

نمو وتطور الطفل الذي عمره سنتين

2-vuotiaan lapsen kasvu ja kehitys (arabia)



يبدأ الطفل الذي عمره سنتين بالتعبير بشكل مُشدد عن وجهة نظره وإرادته. يفضل الطفل أن يلعب بمفرده ولكنه يعود من حين لآخر إلى والده أو والدته كي يحتضنه ويشعر بالأمان. يتطور كلام الطفل ويزداد تعامله بشكل ذاتي.

تناول الطعام وصحة الفم

يساعد انتظام مواعيد تناول الطعام وتنوع النظام الغذائي الطفل على تحمل نشاطات اليوم ويدعم صحته. لا يستطيع الطفل أن يأكل كثيرًا خلال مرة واحدة وشهيته للطعام من الممكن أن تكون متفاوتة. قدّم الطعام للطفل بقدر كثير بما فيه الكفاية، ما مجموعه ٤ - ٥ وجبات في اليوم. الأوقات المشتركة لتناول الطعام للعائلة تدعم العادات الصحية لتناول الطعام للطفل.

تنظيف الأسنان بالفرشاة بمعجون أسنان يحتوي على الفلور صباحًا ومساءً يُعتبر أمرًا روتينيًا مهمًا. من الممكن إعطاء الطفل قرص كسيليتول بعد كل وجبة طعام.



قدّم الطعام للطفل بقدر كثير بما فيه الكفاية، ما مجموعه ٤ - ٥ وجبات في اليوم.

نظّف أسنان الطفل بالفرشاة صباحًا ومساءً بمعجون أسنان يحتوي على الفلور.

اعط الطفل قرص كسيليتول بعد كل وجبة طعام.

النوم

الطفل الذي عمره سنتين ينام في العادة مرة واحدة في النهار. الحاجة إلى النوم فردية. غالباً ما يُصبح النوم خلال النهار أقصر. من الممكن ألا ينام الطفل على الإطلاق خلال النهار عندما يقترب من سن 3 سنوات. ينام الأطفال أو يستريحون لفترة قصيرة في منتصف النهار في حضانة الأطفال.

الفعاليات الروتينية المسائية المألوفة والمنتظمة تساعد الطفل على الهدوء والنوم. من الممكن التدرب مع الطفل على أن ينام بمفرده. يحتاج بعض الأطفال إلى مساعدة الوالدة كي يناموا.

مهارات استخدام المراض لقضاء الحاجة

يتعلّم الأطفال الاستغناء عن الحفاضة وقضاء الحاجة حسب الوتيرة الفردية. يتعلّم بعض الأطفال الاستغناء عن الحفاضة وقضاء الحاجة في سن ٢ - ٣ سنوات، ولا يزال يحتاج بعض الأطفال إلى الحفاضة. من الجيد التدرب مع الطفل على قضاء الحاجة باستخدام المراض واستخدام القعدة وكذلك غسل اليدين. قد لا يدرك الطفل بالضرورة حاجته إلى قضاء حاجته. قم بتشجيع الطفل وتحفيزه عندما ينجح ويستطيع التدرب حتى ولو لفترات قصيرة.



النشاط الحركي والمهارات اليدوية

مهارات الحركة للطفل الذي يبلغ سنتين من عمره تتطور بسرعة. يتدرب بعض الأطفال بشجاعة على مهاراتهم وبعض الأطفال يكونون أكثر حذرًا. تتطور المهارات في بيئات مختلفة في الداخل والخارج. بستان اللعب والغابة هي أماكن جيدة للتدرب على الحركة.

تتطور المهارات اليدوية للطفل. من الممكن التدرب على المهارات اليدوية على سبيل المثال من خلال بناء المكعبات وإعداد ألعاب القطع.



الإرادة الشخصية وفرض الحدود

غالبًا ما يُعبر الأطفال الذين يبلغون سنتين من أعمارهم بشدة عن إرادتهم. يظهر ذلك لدى بعض الأطفال على هيئة مشاعر شديدة وتجريب للحدود. تعبر هذه المرحلة لدى بعض الأطفال بشكل هادئ بقدر أكثر. يكون لا يزال من الصعب بالنسبة للطفل أن يُبلغ عن المشاعر بالكلمات. من الممكن أن تكون لدى الطفل أيضًا مختلف المخاوف، عندما يتطور خياله. من المهم أن يفهم الوالد/ة مشاعر الطفل. من الممكن تسمية المشاعر مع الطفل معًا.

