Anak (1-3 tahun)
Article

Cara Mengoptimalkan Pertumbuhan Anak Berdasarkan Usia

AGU 1, 2022

2 MINS

Otak bayi sudah mulai tumbuh sejak masih di dalam kandungan dan terus bertumbuh sampai pada saat dia dilahirkan. Semasa di dalam kandungan, otaknya dibekali dengan nutrisi yang cukup melalui asupan makanan dan minuman yang dikonsumsi Mam.

Nah, setelah lahir, semakin banyak cara mengoptimalkan tumbuh kembang otak anak.

Tumbuh kembang anak sendiri dapat diartikan sebagai proses di mana seorang anak bertumbuh dan berkembang seiring dengan berjalannya waktu. Tumbuh kembang meliputi masa sejak dia lahir hingga dia tumbuh jadi anak-anak dan dewasa. Sebuah perjalanan dari bergantung pada orang lain sampai mencapai titik kemandirian. Area tumbuh kembang Si Kecil meliputi pertumbuhan fisik, kecerdasan, bahasa, serta perkembangan sosial dan emosional.

Tidak hanya otak, pertumbuhan anak berdasarkan usia secara umum memang berbeda-beda. Namun pertumbuhan otak secara fisik menjadi pemicu berkembangnya kecerdasan anak-anak. Dengan perkembangan kecerdasan, maka Si Kecil mampu mengeksplorasi dunia secara menyeluruh, sekaligus mengembangkan respons emosional serta bahasa untuk mengekspreikannya. Kembali lagi, segala perkembangan ini turut berkontribusi pada pertumbuhan otak.

Pendekatan serta stimulasi yang dapat Mam lakukan untuk mengoptimalkannya pun terus berkembang seiring dengan bertambahnya usia.

Stimulasi pertumbuhan anak berdasarkan

usia

Stimulasi yang dapat dilakukan untuk mengoptimalkan tumbuh kembang otak anak:

0-3 bulan

Meski dia belum mengerti, namun Mam bisa menunjukkan buku bergambar dengan warna terang dan kontras. Dia akan menikmati gambar-gambarnya dan mendengarkan suara Mam yang membacakan buku.

Membaca buku juga jadi cara untuk berkomunikasi dengan Si Kecil. Jangan lupa untuk sering memberikan senyum padanya sambil menatap matanya. Ajak mengobrol meskipun Si Kecil tidak bisa membalasnya atau nyanyikan lagu untuknya. Di atas kasurnya, Mam dapat menggantungkan mainan mobile yang bergerak-gerak dengan warna menyala dan kontras. Berikan juga dia mainan yang berbunyi saat ditepuk atau dibanting.

4-6 bulan

Berbagi dan menceritakan hari Mam pada Si Kecil sambil menatap matanya menjadi momen untuk menciptakan bonding yang kuat. Selain itu, Mam dapat menggantungkan cermin di kasur atau tempat di mana dia biasa beraktivitas agar Si Kecil dapat melihat wajah serta pergerakannya. Meski dia belum tahu siapa yang dia lihat, namun dia akan merasa ditemani selalu. Stimulasi indra pendengarannya melalui benda-benda dengan suara berbeda. Perkenalkan Si Kecil pada tekstur baru dan berbeda-beda untuk dia rasakan.

7-12 bulan

Bertambahnya usia berarti secara indrawi Si Kecil juga semakin matang. Jangan lupa untuk menstimulasi secara indrawi salah satunya dengan cara memakaikan pakaian dengan bahan yang berbeda atau pola yang berbeda.

Selain itu, Mam dapat mengajaknya bermain menyembunyikan benda. Sembunyikan benda yang biasa dia mainkan di bawah selimut dan minta dia mencarinya. Ini jadi satu cara melatih Si Kecil memvisualisasikan sebuah benda meski mereka tidak bisa melihatnya. Permainan lain yang bisa dimainkan adalah puzzle. Pastikan puzzle yang dimainkan sesuai usia.

1-2 tahun

Mengajak dia ngobrol, mendengarkan musik, berhitung, mengenali huruf, maupun memperkenalkannya pada beragam bentuk dan angka bisa jadi aktivitas untuk mendorong pertumbuhan otaknya. Mam juga dapat mengajarkan Si Kecil mengenal nama-nama bagian tubuhnya.

2-3 tahun

Ajak dia jalan-jalan dan mengeksplorasi dunia sekitarnya termasuk hewan atau tanaman yang ditemui di jalan. Tanyakan hal-hal apa yang membuatnya tertarik dan lain sebagainya. Ajarkan kebiasaan untuk memperkenalkan diri dengan cara menyebutkan nama dan usia. Ajak juga Si Kecil untuk bermain sandiwara dan lihat cara dia berimajinasi saat memainkan peran orang lain.

3-5 tahun

Lanjutkan kebiasaan membaca yang sudah dilakukan sejak bayi. Jika dulu Si Kecil hanya bisa mendengarkan Mam membacakan cerita, kini saatnya dia membaca sendiri sesuai kemampuannya.

Hal tersebut membantu dia untuk mengembangkan kemampuan verbal dan berbahasanya. Selain itu, dia dapat membantu Mam melakukan tugas-tugas simple di rumah, bermain dengan teman-temannya, dan selalu gunakan kalimat yang jelas saat memberinya instruksi.

Mengoptimalkan pertumbuhan anak berdasarkan usia memang harus dilakukan agar tumbuh kembangnya maksimal. Selain kontribusi Mam dan pengasuh dalam merawat dan menjaga tumbuh kembang Si Kecil, nutrisi yang tepat jadi hal lain yang esensial baginya, salah satu caranya adalah dengan memberikannya susu pertumbuhan.

S-26 Procal Gold merupakan susu pertumbuhan yang diformulasikan oleh Wyeth Nutrition Expert untuk mendukung proses belajar progresif anak dengan usia 1-3 tahun. S-26 Procal Gold mengandung Protein, Kalsium Vitamin D, & Fosfor, Alfa Laktabumin, Serat Pangan Oligofruktosa, Vitamin C, Selenium, Zinc, serta Vitamin B Kompleks .

S-26 Procal Gold tersedia dalam berbagai ukuran, mulai dari 400 gr, 900 gr, dan 1600 gr. Dapatkan S-26 Procal Gold dari toko-toko terdekat baik secara online maupun offline.

Source :

nottingham.ac.uk/helmopen/rlos/child/foundation/page_one.html
parents.com/baby/development/intellectual/enhance-cognitive-development-0-3-months/
parents.com/baby/development/intellectual/enhance-cognitive-development-3-6-months/
parents.com/baby/development/intellectual/enhance-cognitive-development-6-9-months/
parents.com/baby/development/intellectual/enhance-cognitive-development-9-12-months/
parents.com/toddlers-preschoolers/development/12-18-months-activities-for-cognitive-development/
cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/toddlers2.html
cdc.gov/ncbddd/childdevelopment/positiveparenting/preschoolers.html

Bagikan sekarang


Ashton
Science Olympiad Medalist
Aleesya
Ice Skating Medalist
Dazelin
Tech Science Medalist
Optimalkan Potensi Hebat si Kecil
BERSAMA
Wyeth Nutrition
S26
ParenTeam
JOIN SEKARANG >


Ashton
Science Olympiad Medalist
Aleesya
Ice Skating Medalist
Dazelin
Tech Science Medalist
Optimalkan Potensi Hebat si Kecil
BERSAMA
Wyeth Nutrition
S26
ParenTeam
JOIN SEKARANG >