Bebeklerin Gelişimi İçin Öneriler

DOĞUMDAN 3 AYA KADAR

- Her gün bebeğinize yüzüstü pozisyonda kalmasını sağlayarak bebeğinizin motor gelişimine yardımcı olun
- Bebeğinizle bolca zaman geçirin ve vücüduna masaj yapın
- Parlak renkler ve yüzlere sahip nesneler sunarak bebeğin yanıtlarını teşvik edin
- İletişim kurmada dilin kullnıldığını göstermek için hergün bebeğinizle konuşun

4–6 AYLAR

- Karın üstü poziyonunda bebeğinizin vakit geçirmesini sağlayın, bu pozisyonda bebeğinizin dönmesini ve oynarken oyuncaklara uzanmasını teşvik edin
- İki eli ile keşfedebileceği ve oynayabileceği oyuncaklar sunun
- Dil gelişimini teşvik etmek için bebeğinizle konuşun, bebeğiniz babıldamaya başlayabilir
- Bebekle iletişim kurun, bebeğinizin seslerini taklit edin ve bebeğiniz sizi taklit ettiğinde onu övücü sözler söyleyin

7–9 AYLAR

- Hareketi tetiklemek için oyuncakları bebeğin önüne koyun
- CE-ee gibi neden ve etki oyunları oynayın
- Günlük aktiviteler sırasında nesneleri adlandırın ve anlatın
- 8ay civarında küçük ve yumuşak yiyecekleri tanıtın

10–12 AYLAR

- Bebeği, üzerinde ve arasında gezinmeye teşvik etmek için yere minder yerleştirin
- Bebek bir koltukta otururken oyuncağı yürümesini tetikleyecek kadar uzaklığa koyun ve mobilyadan destek alarak yürümesini cesaretlendirin
- İletişim ve bağlanma üzerine çalışmak için resimli kitaplar kullanın
- Bebeğin mırıldanmalarına ve gülüşlerine cevap vererek ikili iletişimi teşvik edin

13–15 AYLAR

- Bebeğinizin yürümesini sağlamak için itme ve çekmeyi içeren oyuncaklar sağlayın
- Bebeği blokları dizmeye ve sonra onları yıkmaya teşvik edin
- Yemek zamanları ve yatma saatleri gibi rutinlerle tutarlılık sağlayın
- Şarkı söyleyin, çocuğunuz için müzik çalın ve çocuğunuza düzenli olarak okuyun
- Karar verme sürecini teşvik etmek için çocuğunuza sorular sorun

Pathways.org Hakkında

Pathways.org, bir çocuğun motor, duyusal ve iletişim gelişimini en üst düzeye çıkarmak için ebeveynleri ve sağlık profesyonellerini ÜCRETSİZ araçları ve kaynakları ile güçlendirir. Pathways.org Tıbbi Yuvarlak Masa'sı, misyonumuza ulaşmada stratejik ve destekleyici yönde yardımcı olmaktadır.

Pathways.org Tıbbi Yuvarlak Masası

Eş-Başkanlar

Michael E. Msall, MD, FAAP, FAACPDM and John F. Sarwark, MD. FAAP, FAACPDM, FAAOS

Komite

Suzann K. Campbell, PT, PhD, FAPTA, FAACPDM
Laura L. Deon, MD
Deborah Gaebler-Spira, MD, FAAP, FAACPDM
Karen R. Judy, MD, FAAP
Amy Becker Manion, PhD, RN, CPNP
Michael N. Nelson, PhD
Beth Osten, MS, OTR/L
Ana-Marie Rojas, MD
Theresa Sukal-Moulton, DPT, PhD
Lisa Thornton, MD
Lori Walsh, MD
Rosemary White-Traut, PhD, RN, FAAN
Nina Aliprandi, MA, Parent
Shirley Welsh Ryan

Pathways.org®

Pathways.org, bir çocuğun motor, duyusal ve iletişim gelişimini en üst düzeye çıkarmak için ebeveynleri ve sağlık profesyonellerini ÜCRETSİZ araçları ve kaynakları ile güçlendirir.

friends@pathways.org
www.pathways.org

Bu mesaj Amerikan Pediatri Akademisi, Pediatrik Hemşireleri Ulusal Birliği, Amerikan Osteopatik Çocuk Doktorları Koleji- ve Amerikan Fizik Tedavi Derneği Pediatrik Bölümü tarafından onaylanmıştır.

