

## الزيارة في عمر 4 شهور

### اللغة



يحب طفلك أن ترسمي  
الوجوه ويحب الإيماءات  
والتحدث والقراءة والغناء له.  
وقد يبدو الأمر سخيفًا بعض  
الشيء لأنه لا يفهم حقًا حتى الآن. لكن لا بأس بذلك.  
لا يزال من المفيد التحدث عن الأشياء التي تفعليها  
وتشاهدينها. اقرئي الكتب له لأن الأطفال حتى في هذا  
العمر يستمتعون بها. ولا بأس إذا لم تنتهي من الكتاب  
أو تقرأي كل صفحة. ومن المهم أن يستمع إلى صوتك  
ويجلس معك. ويمكنك الغناء في أي وقت. استمتعي  
بغناء أغنية تحبينها أو ألفي أغنيتك عن كل ما تفعلينه.

### إدارة المشاعر



تتمثل الخطوة الأولى في  
مساعدة الطفل على تعلم  
التهدئة الذاتية بتهدئته عندما  
يبكي. وليس من السهل في  
بعض الأحيان معرفة ما يحتاج إليه أو يريده. وقد  
يكون سماع بكاء الطفل مرهقًا ومحبطًا. وإذا  
كنت تشعرين بالإرهاق، فلا بأس بالحصول على  
فترة راحة قصيرة. وتحتاج كل أم إلى فترة راحة.  
ضعي الطفل في مكان آمن (سرير أو صندوق لعب)  
وخذي نفسيًا عميقًا قليلًا. وعندما تشعرين بالهدوء،  
حاول تهدئته مرة أخرى. ومن المرجح أن يشعر  
طفلك بالهدوء إذا كنت هادئة.

### العلوم والرياضيات



قد يبدو أن طفلك صغير جدًا  
تعليم الرياضيات أو العلوم،  
لكنه ليس كذلك. وهو يتعلم  
بالفعل عن الأنماط عند  
إنشائها باستخدام الروتين  
اليومي. على سبيل المثال:  
تناول الغداء والحصول على قيلولة، ثم المشي إلى  
الحديقة. ويُعلم الروتين الأطفال أيضًا أن الأشياء  
تحدث بترتيب معين، وتعتبر مهارة رياضيات مبكرة.  
وسيساعد تعلم الأنماط البسيطة الآن طفلك على  
فهم الأنماط الأصعب لاحقًا.

### كتب جيدة للقراءة في هذا العمر:

- *Barnyard Dance!*  
تأليف ساندرا بوينتون
- *The I LOVE YOU Book*  
تأليف تود بار
- *Baby Faces*  
تأليف مارغريت ميلر
- *Welcome, Precious*  
تأليف نيكي غرايمز



## حل المشكلات



ربما لاحظت أن طفلك يكتسب المزيد من السيطرة على جسده ويتعلم التحرك لهدف ما. ويمكنك تشجيع نمو هذه القدرة الناشئة من خلال تقديم لعبة مناسبة للعمر ووضعها بعيدًا بما يكفي بحيث يجب عليهم التحرك للوصول إليها. وقومي بتحيته عندما يمسكها، كأن تقولي "حسنًا، لقد وصلت إليها!"

## المهارات البدنية



راقبي طفلك دائمًا عن قرب وحاولي الغناء أثناء وقت الاستلقاء على البطن. وضعيه على بطانية على الأرض. وتعتبر الأسطح الصلبة أفضل للأطفال عند تعلم المهارات البدنية.

استلقي بحيث تكوني في مواجهته. ثم غني أغنية مثل "Old MacDonald". لكن استبدلي اسم "دونالد" باسم طفلك، على سبيل المثال، "Old MacJaden had a farm". وقد يكون قادرًا على البقاء على بطنه لفترة أطول إذا غنيت له. ويمكنك أيضًا تجربة وقت الاستلقاء على البطن أمام المرأة. وعندما يتعب طفلك ويبدأ بالانزعاج، اقلبيه للحصول على استراحة.



## الفن والموسيقى

قومي بتشغيل الموسيقى التي تحبينها واستمتعي بها مع طفلك. وتأكدتي من سند رقبته أثناء الرقص والدوران. لاحظي الحركات التي يحبها طفلك. السريعة أم البطيئة؟ المرتفعة أم المنخفضة؟ بدلي الحركات وشاهدي رد فعله. جربي أنواعًا مختلفة من الموسيقى واكتشفي ما يفضله - البطيئة أو السريعة أو الهادئة أو المبهجة.