مراحل تطور الطفل في عمر السنة الى الثلاث سنوات
شرط

تسريع الأمور: كيف تتعاملين مع طفل لا يتوقّف عن الركض

مايو 31, 2022

سيبدأ طفلك بالركض حين يصبح بين الشهرين الثامن عشر والرابع والعشرين، ولكن كلّ طفل ينمو ويتطوّر وفق وتيرته الخاصة.

سيبدأ طفلك بالركض حين يصبح بين الشهرين الثامن عشر والرابع والعشرين، ولكن كلّ طفل ينمو ويتطوّر وفق وتيرته الخاصة. لا داعي للهلع والخوف إذا كنت تشعرين أن طفلك قد تأخّر في البدء في الجري. فجسده لم يتوقّف عن العمل منذ أن بدأ بالعمل، أمّا دماغه، وأعصابه، وعضلاته فكلها فتستعد لتسمح له بالبدء في الركض.

ستعلمين أنّه قد أصبح جاهزًا تقريبًا لكي يبدأ بالجري حين يُتقن المشي، ويصبح بإمكانه استخدام السلالم صعودًا ونزولًا، ويمكنه أيضًا القفز، والرقص، والحفاظ على توازنه. فهذه الأنشطة تُشغّل مجموعات العضلات الكبيرة لديه التي سيحتاج إليها للركض.

سيتعثّر طفلك عدّة مرّات ما إن يبدأ بالركض. حين تقدّمين له المساعدة، احرصي على إعطائه التعليمات الشفهية ليتجنّب التعثّر في المرّة المقبلة. قد لا يفهم هذه التعليمات بعد، أو قد يكون عاجزًا عن اتباعها، ولكن من المهم بالنسبة له معرفة الجوانب المعرفية المرتبطة بعمليّة الركض بالإضافة إلى المهارات الحركية.

إذا كنت قلقة بأنّه قد تأخّر كثيرًا في البدء بالركض، لا بدّ من أن تعايني محيطه. تأكدي من أنّ لديه مساحة كافية لممارسة الرياضة والمشي، وأنّه يشعر بالأمان، وليس هناك أشياء في دربه لتقطع عليه الطريق باستمرار أثناء المشي.

هناك عدد قليل من الأسباب الجسدية التي قد تعيق الركض، كالقدمين المسطحتين، أو انحراف القدمين نحو الداخل. ولكن لا ينبغي أن تثير هذه الأمور قلقك. قد يحتاج طفلك إلى المزيد من الوقت ليبدأ بالركض. أمّا الأمور التي عليك مراقبتها بحذر فهي إذا كان جانب واحد من جسده يتحرك أسرع أو أفضل من الجانب الآخر، أو إذا كان في كثير من الأحيان يمشي على أطراف أصابعه، وإذا كان يمشي ذهابًا وإيابًا بشكل متكرّر من دون هدف حقيقي، ففي هذه الحالات المُحدّدة، عليك التواصل مع طبيب الأطفال.

مرجع:

http://www.parents.com/toddlers-preschoolers/development/growth/when-do-toddlers-run