Pathways.org, 501(c)(3) e göre kar amacı gütmeyen bir organizasyondur.

Edited by Prof. Dr. Mintaze Kerem Günel, Translated by Hacettepe University, Unit of Cerebral Palsy and Pediatric Rehabilitation and Association of Turkish Child Physiotherapists.

• En İyisini Sağlamak •

Bebeğin Fiziksel Gelişimi

Pathways.org®

Çocuk gelişimini en üst düzeye çıkarmak için ÜCRETSİZ araçlar

Pathways.org, 501(c)(3) e göre kar amacı gütmeyen bir organizasyondur.

Her Anne-Babanın Bilmesi Gerekenler

Pathways.org'un benzersiz çizelgesi çocuğunuzun fiziksel, oyun ve konuşma gelişimini izlemenize olanak sağlar. İçgüdülerinize güvenmeyi unutmayın. Çocuğunuzu en iyi siz tanıyorsunuz. Eğer bebeğinizin farklı bir hızda gelişiyor olduğunu düşünüyorsanız, yardım isteyin.

Erken Tespit En İyi Önlemdir!

Anne-Babalar İçin Önemli Fikirler:

- Endişelerinizi ve gözlemlerinizi yazmak için bir not defteri tutun.
- Bu çizelgeyi inceleyin ve bebeğinizde gördüğünüz durumları işaretleyin.**
- Endişelerinizi, bu çizelgeyi ve not defterinizi çocuğunuzun doktoruyla veya sağlık uzmanınızla paylaşın.

** Hem "Tipik Gelişim" hem de "Gözlenmesi Gereken Durumlar" alanlarındaki kutucukları işaretleyebilirsiniz.

Pathways.org®

Ücretsiz Kopyalayabilirsiniz

Değiştirmeyin, PATHWAYS.ORG'U KAYNAK OLARAK BELİRTİN. Bu çalışmanın herhangi bir kısmını kullanma izni Pathways.org'dan alınmalıdır. Materyaller hiçbir ücret ödemeden sağlanmaktadır; Önceden yazılı onay alınmaksızın Pathways.org malzemelerinden herhangi bir ücret talep edilemez. © Telif hakkı 2020

