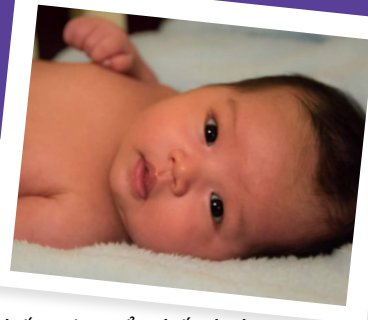


Con Quý Vị Được 2 Tháng



Tên Trẻ

Tuổi Trẻ

Ngày Hôm Nay

Cách con quý vị chơi, học, nói, và vận động cho biết những manh mối quan trọng về sự phát triển của bé. Những mốc phát triển quan trọng là những gì hầu hết mọi đứa trẻ đều có thể làm được đến hết một tuổi nhất định.

Hãy đánh dấu những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua đến hết 2 tháng tuổi. Quý vị hãy đem theo tài liệu này và nói với bác sĩ của con quý vị mỗi khi đi khám về những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua và những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Những Điều Hầu Hết Trẻ Đều Làm Ở Tuổi Này:

Xã hội/Xúc cảm

- Bắt đầu cười với mọi người
- Có thể nhanh chóng tự trấn tĩnh lại (có thể đưa tay lên miệng và mút tay)
- Cố gắng nhìn ngắm cha mẹ

Ngôn Ngữ/Giao Tiếp

- Nói thì thầm, tạo ra tiếng rúc rích
- Ngoai đầu về hướng tiếng động

Nhận thức (hiểu biết, suy nghĩ, giải quyết vấn đề)

- Để ý nhận mặt
- Bắt đầu dõi theo các vật và nhận ra người ở đằng xa
- Bắt đầu biết chán (khóc la, om sòm) nếu hoạt động không thay đổi

Vận Động/Phát Triển Cơ Thể

- Có thể ngẩng đầu lên và bắt đầu đẩy lên khi nằm sấp
- Bắt đầu vận động tay và chân uyển chuyển hơn

Hãy Hành Động Sớm Bằng Cách Nói Với Bác Sĩ Nếu Con Quý Vị:

- Không phản ứng lại với tiếng động to
- Không để ý xem đồ vật khi chúng di chuyển
- Không cười với mọi người
- Không đưa tay lên miệng
- Không ngẩng đầu lên khi đẩy lên trong lúc nằm sấp

Hãy nói cho bác sĩ của con quý vị hoặc người chăm sóc trẻ biết nếu quý vị nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy trẻ có thể đang chậm phát triển so với tuổi này, và nói với một người nào đó trong cộng đồng của quý vị quen thuộc với dịch vụ cho các đứa trẻ trong vùng của quý vị, cũng như chương trình can thiệp sớm công cộng. Muốn có nhiều thông tin hơn, hãy vào www.cdc.gov/concerned hoặc gọi 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).

Phông theo CHĂM SÓC CON MỚI SINH VÀ TRẺ NHỎ: TỪ KHI SINH RA ĐẾN 5 TUỔI, Xuất Bản Lần Thứ Năm, Steven Shelov và Tanya Remer Altman biên soạn © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em và TƯƠNG LAI RỰC RỠ: CHUẨN TẮC CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ SƠ SINH, TRẺ NHỎ VÀ THIẾU NHI, Xuất Bản Lần Thứ Ba, Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, và Paula M. Duncan xuất bản, 2008, Elk Grove Village, IL: Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em. Danh sách theo dõi mốc phát triển quan trọng này không phải là một tài liệu thay thế cho một công cụ thẩm định phát triển được hợp thức hóa, được tiêu chuẩn hóa.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Giúp Bé Học tập và Phát triển



Quý vị có thể giúp bé học tập và phát triển. Nói, đọc, hát và chơi cùng bé mỗi ngày. Dưới đây là một số hoạt động vui chơi cùng bé 2 tháng tuổi ngay hôm nay.

Những Điều Quý vị Có thể Làm cho Bé 2 Tháng Tuổi Của Mình:

- Âu yếm, nói chuyện và vui chơi với bé trong khi cho ăn, mặc quần áo và tắm cho bé.
- Giúp bé học cách tự trấn an. Bé có mút tay cũng không sao.
- Bắt đầu giúp bé hình thành dần thói quen, như ngủ đêm nhiều hơn ngủ ngày và có lịch sinh hoạt đều đặn.
- Việc đồng cảm với những điều bé thích và không thích có thể giúp quý vị cảm thấy bình tĩnh và tự tin hơn.
- Thể hiện sự hào hứng và cười khi bé tạo ra âm thanh.
- Thỉnh thoảng không những bắt chước âm thanh bé tạo ra, mà còn sử dụng cả ngôn từ rõ ràng.
- Chú ý đến những tiếng khóc khác nhau của bé để biết cách nhận ra bé muốn gì.
- Nói chuyện, đọc sách, và hát cho bé nghe.
- Chơi ú òa. Cũng như giúp bé chơi ú òa.
- Đặt một chiếc gương an toàn với bé trong nơi để bé có thể thấy mình qua gương.
- Cùng bé xem tranh ảnh và nói chuyện về các tranh ảnh đó.
- Đặt bé nằm sấp khi bé tỉnh giấc và đặt đồ chơi cạnh bé.
- Khích lệ để bé nhấc đầu lên bằng cách dứ đồ chơi ngang tầm mắt trước mặt bé.
- Dứ đồ chơi hay lúc lắc phía trên đầu bé và khích lệ bé với vật đó.
- Giữ bé đứng thẳng với chân chạm sàn. Hát và nói chuyện với bé khi giữ bé ở tư thế đứng thẳng này.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Con Quý Vị Được 4 Tháng



Tên Trẻ

Tuổi Trẻ

Ngày Hôm Nay

Cách con quý vị chơi, học, nói, và vận động cho biết những manh mối quan trọng về sự phát triển của bé. Những mốc phát triển quan trọng là những gì hầu hết mọi đứa trẻ đều có thể làm được đến hết một tuổi nhất định.

