

Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

ΑΥΞΗΣΗ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΗ:

Καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν, **αυξάνονται** σε μέγεθος στο ολικό σώμα ή στα μέρη του. Αυτές είναι ποσοτικές αλλαγές και μετριούνται σε κιλά, εκατοστά, κτλ. Παρακολουθούμε την αύξηση σε ένα παιδί, από τη γέννησή του, μετρώντας το βάρος, το μήκος ή το ύψος και την περίμετρο του κεφαλιού.

Ταυτόχρονα, τα παιδιά, από τη γέννησή τους **αναπτύσσονται**, κατακτώντας ολοένα περισσότερες δεξιότητες και αυξάνοντας τη λειτουργικότητά τους. Η Ανάπτυξη ή Νευροανάπτυξη αφορά ποιοτικές αλλαγές, όλο και πιο σύνθετες, με στόχο την προσαρμογή. Μετριέται με «παρατηρήσεις» και πληροφορίες που λαμβάνονται από τους γονείς.

ΣΤΑΔΙΑ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Η ανάπτυξη του παιδιού συνδέεται με την ωρίμανση του κεντρικού νευρικού συστήματος. Παρότι μιλάμε για «στάδια ανάπτυξης» στην πραγματικότητα πρόκειται για μία συνεχόμενη διαδικασία η οποία ακολουθεί μία προβλέψιμη ακολουθία. Κάθε στάδιο ανάπτυξης εξαρτάται από το προηγούμενο. Ο ρυθμός αύξησης και ανάπτυξης ποικίλει από παιδί σε παιδί και είναι πιο έντονος σε κάποιες χρονικές περιόδους.

ΤΟΜΕΙΣ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Η ανάπτυξη του παιδιού περιλαμβάνει 4 τομείς:

- α) την Κινητικότητα και ειδικότερα την αδρή κινητικότητα (πώς ένα παιδί στηρίζει τον αυχένα, τον κορμό, βαδίζει, κτλ), τη λεπτή κινητικότητα (πώς ένα παιδί πιάνει με το χέρι του, γράφει κτλ).
- β) την Επικοινωνία και ειδικότερα τον αντιληπτικό και εκφραστικό λόγο
- γ) τις Νοητικές λειτουργίες/προσαρμογή
- δ) την Κοινωνική και Συναισθηματική Ανάπτυξη

ΟΡΟΣΗΜΑ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

Οι σημαντικές και χαρακτηριστικές δεξιότητες των παιδιών, όπως το να χαμογελάσει σε κάποιον για πρώτη φορά, τα πρώτα ανεξάρτητα βήματα, οι πρώτες λέξεις με νόημα και άλλα, λέγονται αναπτυξιακά ορόσημα. Τα παιδιά κατακτούν ορόσημα σε όλους τους τομείς, δηλαδή στο πώς μιλάνε, κινούνται, παίζουν, μαθαίνουν. Για κάθε ορόσημο υπάρχει ένα φυσιολογικό ηλικιακό εύρος στο οποίο εμφανίζεται π.χ. ένα παιδί εκφράζει την πρώτη λέξη με νόημα από 7 ως 14 μηνών. Αν περάσει η ηλικία αυτή και το παιδί δεν έχει κατακτήσει τη συγκεκριμένη δεξιότητα, θα πρέπει πιθανώς να εξεταστεί από το παιδίατρο του ή από έναν Αναπτυξιακό Παιδίατρο.

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

ΔΥΟ ΜΗΝΩΝ:

Κοινωνική ανάπτυξη:

- προσπαθούν να κοιτάξουν το γονέα και προσέχουν τα πρόσωπα
- ξεκινούν να αναγνωρίζουν το γονέα
- ξεκινούν να χαμογελούν σε ανθρώπους
- ξεκινούν να παρακολουθούν αντικείμενα
- ξεκινούν να χαίρονται & να εκδηλώνουν τις επιθυμίες τους με φωνές/κλάμα

Γλώσσα-επικοινωνία:

- βγάζουν ήχους-απλές φωνούλες
- γυρνούν το κεφάλι στους ήχους

Κινητικότητα:

- στηρίζουν το κεφάλι & προσπαθούν να ανασηκωθούν όταν είναι στην πρηνή θέση (μπρούμυτα)
- κάνουν απαλές κινήσεις με τα μέλη του σώματος

Είναι ανησυχητικό, όταν ένα βρέφος 2 μηνών:

