



نشرة إرشادية للآباء والأمهات

## من عمر ٣ شهور حتى ٦ شهور

يتعرف الطفل على العالم من خلال والديه.



وزارة الصحة  
الخدمات الصحية للجمهور  
دوائر الصحة لواء الشمال وحيفا



## من عمر ٣ شهور حتى ٦ شهور



### من واجب الأهل الحذر!! !

- حافظوا دوماً على محيط آمن للرضيع: متكاً (درايزين) للسريير مرفوع للأعلى ودرجة حرارة مناسبة في الغرفة (٢١ - ٢٢ درجة مئوية) ولباس مريح للطفل. كذلك ينبغي إبعاد أي أغراض خطيرة أو أغراض لا حاجة إليها عن محيط الطفل.
- في الحمام: يجب أن تكون درجة حرارة مياه الاستحمام مناسبة (٣٧ درجة مئوية) ومع الحرص على الإمساك بالرضيع بطريقة حذرة طيلة فترة العناية به.
- يُحظر التدخين في محيط الرضيع.
- يجب إجلال الرضيع في السيارة في مقعد أمان يحمل شعار معهد المواصفات. إياكم وإبقاء الطفل لوحده في السيارة ولو لفانية واحدة!!
- لا تشتروا لطفلكم أي معدات وألعاب لا تحمل شعار معهد المواصفات.
- حين تقرررون اختيار حاضنة أو أي إطار تربوي آخر لطفلكم، عليكم التأكد من توافقه مع احتياجات الطفل وسنه. اهتمامكم بما يدور داخل الإطار التربوي ومتابعتم للعناية التي يتلقاها رضيعكم يساعدان على الحفاظ على صحته ونموه.

### ما هي الأمور المستحسنة للتعامل مع الطفل في هذه المرحلة؟

١. لكل طفل رضيع سماته الخاصة والمميزة ويحتاج إلى الحب والحنان والأمان.
٢. عندما يكون الطفل يقيظاً، فبالإمكان وضعه على الأرض (على سجادة أو على فرش مشمع) على ظهره، على بطنه ومسنوداً على جنبه مع الحرص على مراقبته باستمرار. تغيير وضعية الاستلقاء يساعد الطفل على التعرف على جسمه وعلى محيطه ويقوي عضلاته ويطور حركاته.
٣. عندما يكون الطفل مستلقياً على ظهره فمن المحبذ تعليق لعبة في مجال رؤيته وملمسه (على بعد ٣٠ سنتيمتر). وعندما يكون الرضيع مستلقياً على بطنه فمن المحبذ عندها وضع لعبة على الأرض في مجال رؤيته أو تعليق لعبة بمستوى عينيه وفي متناول يده.
٤. من المحبذ السماح للطفل بملامسة أغراض متنوعة اللمس والتركيبية: منها الخشنة والناعمة والصلبة. يجب الانتباه للأغراض التي يفضلها عن غيرها.
٥. أفضل غذاء للطفل هو حليب الأم الذي يساهم في نموه وتطوره. لا حاجة لإضافة أي مشروب للغذاء ولا حاجة للمشروبات المحلاة.
٦. من المحبذ أن نقدم للطفل ألعاباً تحفزه على الحركة وتستثير جميع حواسه مثل لعبة ملونة تصدر صوتاً وذات ملمس متغير. من المحبذ كذلك وضع لعبة مناسبة في كل واحدة من كفتي يد الطفل بالتناوب. كما بالإمكان إعطائه، في وقت إستحمامه، لعبة تعوم في الماء.
٧. من المحبذ متابعة كل نشاط يقوم به الطفل بالكلام: نخاطب الطفل بصوت ناعم ولطيف ونغني له ونتيح له أن يتجاوب معنا ويكرر الأصوات والمقاطع اللفظية التي يصدرها مع الحفاظ على التواصل معه بالعينين.
٨. من المحبذ اصطحاب الطفل في عربة أو محمل للتنزه في الخارج وإلباسه لباساً يتناسب مع فصول السنة وحالة الطقس. يهتم الطفل بالبيئة المحيطة به ومن الأفضل أن نشرح له عنها.