

UYKU DÜZENİ NASIL OLMALI?



1 aylık bebeklerde uyku düzeni ilk haftalarda düzensizlik gösterebilir. Ancak bebekler genellikle günde 15–18 saatini uykuda geçirir. 4 saatte 30 dakika kadar uyanık olabilir.

Bebeklerin gece gündüz ayrımı yapmaya başladığı ileri aylarda uykuları daha düzenli olur.

ÖNEMLİ

Bebğinizle konuşurken, şarkı söylerken, ona bir şeyler okurken yakınlaşın ve göz teması kurun.



BESLENME

0-12 ay bebek gelişimi açısından bebeğin ilk ay beslenmesi kritik bir öneme sahiptir. 1 aylık bebek beslenmesi için en ideal besin anne sütüdür. Yeni doğan bebeğiniz, 24 saat içinde 8-12 defa, yani 2-3 saatte bir beslenmek isteyebilir ama bu sıklık giderek azalır.

YENİ DOĞAN BEBEKLER GENELLİKLE İKİ SAATTE BİR EMME İHTİYACI DUYARLAR. GÜNDE EN AZ 8-12 DEFA EMZİRLMELERİ GELİŞİMLERİ AÇISINDAN ÖNEMLİDİR!



0-12 AY BEBEK GELİŞİMİ

ANNE—BABA REHBERİ





0-12 AY BEBEKLERDE SOSYAL-DUYGUSAL / FİZİKSEL / BİLİŞSEL GELİŞİM

SOSYAL-DUYGUSAL GELİŞİM

Bebeğinizin bir yaşına doğru çıkardığı kendine has seslerle artık gerçek bir diyaloga giriyormuş gibi hissedersiniz. İlk defa “anne” ve “baba” dediğini duyabilirsiniz. Bu dönemde tanımadığı insanlarla yalnız kalmaktan, ebeveynlerinden ayrılmaktan hoşlanmayabilir.



FİZİKSEL GELİŞİM

Bebeğiniz artık tam bir kaşif! Emekleyerek nasıl da evin her yerini gezebildiğine şaşıracaksınız. Birinci yaşını doldurmadan birkaç adım atmaya bile başlayabilir. Yemeklerini parmaklarıyla tutmaya başlayabilir ve kendine yedirmeyi deneyebilir.

BİLİŞSEL GELİŞİM

Çok yakında kelime haznesinin hızlıca gelişmesine tanık olacaksınız, ama o zamana kadar sizi çıkardığı farklı sesler mimikleriyle kendisini ifade etmeye devam edecek. En keyif aldığı oyunlar ce-e, saklambaç, telefonda konuşur gibi yapmak ve objeleri bir yere yerleştirme ve oradan geri çıkarma oyunlarıdır.



ARNAVUTKÖY REHBERLİK VE
ARAŞTIRMA MERKEZİ