- δεν ανταποκρίνεται σε δυνατούς ήχους
- δεν παρακολουθεί πράγματα, καθώς κινούνται.
- δε χαμογελά μερικές φορές σε ανθρώπους
- δε φέρνει τα χέρια στο στόμα
- δεν ανασηκώνει το κεφάλι του στην πρηνή θέση.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ για το βρέφος 2 μηνών: Προσπαθήστε να κοιτάζετε το μωρό σας στα μάτια και να του χαμογελάτε. Να ανταποκρίνεστε με χαμόγελο όταν σας χαμογελάει. Να μιλάτε στο μωρό σας σε απαλό τόνο και με γλυκό τρόπο: απλές «μωρουδίστικες» κουβεντούλες χρωματίζοντας τη φωνή σας. Αγκαλιάζετε συχνά το μωρό σας, κρατώντας επαφή δέρμα με δέρμα.

ΕΞΙ ΜΗΝΩΝ:

Κοινωνική ανάπτυξη:

- γνωρίζουν τα οικεία πρόσωπα
- αλληλεπιδρούν (παίζουν) με τους γονείς
- ανταποκρίνονται στα συναισθήματα των άλλων, συχνά φαίνονται χαρούμενα
- αρχίζουν να διαφοροποιούν τα πρόσωπα της οικογένειας από τους ξένους

Γλώσσα-επικοινωνία:

- ανταποκρίνονται σε ήχους - παράγουν ήχους
- αναγνωρίζουν και ανταποκρίνονται στο όνομά τους

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

- εκπέμπουν φωνήεντα και τους αρέσει να αλληλεπιδρούν με το γονέα εκφράζοντάς τα εναλλάξ με αυτόν
- ξεκινούν να παράγουν ήχους συμφώνων, όπως «μ» και «μπ».
- παράγουν ήχους για να δείξουν χαρά ή μη-ικανοποίηση.

Νοητική ανάπτυξη:

- είναι περίεργα για τα αντικείμενα του περιβάλλοντός τους
- κοιτάζουν και περιεργάζονται το χώρο γύρω τους,
- φέρνουν πράγματα στο στόμα
- προσπαθούν να πιάσουν αντικείμενα εκτός της εμβέλειάς τους.
- ξεκινούν να μεταφέρουν αντικείμενα το ένα χέρι στο άλλο.

Αδρή κινητικότητα:

- γυρνούν στο πλάι και προς τις δυο κατευθύνσεις (από μπρούμυτα ανάσκελα και το αντίθετο)
- ξεκινούν να κάθονται χωρίς υποστήριξη
- όταν στέκονται όρθια υποβασταζόμενα, στηρίζουν το βάρος τους στα πόδια τους.

Είναι ανησυχητικό, όταν ένα βρέφος 6 μηνών:

- δεν προσπαθεί να πιάσει πράγματα που φτάνει
- δε δείχνει στοργή στα πρόσωπα φροντίδας
- δεν ανταποκρίνεται σε ήχους γύρω του
- δε φέρνει πράγματα στο στόμα
- δεν παράγει φωνήεντα
- δε γυρνά σε καμία κατεύθυνση στο πλάι
- δε γελά
- το σώμα του φαίνεται πολύ «χαλαρό» ή πολύ «σφιχτό»

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ για το βρέφος 6 μηνών: Χαμογελάτε και γελάτε με το μωρό σας. Να του μιλάτε σε απαλό τόνο χρωματίζοντας τη φωνή σας. Μιμηθείτε τις φωνούλες και τις εκφράσεις του/της. Μετακινήστε μπροστά του/της χρωματιστά αντικείμενα, ώστε να τα δει, να τα παρακολουθήσει και να τα πιάσει. Παίξτε διαδραστικά με το μωρό σας: μιμηθείτε το γελώντας, γαργαλήστε το, ή «περπατήστε» τα δάχτυλά σας πάνω του παίζοντας. Τραγουδήστε του. Καλέστε το με το όνομά του/της.

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

ΕΝΝΕΑ ΜΗΝΩΝ:

Κοινωνική ανάπτυξη:

- μπορεί να είναι προσκολλημένα στους οικείους ενήλικες,
- να φοβούνται τους ξένους
- να ξεχωρίζουν τα αγαπημένα τους παιχνίδια.