الرفض وفرض الحدود من الممكن أن تُسبب غضب الطفل. من المهم أن يلتزم الوالدان بالحدود بهدوء وبحزم. لا يفهم الطفل بشكل تام ما يستطيع فعله وما يُسمح له بفعله. يتوجب أن يحرص الوالدان على أمن وسلامة الطفل وكذلك عند الحاجة منع الطفل أو فرض حدود له.



تطور الكلام

يتطور الكلام بوتيرة فردية. يتكلم معظم الأطفال في سن سنتين عدة كلمات. العديد منهم ينطقون جمل تحتوي على كلمتين أو ثلاث كلمات. يتعلم الطفل بالسؤال. قراءة الكتب والأناشيد والموسيقى تدعم تعلم الكلمات وتطور النطق.

عندما يتم الحديث مع الطفل بعدة لغات مختلفة، فمن الممكن أن يتطور كلام الطفل بقدر أبطأ بقليل. من المهم أن يتكلم الوالدان مع الطفل كل بلغته الأم. من الأسهل بالنسبة للطفل حينئذ أن يتعلم لغات أخرى أيضاً.

يُوصى أن يكون الوقت المخصص لمشاهدة الشاشات للطفل الذي يبلغ سنتين من عمره ساعة واحدة يومياً كحد أقصى. من المهم أن يشاهد الطفل على الشاشة فقط البرامج أو الفيديو هات المناسبة لعمره. إذا كان الوقت المخصص لمشاهدة الشاشات كثيراً بشكل مفرط فقد يسبب ذلك اضطراباً وتهيجاً وصعوبة في التركيز. كما أن ذلك من الممكن أن يُزعج نوم الطفل أيضاً.



يتطور الكلام بوتيرة فردية.

تكلم مع الطفل بلغتك الأم.

قراءة الكتب والأناشيد والموسيقى تدعم تطور كلام الطفل.

اللعب والمهارات الاجتماعية

الطفل الذي يبلغ سنتين من عمره يشعر بالفرح بصحبة الأطفال الآخرين. الطفل غير قادر دائماً على المشاركة في اللعب الجماعي، لكنه يلعب بجانب الأطفال الآخرين. يسير اللعب أحياناً بسلاسة بالتوافق ولكن من الممكن أن يعرض الطفل أحياناً أو يشد من الشعر أو يأخذ لعبة من يد طفل آخر.

من الجيد أن يكون الشخص البالغ قريباً عندما يلعب الأطفال معاً. من المهم إبلاغ الطفل أنه لا يجوز إيذاء الشخص الآخر. هكذا يتعلم الطفل أن يأخذ بعين الاعتبار مشاعر الآخرين وفهم الضوابط والنظم للألعاب المشتركة.

يدأوم بعض الأطفال في حضانة الأطفال. من الممكن أن يكون الطفل منفصلاً بسبب انفصاله عن الوالد/الوالدة. عندما يحصل الطفل على القدر الكافي من الأمان والرعاية، يثق بأن الوالد/ة سيعود.





Euroopan unionin
osarahoitama

مشروع Niitty 2 (٢٠٢٣-٢٠٢٦)

معًا من أجل حياة يومية جيدة للعائلات
المهاجرة

معلومات إضافية عن المشروع
<https://projects.tuni.fi/niitty2/>

بوابة معلومات الأسرة
tuni.fi/perheinfo

المصادر ومعلومات إضافية

Neuvokas perhe. <https://neuvokasperhe.fi/>

NEUKO. المعهد الوطني للصحة والرفاه. قاعدة بيانات

<https://thl.fi/aiheet/lapset-nuoret-ja-perheet/sote-palvelut/aitiys-ja-lastenneuvola/neuko-tietokanta>

Mannerheimin lastensuojeluliitto. <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/>

المعهد الوطني للصحة والرفاه ولجنة الدولة للتغذية

نأكل معًا – توصيات غذائية للأسر التي لديها أطفال

<https://www.julkari.fi/handle/10024/137459>

مكتبة الصحة. النمو والتطور في مراحل العمر المختلفة.

<https://www.terveyskirjasto.fi/pla00018#s3>

الصور

مشروع Niitty 2

تم التقاط الصور في ٢٠٢٥، ٢٠٢١، Pixabay

©waridsara, Irina Schmidt, 4frame group, Андрей Журавлев, Анна

Демидова, Africa Studio – stock.adobe.com



Pirkanmaan
hyvinvointialue



TAMPERE