

Panduan Perkembangan Anak dari Umur 1 Bulan hingga 4 Tahun

Pengenalan

Perkembangan anak adalah proses dinamik yang melibatkan perubahan fizikal, kognitif, sosial, dan emosi sejak kelahiran sehingga dewasa. Bagi ibu bapa, memahami tahap perkembangan anak adalah kunci untuk memberikan sokongan yang sesuai pada setiap peringkat umur. Dalam modul ini, kita akan meneroka perkembangan anak dari umur 1 bulan hingga 4 tahun dengan panduan terperinci mengenai keupayaan yang boleh dijangkakan pada setiap tahap. Modul ini juga akan menyediakan cadangan aktiviti untuk menyokong perkembangan anak secara menyeluruh.

Bab 1: Perkembangan Anak pada Umur 1 Bulan hingga 6 Bulan

Perkembangan Fizikal

Pada usia ini, bayi berkembang dengan cepat. Mereka mula:

- Mengangkat kepala apabila diletakkan dalam posisi meniarap.
- Menggenggam jari atau objek kecil sebagai refleks.
- Memberikan respons terhadap bunyi dengan menoleh ke arah sumber bunyi.
- Mulai mengawal pergerakan tangan dan kaki dengan lebih baik.

Perkembangan Kognitif

- Mengenali wajah ibu bapa dan penjaga utama.
- Memberikan perhatian kepada objek yang bergerak perlahan di hadapan mereka.
- Mula menunjukkan minat terhadap warna terang dan corak yang berbeza.

Perkembangan Sosial dan Emosi

- Tersenyum apabila melihat wajah yang dikenali (senyuman sosial).
- Menangis sebagai cara utama untuk menyampaikan keperluan seperti lapar atau tidak selesa.

Cadangan Aktiviti

- Beri bayi masa untuk bermain meniarap (tummy time) untuk menguatkan otot leher dan bahu.
 - Gunakan mainan berwarna terang untuk menarik perhatian mereka.
 - Bercakap dan menyanyi kepada bayi untuk merangsang perkembangan bahasa.
-

Bab 2: Perkembangan Anak pada Umur 6 Bulan hingga 12 Bulan

Perkembangan Fizikal

- Mula menggulingkan badan dan duduk tanpa sokongan.
- Merangkak dan mungkin mula berdiri dengan bantuan.
- Mula memegang objek kecil menggunakan ibu jari dan jari telunjuk (pegangan pincer).

Perkembangan Kognitif

- Memahami konsep "objek kekal" (mencari objek yang disembunyikan).
- Meniru bunyi dan pergerakan orang dewasa.
- Mula mengenali nama sendiri.

Perkembangan Sosial dan Emosi

- Menunjukkan kebimbangan apabila berpisah dengan ibu bapa (separation anxiety).
- Bermain permainan mudah seperti "cak-cak."
- Menunjukkan reaksi emosi seperti ketawa apabila bermain.

Cadangan Aktiviti

- Bermain "cak-cak" untuk menguatkan interaksi sosial.
- Sediakan permainan seperti blok untuk membantu kemahiran motor halus.
- Gunakan buku bergambar untuk mendorong minat membaca.

Bab 3: Perkembangan Anak pada Umur 1 Tahun hingga 2 Tahun

Perkembangan Fizikal

- Berjalan tanpa bantuan dan mula berlari.
- Memanjat perabot dan mula meneroka kawasan sekeliling.
- Menggunakan sudu untuk makan walaupun masih bersepah.

Perkembangan Kognitif

- Menyebut perkataan asas seperti "mama," "ayah," atau "air."
- Memahami arahan mudah seperti "ambil bola itu."
- Berminat terhadap objek yang boleh dimanipulasi, seperti mainan yang mempunyai butang.

Perkembangan Sosial dan Emosi

- Bermain secara selari (parallel play) dengan kanak-kanak lain.
- Menunjukkan tantrum apabila kecewa atau tidak mendapat apa yang diingini.
- Meniru tindakan orang dewasa.

Cadangan Aktiviti

- Berikan mainan seperti puzzle atau blok binaan untuk merangsang daya pemikiran.
 - Libatkan anak dalam aktiviti praktikal seperti menyusun kasut.
 - Bawa anak ke taman untuk bermain dan bersosial dengan kanak-kanak lain.
-

Bab 4: Perkembangan Anak pada Umur 2 Tahun hingga 3 Tahun

Perkembangan Fizikal

- Melompat dengan kedua-dua kaki.
- Mengayuh basikal roda tiga.
- Mula menggunakan gunting untuk memotong kertas.

Perkembangan Kognitif

- Mengenali bentuk asas seperti bulatan dan segi empat.
- Menyebut ayat pendek seperti "Saya nak makan."
- Mengira hingga tiga atau lima.

Perkembangan Sosial dan Emosi

- Bermain secara imaginatif, seperti "masak-masak."
- Mula memahami giliran dalam permainan.
- Menunjukkan empati kepada rakan atau keluarga.

Cadangan Aktiviti

- Sediakan bahan seni seperti cat air atau plastisin untuk kreativiti.
 - Ajar anak konsep giliran dengan bermain permainan papan mudah.
 - Gunakan buku cerita interaktif untuk memperkayakan perbendaharaan kata.
-

Bab 5: Perkembangan Anak pada Umur 3 Tahun hingga 4 Tahun

Perkembangan Fizikal

- Berlari dengan lebih yakin dan mengubah arah dengan mudah.
- Melukis bentuk asas seperti bulatan dan garis lurus.
- Memakai pakaian sendiri dengan sedikit bantuan.

Perkembangan Kognitif

- Memahami konsep masa seperti "pagi" dan "malam."
- Mengenali huruf dan nombor asas.
- Menyelesaikan puzzle sederhana.

Perkembangan Sosial dan Emosi

- Mula membina persahabatan dengan kanak-kanak lain.
- Lebih baik dalam mengawal emosi, tetapi masih memerlukan sokongan.
- Menunjukkan keyakinan dalam melakukan tugas harian.

Cadangan Aktiviti

- Bermain permainan peranan seperti "dokter-pesakit."
 - Bimbing anak membaca huruf atau nombor menggunakan kad imbas.
 - Libatkan anak dalam projek keluarga seperti memasak.
-

Kesimpulan

Setiap anak berkembang mengikut kadar mereka sendiri. Sebagai ibu bapa atau penjaga, adalah penting untuk memberikan sokongan, dorongan, dan ruang untuk anak belajar dan berkembang secara semula jadi. Perhatikan keperluan unik anak anda dan berikan mereka kasih sayang serta perhatian yang tidak berbelah bagi. Jika anda merasa risau tentang perkembangan anak anda, berundinglah dengan pakar pediatrik atau pakar perkembangan kanak-kanak untuk mendapatkan pandangan yang lebih mendalam.