Γλώσσα-επικοινωνία:

- «βαβίζουν» ή «μπαμπαλίζουν», παράγοντας μια ποικιλία διαφορετικών ήχων
- αναπαράγουν ήχους και χειρονομίες των άλλων
- δείχνουν με το δάχτυλο
- καταλαβαίνουν το «όχι»

Νοητική ανάπτυξη:

- παρακολουθούν την πορεία αντικειμένου, καθώς πέφτει,
- ψάχνουν για πράγματα που κρύβει ένας ενήλικας και μπορούν να παίξουν «κου-κου-τσα»

Λεπτή κινητικότητα:

- πιάνουν μικρά αντικείμενα με τον αντίχειρα και το δείκτη (διποδική λαβή).

Αδρή κινητικότητα

- στέκονται όρθια αν κρατηθούν
- σηκώνονται όρθια (χρησιμοποιώντας π.χ. τα έπιπλα)
- αρχίζουν να μπουσουλάνε

Είναι ανησυχητικό, όταν ένα βρέφος 9 μηνών:

- δεν κρατάει το βάρος του στα πόδια του, όταν υποστηρίζεται.
- δεν κάθεται χωρίς βοήθεια.
- δεν «βαβίζει»
- δεν παίζει παιχνίδια αλληλεπίδρασης με ενήλικες
- δεν ανταποκρίνεται στο όνομά του/της
- δεν αναγνωρίζει οικεία πρόσωπα
- δεν κοιτάζει εκεί που του δείχνουν
- δε μεταφέρει παιχνίδια από το ένα χέρι στο άλλο

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ για το βρέφος 9 μηνών:

Να καλείτε το βρέφος σας με το όνομά του/της, όσο πιο συχνά μπορείτε. Χαμογελάτε και γελάτε με το μωρό σας. Να του μιλάτε σε απαλό τόνο, χρωματίζοντας τη φωνή σας. Μιμηθείτε τις φωνούλες και τις εκφράσεις του/της (βάβισμα). Δώστε του να φτάσει, να

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

αγγίζει, να παίζει με ασφαλή, καθαρά και χρωματιστά παιχνίδια, τα οποία μπορεί να τα περιεργάζεται για λίγο ή να τα κουνάει, χτυπάει ή πετάει. Δείξτε του και δώστε του απλά βιβλία με εικόνες, απλά παζλ ή γάντι δάχτυλο-μαριονέτες ώστε να διεγείρετε την περιέργειά του και να μάθει καινούρια πράγματα. Κρύψτε του αντικείμενα στο οπτικό του πεδίο (π.χ. κάτω από ένα ύφασμα) και ενθαρρύνετε το να τα βρει.

ΔΩΔΕΚΑ ΜΗΝΩΝ:

Κοινωνική Ανάπτυξη:

- βρέφη ντροπαλά ή νευρικά με τους ξένους
- κλαίνει όταν φεύγουν οι γονείς τους
- έχουν αγαπημένα παιχνίδια και άτομα
- φοβούνται σε ορισμένες περιστάσεις
- αρχίζουν να φέρνουν πράγματα για να τα δείξουν
- επαναλαμβάνουν ήχους ή πράξεις για να κερδίσουν την προσοχή
- βοηθάνε με το ντύσιμο-γδύσιμο δίνοντας το χέρι τους,
- παίζουν «κου-κου-τσα

Γλώσσα-επικοινωνία:

- ανταποκρίνονται σε απλές λεκτικές εντολές
- κάνουν απλές χειρονομίες, όπως «όχι», ή «γεια»
- παράγουν ήχους με διαφορετικό τόνο, «σαν ομιλία», λένε «μαμά»-«μπαμπά»
- προσπαθούν να επαναλάβουν λέξεις που τους λένε οι άλλοι

Νοητική ανάπτυξη:

- εξερευνούν το περιβάλλον πετώντας, χτυπώντας, κουνώντας αντικείμενα.
- βρίσκουν εύκολα κρυμμένα πράγματα,
- κοιτάζουν τη σωστή εικόνα ή αντικείμενο, όταν τους το ονομάζουν
- μιμούνται κινήσεις και χειρονομίες
- χρησιμοποιούν τα αντικείμενα με τη σωστή τους χρήση (π.χ. πίνουν από κύπελο)
- βάζουν και βγάζουν αντικείμενα μέσα σε/από κουτί
- δείχνουν με το δείκτη
- ακολουθούν απλές εντολές

Αδρή κινητικότητα:

