

## گفت‌وگو کنید

شما اکنون چند سال دارید؟ ۸ سال

کدام دوره‌های زندگی را پشت سر گذاشته‌اید؟ **نوزادی و کودکی**

در طول زندگی خود چه دوره‌های دیگری خواهید گذراند؟ **نوجوانی ، جوانی ، میانسالی ، سالمندی**  
اکنون چه کارهایی را می‌توانید انجام دهید که در دوره‌ی نوزادی نمی‌توانستید؟ **راه رفتن ، حرف زدن**  
از وقتی که به دنیا می‌آییم تا زمانی که سالمند می‌شویم، بدن ما تغییرات زیادی می‌کند. ما چیزهای زیادی یاد می‌گیریم و توانایی انجام کارهای گوناگون را به دست می‌آوریم.

## کار در منزل

چند عکس خود تا هشت سالگی را جمع‌آوری کنید.

با پدر و مادرتان درباره‌ی دوران نوزادی و کودکی گفت‌وگو کنید و به کمک آن‌ها جدول زیر را کامل کنید.

سن من	نشانه‌های رشد من
	درآمدن اولین دندان
	راه رفتن بدون کمک دیگران
	گفتن اولین کلمه
	حفظ کردن اولین شعر
	نوشتن نام خودم

## مقایسه کنید

در گروه خود، جدول نشانه‌های رشدتان را با هم مقایسه کنید.

چند عکس از کودکی فرزند خود را به او بدهید و با او درباره‌ی چگونگی رشدش گفت‌وگو کنید.



## کار در کلاس

محمد چند عکس از نوزادی تا هشت سالگی خود را به دوستش نشان می‌دهد و به او می‌گوید که در این مدت بدنش چه تغییراتی کرده و او چه کارهایی یاد گرفته است.  
شما هم این کار را انجام دهید.

# کارت مراقبت کودکی

(تغذیه، واکسیناسیون، پایش رشد)

**بزرگه پسران**

شماره پرونده: \_\_\_\_\_  
**نام و نام خانوادگی کودک: رضا ایرانی**  
 نام مادر: \_\_\_\_\_ نام پدر: \_\_\_\_\_  
 تاریخ تولد بروز: \_\_\_\_\_ ماه: \_\_\_\_\_ سال: \_\_\_\_\_

وزن هنگام تولد (بر حسب گرم): **۳۰۰۰ گرم (۳ کیلوگرم)**  
 قد هنگام تولد (بر حسب سانتیمتر): **۵۰ سانتی متر**  
 دور سر هنگام تولد (بر حسب سانتیمتر): \_\_\_\_\_  
 کودک چندمین فرزند زنده مادر است؟ \_\_\_\_\_  
 فاصله کودک با فرزند زنده قبلی مادر (بر حسب ماه): \_\_\_\_\_  
 نوع زایمان: \_\_\_\_\_

طبیعی   
  سزارین   
  چندقلویی   
  نرم   
  نارس

استان: \_\_\_\_\_ شهرستان: \_\_\_\_\_ روستا: \_\_\_\_\_  
 مرکز بهداشتی درمانی: \_\_\_\_\_ مطب: \_\_\_\_\_  
 خانه بهداشت: \_\_\_\_\_ تیم سیار: \_\_\_\_\_  
 نشانی منزل: \_\_\_\_\_  
 تلفن منزل: \_\_\_\_\_ سایر نکات: \_\_\_\_\_

در هر مراجعه به مرکز بهداشتی درمانی یا مطب کارت مراقبت کودک را همراه داشته باشید.  
 شیر مادر به بهترین تا پایان ماه ششم زندگی و تکمیل آن تا پایان سال دوم برای رشد طبیعی شیرخوار ضروری است.

## گفت و گو کنید

رضا هشت سال دارد. در تصویر، کارت مراقبت او را می‌بینید. وقتی رضا به دنیا آمد، چند کیلوگرم وزن داشت؟ قد او چند سانتی متر بود؟ **۳ کیلوگرم، ۵۰ سانتی متر**

## مقایسه کنید

با استفاده از کارت مراقبت خود، بگویید قد و وزن شما از هنگام تولد تاکنون چقدر افزایش یافته است.

کارت مراقبت فرزند خود را به او بدهید و به او کمک کنید تا قد و وزن زمان تولد خودش را بخواند.