

## Çocuğun gelişimi

Unutmayın ki her çocuk farklıdır. Tablo sadece yönlendirmek için yardımcıdır.



Yeni doğmuş



Destekle oturma



Tek başına oturma



Emeklemek



İlk adımlar

### Gelişme evreleri

#### Bedensel beceriler

- Kafanın desteklenmesi gerekir
- Destekle oturur
- Karın üstü yatar ve dirsekleri düz olana kadar kolları ile kendini yukarı kaldırır
- Tek başına oturur
- Küçük eşyaları kaldırır ve tutar
- Yemeği veya kaşığı yakalamak ister
- Emeklemeyi öğrenir
- Tek başına kalkmayı dener
- Ayakta durmak için kendini yukarı çeker
- Tek başına kalkabilir
- İlk adımları atar

#### Yemek yeme becerileri

- Emzirme veya biberon ile beslenme sırasında emme-yutma-nefes alma ritmi
- Tükürme refleksi azalır
- Kaşığı tanıır ve kaşık yaklaşınca ağzını açar
- Katı kıvamlı lapaları ağzında bırakmayı öğrenir
- Yemeği yumruğu ile sarmalayıp, kendine çekmeyi dener
- Yemeği bir elinden öbür eline koyabilir
- Destekle bardaktan içebilir
- „Finger Food“ yiyebilir
- Bardağı tek başına tutar
- Ufak yemekleri başparmağı ile işaret parmağı arasında tutar (cımbız tutuşu)
- Tek başına parmakları ile yiyebilir
- Pipetle içebilir
- Bardağı tek başına iki eli ile tutabilir ve içebilir

#### Açlık ve tokluk sinyalleri

- Aç olduğunda bağırır
- İlgilenen kişiye şaşkınlıkla bakar, beslenme sırasında ağzını açar, emmeye veya içmeye devam etmek isteğini belirtir
- Doymuşsa, memenin ucunu almaz, emmeyi bırakır veya emme-içme sırasında uyuya kalır
- Daha açsa, kaşığa erişmek için kafasını öne doğru hareket ettirir
- Açsa, yemeği ağzına iter
- Doymuşsa, dikkati kolayca dağılır veya kafasını yana çevirir
- Açsa, kaşığı veya yemeği tutar
- Açsa, yemeği gösterir
- Doymuşsa, daha yavaş yer, ağzını açmaz veya yemeği tükürür
- Açsa, kaşığı veya yemeği tutar
- Açsa, yemeği gösterir
- Açsa, yemek geldiğinde sevincini gösterir
- Doymuşsa, daha yavaş yer veya yemeği yana iter
- Yemek yemek isterse, ses çıkararak veya kelimelerle bunu ifade eder
- Doymuşsa, „artık istemiyorum“ sinyalini vermek için kafasını sallar

#### Uygun gıdalar

- Anne sütü veya bebekler için başlangıç gıdası (SAN)
- Anne sütü veya SAN
- İyice püre haline getirilmiş gıda
- Anne sütü veya SAN
- Hissedilir parçacıklar olmadan püre haline getirilmiş veya ezilmiş gıda
- Anne sütü veya SAN
- Rendelenmiş, ezilmiş veya küçük küçük kesilmiş gıda
- Yumuşak kıvamlı gıda
- Çeşitli tatlar sununuz
- Anne sütü veya SAN
- Küçük küçük kesilmiş, küp şeklinde katı gıda
- Yumuşak ile orta katılıkta kıvamı olan gıda
- Farklı birleşimli gıda