- περπατούν με υποστήριξη ή υποβασταζόμενα από έπιπλα
- στέκονται όρθια και κάνουν λίγα βήματα χωρίς υποστήριξη

Είναι ανησυχητικό, όταν ένα βρέφος 12 μηνών:

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

- δεν μπουσουλάει
- δε στέκεται όταν υποστηρίζεται
- δεν ψάχνει για κρυμμένα αντικείμενα
- δε μαθαίνει χειρονομίες, όπως να χαιρετά
- δε δείχνει
- έχει χάσει ικανότητες που είχε κερδίσει.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ για το βρέφος 12 μηνών:

Παίξτε «κου-κου-τσα» και κρύψτε του αντικείμενα, στο οπτικό του πεδίο, ενθαρρύνοντάς το να τα βρει. Να του λέτε τα ονόματα των ανθρώπων και των πραγμάτων στο περιβάλλον του. Δείξτε του πώς να επικοινωνεί με χειρονομίες, π.χ. να χαιρετάει με το χέρι, συνδέοντας την κίνηση με την αντίστοιχη λέξη π.χ. «γεια». Δείξτε τα μέρη σώματος (π.χ. μάτια, μαλλιά) μιας κούκλας, τα δικά του και τα δικά σας συνδέοντάς τα με την αντίστοιχη λέξη. Δώστε του να βάλει και να βγάλει αντικείμενα μέσα και έξω από κουτί. Ρωτήστε απλές ερωτήσεις ώστε να ενθαρρύνετε την αλληλεπίδραση.

ΔΕΚΑΟΚΤΩ ΜΗΝΕΣ:

Κοινωνική ανάπτυξη:

- μπορεί να φοβούνται τους ξένους αλλά να δείχνουν στοργή στους οικείους
- τους αρέσει να παίζουν, δίνοντας πράγματα στους άλλους
- κάνουν απλό παιχνίδι προσποίησης (όπως το να ταΐζουν μια κούκλα)
- δείχνουν με το δάχτυλο για να εκφράσουν το ενδιαφέρον τους για κάτι
- εξερευνούν το περιβάλλον μόνα τους, αλλά κοντά στους γονείς, στους οποίους μπορεί να προσκολλώνται σε νέες καταστάσεις
- μπορεί να έχουν κρίσεις θυμού

Γλώσσα-επικοινωνία:

- λένε πολλές απλές λέξεις
- λένε και δείχνουν το «όχι»
- δείχνουν αυτό που θέλουν

Νοητική ανάπτυξη:

- γνωρίζουν τη χρήση απλών πραγμάτων, όπως το τηλέφωνο, η βούρτσα, το κουτάλι
- δείχνουν για να κερδίσουν την προσοχή των άλλων
- παίζουν παιχνίδι προσποίησης
- δείχνουν απλά μέρη του σώματος
- γράφουν γραμμές
- ακολουθούν απλές λεκτικές εντολές, χωρίς να συνοδεύονται από αντίστοιχες χειρονομίες (π.χ. κάθισε κάτω και κάθονται)

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

Αδρή κινητικότητα:

- περπατούν ανεξάρτητα,
- ανεβαίνουν σκαλοπάτι με βοήθεια και τρέχουν
- μπορούν να τραβούν παιχνίδια, ενώ περπατούν

Λεπτή κινητικότητα:

- μπορούν να βοηθήσουν στο γδύσιμο
- πίνουν από κύπελλο
- τρώνε με κουτάλι.

Είναι ανησυχητικό, όταν ένα νήπιο 18 μηνών:

- δε χρησιμοποιεί το δείκτη του για να δείξει πράγματα στους άλλους
- δεν μπορεί να περπατήσει
- δε γνωρίζει τη χρήση απλών αντικειμένων
- δεν μιμείται τους άλλους.
- δεν μαθαίνει καινούριες λέξεις.
- δε λέει τουλάχιστον 6 λέξεις.
- δεν ενδιαφέρεται, όταν ένα πρόσωπο φροντίδας αποχωρεί από το χώρο ή εμφανίζεται σε αυτόν
- χάνει δεξιότητες που είχε αποκτήσει προηγουμένως

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ για το νήπιο 18 μηνών:

Χρησιμοποιήστε κάθε ευκαιρία για να εμπλακείτε σε διάλογο, κάνοντας απλές ερωτήσεις και κοιτάζοντας το παιδί στα μάτια. Δώστε προσοχή σ' αυτά που δείχνει και ονομάστε τα. Ονομάστε επίσης απλά αντικείμενα της καθημερινής ζωής καθώς τα χρησιμοποιείτε. Δώστε του να βάζει και να βγάζει αντικείμενα μέσα και έξω από κουτί, περιγράφοντας ταυτόχρονα τη διαδικασία. Παίξτε μαζί του σε κάθε ευκαιρία και μετατρέψτε σε παιχνίδι κάθε δραστηριότητα. Ενθαρρύνετε το παιχνίδι προσποίησης και. Μίμησης. Κρύψτε του αντικείμενα, στο οπτικό του πεδίο, ενθαρρύνοντάς το να τα βρει. Δείξτε του και ονομάστε τα μέρη σώματος. Βάλτε απλά όρια χρησιμοποιώντας κυρίως τον έπαινο και τη θετική προσοχή.

ΔΥΟ ΕΤΗ:

Κοινωνική ανάπτυξη:

- μιμούνται τους άλλους, ενήλικες και παιδιά
- ενδιαφέρονται για άλλα παιδιά και χαίρονται, όταν είναι μαζί τους
- αρχίζουν να είναι ανεξάρτητα και να μπορεί να δείχνουν αντιθετικές συμπεριφορές
- παίζουν κυρίως παράλληλα με άλλα παιδιά, δηλαδή το ένα παιδί δίπλα στο άλλο, χωρίς να παίζουν μαζί, αρχίζουν όμως να αλληλεπιδρούν σε κινητικά παιχνίδια, όπως το κυνηγητό.

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

Γλώσσα-επικοινωνία:

- δείχνουν αντικείμενα ή εικόνες όταν τους τα ονομάζουν
- λένε ονόματα οικείων προσώπων και μερών του σώματος
- λένε προτάσεις 2-4 λέξεων
- ακολουθούν απλές οδηγίες
- επαναλαμβάνουν λέξεις που ακούνε σε συζητήσεις
- δείχνουν πράγματα σε βιβλίο

Νοητική ανάπτυξη:

- βρίσκουν αντικείμενα που είναι κρυμμένα σε πολλά επίπεδα
- ξεκινούν να ξεχωρίζουν σχήματα και χρώματα
- ολοκληρώνουν φράσεις σε οικεία βιβλία,
- παίζουν απλά παιχνίδια προσποίησης/φαντασίας
- ακολουθούν διπλές εντολές
- ονομάζουν αντικείμενα σε εικόνες βιβλίων

Αδρή κινητικότητα:

- στέκονται στις μύτες των ποδιών
- κλωτσάνε μπάλα, πετάνε μπάλα ψηλά
- τρέχουν, σκαρφαλώνουν στα έπιπλα (ανεβαίνουν και κατεβαίνουν) χωρίς βοήθεια
- ανεβοκατεβαίνουν σκάλες, ενώ κρατούνται από το χέρι

Λεπτή κινητικότητα:

- χτίζουν πύργο με 4 τουλάχιστον τούβλα
- γράφουν και αντιγράφουν γραμμές και κύκλους
- ξεκινούν να επιλέγουν κυρίαρχο χέρι

Είναι ανησυχητικό, όταν ένα νήπιο 2 ετών:

- δεν κάνει προτάσεις δύο λέξεων
- δε γνωρίζει τη χρήση απλών αντικειμένων (όπως το κουτάλι, η βούρτσα, το τηλέφωνο)
- δε μιμείται λέξεις, πράξεις ή εκφράσεις
- δεν ακολουθεί απλές εντολές
- δεν περπατά σταθερά
- χάνει δεξιότητες που είχε αποκτήσει προηγουμένως

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ για το νήπιο 2 ετών:

Ρωτήστε απλές ερωτήσεις και δώστε προσοχή στις απαντήσεις. Ενθαρρύνετε το παιδί σας να μιλήσει ρωτώντας απλά πράγματα, όπως «τι είναι αυτό;», «ποια μπάλα είναι μεγαλύτερη;»

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

κα άλλα. Διαβάστε ένα βιβλίο και κάνετε απλές ερωτήσεις πάνω σ' αυτό. Παίξτε με τουβλάκια, παζλ και απλά ενσφηνώματα και σχήματα. Δείξτε τους να γράψουν και αντιγράψουν γραμμές και κύκλους σε χαρτί. Παίξτε μαζί τους με τη μπάλα. Κρύψτε αντικείμενα στο δωμάτιο και βοηθήστε τους να τα βρουν με υποδείξεις. Ενθαρρύνετε το παιδί σας να εξερευνήσει το περιβάλλον του με ασφάλεια και συνεχή επίβλεψη. Χρησιμοποιήστε τις αρχές της θετικής πειθαρχίας.