	TIPIK Konuşma GELİŞİMİ*	TIPIK Oyun GELİŞİMİ*	TIPIK Fiziksel GELİŞİMİ*	Fiziksel Gelişimde Gözlenmesi Gereken Durumlar*
3. Aya Göre	○ Beslenme sırasında iyi bir şekilde emer ve yutkunur ○ Sese veya bir gürültüye cevaben sessizleşir veya gülümser ○ Mırıldanır ve gülümser ○ Sesin yada konuşmanın geldiği yöne doğru başını çevirir	Sırt üstü yatarken... ○ Bir yandan diğer yana hareket eden bir oyuncağı gözleriyle takip eder ○ Kendi göğsünden yukarda tutulan bir çıngırağa uzanmak için girişimde bulunur ○ Yüzleri ya da oyuncakları izleyebilmek için başını orta hatta tutar	 Göbeği üzerinde yatarken; ○ Kollarının üzerinde kendini yükseltebilir ○ Başını kaldırır ve dik tutar	 ○ Başını kaldırırken zorluk çeker ○ Bacakları gergindir, çok az veya nerdeyse hiç hareket etmez ○ Başıyla birlikte kendini arkaya doğru iter ○ Ellerini yumruk yapıp tutar ve kollarında nerdeyse hiç hareket yoktur
6. Aya Göre	○ Babıldarken ünsüz sesleri kullanmaya başlar, örneğin "dada" ○ Babıldamayı dikkat çekmek için kullanır ○ Kahvaltılık gevrek ya da püre haline getirilmiş yiyecekler yemeye başlar	○ Karın üstü yatarken yakınındaki bir oyuncağa uzanır Sırt üstü yatarken... ○ Oyuncağı bir elinden diğerine geçirir ○ Ayaklarıyla aoynamak çin her iki elini de uzatır	 ○ Oturma sırasında kendini desteklemek için ellerini kullanır ○ Sırt üstünden yüzüstüne doğru döner ○ Destekli ayakta tutulurken, tüm ağırlığını bacaklarına verir	 ○ Sırtı yuvarlak durur ○ Başını yukarı kaldıramaz ○ Başını kontrol etmesi zayıftır ○ Kollarını bir şeye uzanmak için öne getirirken zorluk çeker ○ Belini arkaya doğru yay gibi gerer ve bacakları gergindir ○ Kollarını arkasında tutar ○ Bacakları gergindir
9. Aya Göre	○ Babıldarken kullandığı seslerin çeşitliliğini ve heceleri birleştirmeyi artırır ○ Tanıdık nesnelerin ve insanların adı söylendiğinde, onlara bakar ○ Kahvaltılık gevrek ya da püre haline getirilmiş yiyecekler yemeye başlar	○ Mama sandalyesinde otururken, bir kitabin birkaç sayfasini bir kerede çevirir ○ İki elini ve ağzını kullanarak bir nesneyi tutar ve inceler ○ Karton kapaklı büyük (kalınca) bir kitabın birkaç sayfasını bir kerede çevirir ○ Basit oyunda başkalarını taklit eder	 ○ Düşmeden oturur ve oyuncaklara doğru uzanır ○ Karın üstü veya sırt üstü yatıştanoturmaya geçer ○ Sürünme, emekleme gibi alternatif kol ve bacak hareketleriyle ileriye doğru hareketler başlar	 ○ Bir elini, diğer eline göre daha baskın olarak kullanır ○ Sırtı yuvarlak durur ○ Otururken kollarını kullanması zayıftır ○ Emeklerken zorluk çeker ○ Dönmek için vücudunun sadece bir tarafını kullanır ○ Sırtını düzleştiremez ○ Bacaklarının üstüne ağırlık aktaramaz
12. Aya Göre	○ "Anne" veya "baba" gibi kelimeleri anlamlı kullanır ○ Basit komutlara cevap verir, örneğin "Buraya gel" ○ Sosyal iletişimde anlamsız uzun kelimeler üretir ○ Ağzı açık bir bardak kullanmaya başlar	○ Parmaklarını kullanarak kendini besler ○ Nesneleri büyük bir kabın ya da kutunun içine koyar ○ Küçük nesneleri almak için başparmağını ve işaret parmağını kullanır	 ○ Mobilyalara tutunarak ayakta durur ve mobilyaların etrafında sıralar ○ Tek başına ayakta durur ve yardım almadan birkaç adım atar	 ○ Bacakları gergin olduğundan ve parmak ucunda durduğundan ayağa kalkarken zorlanır ○ Kollarını sadece ayağa kalkıp durmak için kullanır ○ Ağırlığını sadece bir tarafa vererek oturur ○ Kolları güçlü bir şekilde büker veya aşırı gergin şekilde tutar ○ Oturmasını korumak için elini kullanması gerekir
15. Aya Göre	○ 5-10 kelimekullanabilir ○ Basit sözcükleri ve hareketleri taklit eder ○ 50 kelimeyi anlar ○ Büyük parçalar şeklinde doğranmış olarak yediği yemeklerin çeşitliliğini arttırır	○ İki nesneyi veya küpü üst üste koyar ○ Kıyafetlerini giydirmeye/ çıkartırtmaya yardımcı olur ○ Bir bardağı tutar ve bardaktan bir şey içer	 ○ Yardım almadan yürür ve nadiren düşer ○ Bir oyuncağı yerden almak için çömelir	 ○ Tek başına yardımsız adım atamaz ○ Ayakta dengede durması çok zayıftır, sık sık düşer ○ Ayak parmak uçlarına basrarakyürür

Çocuk gelişimi hakkında daha fazla ÜCRETSİZ kaynak bulmak için lütfen www.pathways.org adresini ziyaret edin.

* Prematüre çocuğunuzun yaşını düzeltmeyi unutmayın.

Pathways.org, 501(c)(3) e göre kar amacı gütmeyen bir organizasyondur.