يستمتع بالتسلق
- يجلس في وضعية القرفصاء على الأرض ويلتقط أشياء
- يأكل معتمداً على نفسه مستخدماً ملعقة

• النمو الاجتماعي / العاطفي

- يبدأ في إظهار العاطفة تجاه الأشخاص المألوفين لديه
- قد يظهر نوبات غضب
- يستكشف الأشياء المحيطة ولكن يبحث عن الأشخاص المألوفين لديه في المنطقة المجاورة
- يحب أن يسلم أشياء إلى الآخرين على سبيل اللعب
- يلعب لعبة تمثيل ادوار بسيطة مع الدمى أو الألعاب

• اللغة / التواصل

- ينطق العديد من الكلمات الكاملة
- ينطق كلمة "لا" ويهز رأسه للتعبير عنها
- يشير إلى ما يريده

• التطور المعرفي (التعلم وحل المشكلات)

- يمكنه اتباع الأوامر الصوتية المتألفة من خطوة واحدة، على سبيل المثال، اجلس
- يعرف الأشياء التي تحدث بصورة يومية
- يمكنه الإشارة في بعض الأحيان إلى أجزاء الجسم
- يبدأ في الشخبة

ما الأنشطة التي يمكنني ممارستها مع طفلي البالغ من العمر 18 شهراً؟

- إتاحة الفرصة له للجلوس في وضعية القرفصاء لالتقاط شيء ما، مثل الحصن من الأرض، والدمى من سلة
- عند التسلق، وجهي طفلك في البداية إلى الحركات التي يتعين عليه القيام بها ومن ثم قللي من قدر المساعدة التي تقدمينها له مع تقدمه في اكتساب القوة والمهارات: اليد اليمنى / الركبة اليسرى ثم اليد اليسرى / الركبة اليمنى
- دعني طفلك يختار اليد التي يشخبط بها عن طريق وضع إبطشير / قلم تلوين أمام طفلك مباشرة وليس على جانبه الأيسر أو الأيمن
- عندما يستخدم طفلك كلمة، حاولي تكرارها مرة أخرى عليه وإدخالها في عبارة حتى يتمكن من سماعها مرة أخرى ويتعلم المزيد من الكلمات، على سبيل المثال، عندما يقول الطفل كلمة "لذيذ" يمكنك الرد عليه قائلة "نعم، آيس كريم لذيذ"
- عندما تتحدثين عن جزء من أجزاء الجسم مع طفلك، قومي بلمس هذا الجزء، وحاولي وضع هذا الجزء في موضع يمكنه رؤيته فيه إذا كان ذلك ممكناً

متي ينبغي عليك الاتصال بالطبيب أو التحدث إلى معالج:

- لا يمشي معتمداً على نفسه
- لا يحفظ ثمت كلمات كاملة على الأقل
- لا يلاحظ قدوم أو مغادرة مقدمي الرعاية أو الأشخاص المألوفين
- لا يقلد الآخرين