ΤΡΙΑ ΕΤΗ:

Κοινωνική ανάπτυξη:

- μιμούνται και αντιγράφουν τους άλλους, ενήλικες και παιδιά
- δείχνουν αυθόρμητα στοργή στα άλλα παιδιά-φίλους τους και χαίρονται, όταν είναι μαζί τους
- εκφράζουν ένα ευρύ φάσμα συναισθημάτων
- εκφράζουν ανησυχία για παιδί που κλαίει
- μπορούν να κρατήσουν τη σειρά τους σε ένα παιχνίδι
- διακρίνουν το «δικό μου» από το «δικό σου»
- αρχίζουν να είναι ανεξάρτητα στο ντύσιμο-γδύσιμο.
- αποχωρίζεται εύκολα από τους γονείς
- μπορεί να εκνευρίζονται με μεγάλες αλλαγές στη ρουτίνα

Γλώσσα-Επικοινωνία:

- Ακολουθούν οδηγίες με 2-3 βήματα
- Ονομάζουν τα περισσότερα οικεία αντικείμενα
- Κατανοούν λέξεις όπως «μέσα», «πάνω», «κάτω»
- Λένε το όνομα, ηλικία και φύλο τους
- Ονομάζουν έναν/μία φίλο/η
- Είναι κατανοητοί από ξένους στο μεγαλύτερο μέρος της ομιλίας τους
- Κάνουν σύντομη συζήτηση με 2-3 προτάσεις
- Λένε λέξεις όπως «εγώ», «εμένα», «εμείς», «εσύ» και κάποιους πληθυντικούς

Νοητική ανάπτυξη:

- μπορούν να λειτουργήσουν παιχνίδια με κουμπιά, μοχλούς και κινούμενα μέρη
- παίζουν παιχνίδι προσποίησης και φανταστικό παιχνίδι με κούκλες και ζωάκια
- κάνουν παζλ με 3-4 κομμάτια
- αντιγράφουν κύκλο με μολύβι
- κάνουν πύργο με περισσότερους από 6 κύβους
- γυρίζουν τις σελίδες βιβλίου, μία τη φορά
- κατανοούν την έννοια του «δύο»

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

- βιδώνουν και ξεβιδώνουν τα καπάκια βάζων ή γυρίζουν το χερούλι της πόρτας

Κινητική ανάπτυξη:

- σκαφαλώνουν καλά
- τρέχουν εύκολα
- κάνουν τρίκυκλο
- ανεβοκατεβαίνουν σκάλες, εναλλάσσοντας πόδι

Είναι ανησυχητικό, όταν ένα νήπιο 3 ετών:

- πέφτει συχνά, ή δεν ανεβαίνει σκάλες
- έχει έντονη σιελόρροια, ή δεν μιλάει καθόλου καθαρά
- δεν μπορεί να παίξει απλά παιχνίδια (ενσφηνώματα, παζλ, περιστρεφόμενες λαβές)
- δεν κάνει προτάσεις
- δεν κατανοεί απλές οδηγίες
- δεν παίζει παιχνίδι προσποίησης
- δεν θέλει να παίξει με άλλα παιδιά ή με παιχνίδια
- δεν κάνει βλεμματική επαφή
- χάνει δεξιότητες που είχε προηγουμένως κατακτήσει

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ για το νήπιο 3 ετών:

Κάνετε απλό διάλογο με το παιδί σας, με ερωτήσεις και απαντήσεις. Ενθαρρύνετε το να σας περιγράψει τη συνέχεια μιας ιστορίας. Διαβάστε ένα βιβλίο και κάνετε απλές ερωτήσεις πάνω σ' αυτό. Παίξτε με τουβλάκια, παζλ και απλά ενσφηνώματα και σχήματα. Δείξτε τους να γράψουν και αντιγράψουν σχήματα σε χαρτί. Ζωγραφίστε. Παίξτε μαζί τους με τη μπάλα. Προσπαθήστε να υποστηρίξετε το παιδί σας να κάνει πράγματα μόνο του (να ντυθεί, να γδυθεί, να φάει, να πλύνει τα χέρια του) χωρίς να τα κάνετε εσείς για αυτό. Δώστε του να κάνει μία μικρή δουλειά του σπιτιού (όπως να ποτίσει ένα φυτό). Χρησιμοποιήστε τον έπαινο και τις αρχές της θετικής πειθαρχίας. Δημιουργήστε προβλέψιμες ρουτίνες και προειδοποιήστε για τις αλλαγές.

