

ਬੱਚੇ ਦਾ ਵਿਕਾਸ

ਸਰੀਰਕ ਵਿਕਾਸ

ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਵਿਲੱਖਣ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਪਣੀ ਗਤੀ ਤੇ ਹੋਵੇਗਾ। ਪਰ ਅਜਿਹੇ ਕੁਝ ਆਮ ਮੀਲਪੱਥਰ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਸਦੇ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਹਰ ਦਿਨ ਲਗਭਗ 15 ਘੰਟੇ ਸੌਂਵੇਗਾ। ਉਸਦੀ ਨਜ਼ਰ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਤੇਜ਼ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਦਿਮਾਗ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਹੋਣਾ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ।

1^{ਲਾ} ਮਹੀਨਾ

- ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਰ ਘੱਟਦਾ ਹੈ ਫਿਰ ਵੱਧਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ 120 ਤੋਂ 240 ਗ੍ਰਾਮ (¼ ਤੋਂ ½ ਪਾਊਂਡ) ਪ੍ਰਤੀ ਹਫ਼ਤੇ
- ਸਿਰ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਤੁਹਾਡੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਪਛਾਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਚੱਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

2^{ਲਾ} ਮਹੀਨਾ

- ਟੰਮੀ ਤੇ ਲੇਟੇ ਹੋਏ ਸਿਰ ਨੂੰ ਅੱਧੇ ਰਸਤੇ ਤੱਕ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ
- ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਦਾ ਹੈ
- ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਰਿਲਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਿਲਦੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦਾ ਹੈ
- ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਹੱਥ ਅਗੇ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਪਕੜਦਾ ਹੈ

3^{ਲਾ} ਮਹੀਨਾ

- ਬਾਹਵਾਂ ਅਤੇ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉਂਦਾ ਹੈ
- ਪਿੱਠ ਤੋਂ ਪਾਸੇ ਵਲ ਮੁੜਦਾ ਹੈ
- ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਲਈ ਸਿਰ ਨੂੰ ਉੱਤੇ ਕਰਕੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ
- ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਲੰਬੀਆਂ ਮਿਆਦਾਂ ਲਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਕੜਦਾ ਹੈ
- ਬਾਹਵਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਹਿਲਾ ਕੇ ਮਾਰਦਾ ਹੈ
- ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਲੱਤਾਂ ਤੇ ਭਾਰ ਸਹਾਰਦਾ ਹੈ
- ਪਹਿਲਾ ਦੰਦ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ

4^{ਲਾ} ਮਹੀਨਾ

- ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ
- ਅਗੇ ਤੋਂ ਪਾਸੇ ਵਲ ਮੁੜਦਾ ਹੈ
- ਬਾਹਵਾਂ ਟੇਕ ਕੇ ਬੈਠਦਾ ਹੈ

5^{ਲਾ} ਮਹੀਨਾ

- ਸਿਰ ਨੂੰ ਲਗਭਗ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੁੱਕਦਾ ਹੈ
- ਅਗੇ ਤੋਂ ਪਿੱਛੇ ਵਲ ਮੁੜਦਾ ਹੈ
- ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਨੂੰ ਫੜਦਾ ਹੈ
- ਫਰਸ਼ ਤੇ ਹਿੱਲ-ਜੁੱਲ ਕੇ ਅਗੇ ਵੱਧਦਾ ਹੈ
- ਚੰਗੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਦੇ ਨਾਲ ਹੱਥ ਅਗੇ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ

6^{ਲਾ} ਮਹੀਨਾ

- ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੱਥ ਤੋਂ ਦੂਸਰੇ ਵਿੱਚ ਦਿੰਦਾ ਹੈ
- ਸਿਰ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ
- ਟੇਕ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੇ ਪਿੱਠ ਸਿੱਧੀ ਕਰਕੇ ਬੈਠਦਾ ਹੈ
- ਛੋਟੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਕੜਦਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੁਆਇਨਾ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਦੋਵੇਂ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁੜਦਾ ਹੈ
- ਭਾਰ ਜਨਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਦੁੱਗਣਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ

ਤੁਹਾਡਾ ਨਵਾਂ ਬੱਚਾ ਰੋਸ਼ਨੀ ਤੋਂ ਹਨੇਰੇ, ਦਾ ਫ਼ਰਕ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਆਕਾਰ ਅਤੇ ਪੈਟਰਨ ਦੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ 18 ਤੋਂ 45 cm (7 ਤੋਂ 18 ਇੰਚ) ਦੀ ਦੂਰੀ ਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਖਤਰਾ

ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਪਾ ਲਵੇਗਾ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਉਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹੀ ਦਿਓ ਜਿਹੜੀਆਂ ਨਿਗਲੇ ਜਾਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀਆਂ ਹਨ।



ਬ੍ਰੇਨ ਬਿਲਡਰ

- ਉਸ ਦੁਆਰਾ ਮਾਰੇ ਜਾਣ ਤੇ ਆਵਾਜ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਉੱਜਲ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਚੁੱਕ ਦੇ ਦਿਖਾਓ।
- ਉਸ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਬਣਤਰਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਦਿਓ।
- ਇੱਕ ਸੀਸੇ ਦੇ ਅਗੇ ਖੇਡੋ।



ਇਹ ਅਜ਼ਮਾਓ

ਚਮੜੀ- ਨਾਲ- ਚਮੜੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ, ਤਾਜ਼ੀ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਸੈਰ, ਨਿਗਰਾਨੀ ਵਾਲੇ ਇਸ਼ਨਾਨਾਂ ਅਤੇ ਟੰਮੀ ਟਾਇਮ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਕੱਢੋ (ਸਿਹਤਮੰਦ ਆਦਤਾਂ ਦੇਖੋ)।