ΤΕΣΣΕΡΑ ΕΤΗ:

Κοινωνικός τομέας:

- διασκεδάζουν να κάνουν καινούρια πράγματα
- παίζουν τους ρόλους της «μαμάς» και του «μπαμπά»
- παιχνίδι προσποίησης, όλο και πιο δημιουργικό
- προτιμούν να παίζουν με άλλα παιδιά
- συνεργάζονται με άλλα παιδιά
- συχνά δεν μπορούν να πουν τι είναι αληθινό και τι είναι παιχνίδι προσποίησης
- μιλάνε για το τι τους αρέσει/τι τους ενδιαφέρει

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

Γλώσσα-επικοινωνία:

- γνωρίζουν κάποιους γραμματικούς κανόνες, όπως το το «αυτός»/ «αυτή»
- τραγουδούν/λένε ποίημα από μνήμης
- λένε ιστορίες
- λένε όνομα και επίθετο

Νοητική ανάπτυξη:

- ξέρουν και ονομάζουν κάποια χρώματα και αριθμούς
- κατανοούν την έννοια του μετρήματος
- ξεκινούν να καταλαβαίνουν το χρόνο
- θυμούνται μέρη μιας ιστορίας
- καταλαβαίνουν το ίδιο/διαφορετικό
- ζωγραφίζουν άτομο με 2 /4 μέλη σώματος
- χρησιμοποιούν ψαλίδι
- ξεκινούν να Αντιγράφουν κεφαλαία γράμματα
- παίζουν κάρτες
- μπορούν να πουν τι νομίζουν ότι θα συμβεί στη συνέχεια σε ένα βιβλίο

Στην αδρή κινητικότητα

- χοροπηδούν και στέκονται στο ένα πόδι ως 2 δευτερόλεπτα
- πιάνουν μπάλα που τους πετάς τις περισσότερες φορές
- ρίχνει, κόβει (με επίβλεψη) και λιώνει το φαγητό του

Είναι ανησυχητικό, όταν ένα νήπιο 4 ετών:

- δεν μπορεί να πηδήξει στη θέση του
- δεν αντιγράφει σχέδιο
- δεν δείχνει ενδιαφέρον σε διαδραστικό ή παιχνίδι προσποίησης
- αγνοεί άλλα παιδιά ή δεν ανταποκρίνεται σε άτομα εκτός οικογένειας
- δυσκολεύεται/αντιδρά στο ντύσιμο, στον ύπνο, στη χρήση τουαλέτας
- δεν μπορεί να αναπαράξει μία αγαπημένη ιστορία
- δεν ακολουθεί εντολές 3 βημάτων
- δεν κατανοεί /χρησιμοποιεί τα πρόσωπα (εγώ/εσύ) σωστά
- δεν μιλά καθαρά
- Δεν καταλαβαίνει το ίδιο από το διαφορετικό
- χάνει δεξιότητες που είχε κατακτήσει

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ για το νήπιο 4 ετών:

Ενισχύστε το διάλογο με το παιδί σας. Ενθαρρύνετε το να σας αφηγηθεί ή να σας περιγράψει πώς πέρασε την ημέρα του στο σχολείο, μια αγαπημένη του ιστορία ή ταινία. Διαβάστε ένα βιβλίο και συζητήστε πάνω σ' αυτό. Παίξτε με τουβλάκια, παζλ και απλά

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

ενσφηνώματα και σχήματα. Ζωγραφίστε. Δώστε του να κάνει απλές δουλειές του σπιτιού. Χρησιμοποιήστε τον έπαινο και τις αρχές της θετικής πειθαρχίας. Δώστε απλές και σαφείς εντολές όταν θέλετε να θέσετε όρια. Δώστε στο παιδί σας απλές επιλογές για να αποφασίσει. Λειτουργήστε ως πρότυπο για τις επιθυμητές συμπεριφορές.

ΠΕΝΤΕ ΕΤΗ:

Κοινωνική ανάπτυξη:

- θέλουν να ευχαριστούν τους φίλους
- θέλουν να μοιάζουν στους φίλους του
- συμμορφώνονται συνήθως σε κανόνες
- τους αρέσει να τραγουδούν και να χορεύουν
- έχουν επίγνωση του φύλου τους
- μπορούν να πουν τι είναι αληθινό και τι παιχνίδι
- δείχνουν περισσότερη ανεξαρτησία
- μερικές φορές συνεργάζονται πολύ καλά και άλλοτε είναι απαιτητικά

Γλώσσα-επικοινωνία:

- μιλούν πολύ καθαρά
- λένε μία ιστορία με πλήρεις προτάσεις
- χρησιμοποιούν μέλλοντα χρόνο
- λένε όνομα και διεύθυνση

Νοητική ανάπτυξη:

- μετρούν 10 αντικείμενα και περισσότερο
- ζωγραφίζουν άνθρωπο με 6 τουλάχιστον μέρη σώματος
- γράφουν λίγα γράμματα-αριθμούς
- αντιγράφουν τρίγωνα και άλλα γεωμετρικά σχήματα
- γνωρίζουν καθημερινά πράγματα, όπως χρήματα και φαγητό

Αδρή κινητικότητα:

- στέκονται στο ένα πόδι για 10 δευτερόλεπτα
- χοροπηδάνε, κάνουν πηδηματάκια
- κάνουν κούνια, σκαφαλώνουν
- πηγαίνουν τουαλέτα μόνα τους
- χρησιμοποιούν κουτάλι και πιρούνι και μερικές φορές μαχαίρι

Είναι ανησυχητικό, όταν ένα νήπιο 5 ετών:

- δεν δείχνει εύρος συναισθημάτων

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>

- δείχνει ακραία συμπεριφορά (φοβίες, ντροπαλό, επιθετικό, θλιμμένο)
- δείχνει απόσυρση ή δεν είναι δραστήριο όπως συνήθως
- παρουσιάζει διάσπαση προσοχής, δυσκολία συγκέντρωσης σε μία δραστηριότητα για περισσότερο από 5 λεπτά
- δεν ανταποκρίνεται σε ανθρώπους, ή το κάνει πολύ επιφανειακά
- δεν παίζει ποικιλία παιχνιδιών και δραστηριοτήτων
- δεν ξεχωρίζει το αληθινό από το φανταστικό
- δεν λέει όνομα-επίθετο
- δεν χρησιμοποιεί πληθυντικό/παρελθοντικούς χρόνους κατάλληλα
- δεν μιλάει για τις καθημερινές του δραστηριότητες και εμπειρίες
- δεν ζωγραφίζει εικόνες
- δεν μπορεί να πλύνει δόντια, χέρια ή να ξεντυθεί χωρίς βοήθεια
- χάνει δεξιότητες που είχε προηγουμένως κερδίσει

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ για το νήπιο 5 ετών:

Ενισχύστε το διάλογο με το παιδί σας με πλήρεις προτάσεις. Ενθαρρύνετέ το να σας αφηγηθεί ή να σας περιγράψει πώς πέρασε την ημέρα του στο σχολείο, μια αγαπημένη του ιστορία ή ταινία. Διαβάστε ένα βιβλίο και συζητήστε πάνω σ' αυτό. Ενθαρρύνετέ το να παίζει αμοιβαία με παιδιά της ηλικίας του και να κρατάει τη σειρά του. Δώστε του να κάνει απλές δουλειές του σπιτιού. Ενισχύστε τις προγραφικές και προμαθηματικές του δεξιότητες αντιγράφοντας σχήματα και γράμματα και μετρώντας. Χρησιμοποιήστε τον έπαινο και τις αρχές της θετικής πειθαρχίας. Δώστε απλές και σαφείς εντολές όταν θέλετε να θέσετε όρια. Δώστε στο παιδί σας απλές επιλογές για να αποφασίσει. Λειτουργήστε ως πρότυπο για τις επιθυμητές συμπεριφορές.

Πηγές:

- <https://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/milestones/index.html>
- <https://www.unicef.org/parenting/child-development/your-babys-developmental-milestones>
- <https://childmind.org/guide/developmental-milestones/>
- <https://healthychildren.org/english/ages-stages/pages/default.aspx>
- <https://www.healthychildren.org/English/family-life/health-management/Pages/Milestones-Matter.aspx>