Hãy đánh dấu những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua đến hết 4 tháng tuổi. Quý vị hãy đem theo tài liệu này và nói với bác sĩ của con quý vị mỗi khi đi khám về những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua và những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Những Điều Hầu Hết Mọi Đứa Trẻ Đều Làm Ở Tuổi Này:

Xã hội/Xúc cảm

- Tự nhiên cười, nhất là với mọi người
- Thích chơi với mọi người và có thể khóc khi hết chơi
- Bắt chước vài cử động và nét mặt, cũng như mỉm cười hoặc cau mày

Ngôn Ngữ/Giao Tiếp

- Bắt đầu bi bô
- Bi bô kèm diễn cảm và bắt chước các âm thanh mà bé nghe được
- Khóc theo cách khác nhau để thể hiện chúng đói, đau, hoặc mệt

Nhận thức (hiểu biết, suy nghĩ, giải quyết vấn đề)

- Cho quý vị biết bé vui sướng hoặc buồn bã
- Phản ứng trước cử chỉ âu yếm
- Với lấy đồ chơi bằng một tay
- Phối hợp được tay và mắt, như nhìn thấy đồ chơi là với tay để lấy
- Mắt nhìn theo đồ vật di chuyển
- Nhìn sát vào mặt
- Nhận ra người quen và đồ vật ở đằng xa

Vận Động/Phát Triển Cơ Thể

- Giữ chắc đầu, không cần đỡ
- Đạp khi bàn chân tiếp xúc với bề mặt cứng
- Có thể lật từ nằm sấp sang nằm ngửa
- Có khả năng nắm đồ chơi, lắc và đu đưa đồ chơi lủng lẳng
- Đưa tay lên miệng
- Khi nằm sấp, đẩy người lên bằng khuỷu tay

Hãy Hành Động Sớm Bằng Cách Nói Với Bác Sĩ Nếu Con Quý Vị:

- Không nhìn đồ vật khi chúng di chuyển
- Không cười với mọi người
- Không thể giữ chắc đầu
- Không nói thì thầm hoặc tạo ra tiếng động
- Không đưa đồ vật lên miệng
- Không đạp khi bàn chân tiếp xúc với mặt phẳng cứng
- Gặp khó khăn khi đưa một hoặc cả hai mắt về các hướng

Hãy nói cho bác sĩ của con quý vị hoặc người chăm sóc trẻ biết nếu quý vị nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy trẻ có thể đang chậm phát triển so với tuổi này, và nói với một người nào đó trong cộng đồng của quý vị quen thuộc với dịch vụ cho các đứa trẻ trong vùng của quý vị, cũng như chương trình can thiệp sớm cộng đồng. Muốn có nhiều thông tin hơn, hãy vào www.cdc.gov/concerned hoặc gọi 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).

Phòng theo CHĂM SÓC CON MỚI SINH VÀ TRẺ NHỎ: TỪ KHI SINH RA ĐẾN 5 TUỔI, Xuất Bản Lần Thứ Năm, Steven Shelov và Tanya Remer Altman biên soạn © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em và TƯƠNG LAI RỰC RỠ: CHUẨN TẮC CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ SƠ SINH, TRẺ NHỎ VÀ THIẾU NHI, Xuất Bản Lần Thứ Ba, Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, và Paula M. Duncan xuất bản, 2008, Elk Grove Village, IL: Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em. Danh sách theo dõi mốc phát triển quan trọng này không phải là một tài liệu thay thế cho một công cụ thẩm định phát triển được hợp thức hóa, được tiêu chuẩn hóa.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Giúp Bé Học tập và Phát triển



Quý vị có thể giúp bé học tập và phát triển. Nói, đọc, hát và chơi cùng bé mỗi ngày. Dưới đây là một số hoạt động vui chơi cùng bé 4 tháng tuổi ngay hôm nay.

Những Điều Quý vị Có thể Làm cho Bé 4 Tháng Tuổi Của Mình:

- Bé và nói chuyện với bé; tươi cười và vui vẻ trong khi làm những việc này.
- Đặt lịch cố định cho việc ăn ngủ của bé.
- Hết sức chú ý đến những điều bé thích và không thích; quý vị sẽ biết làm thế nào là tốt nhất để đáp ứng nhu cầu của bé và cách có thể làm cho bé vui.
- Bắt trước âm thanh bé tạo ra.
- Thể hiện sự hào hứng và cười khi bé tạo ra âm thanh.
- Dành những khoảng thời gian vui chơi êm ả để đọc hoặc hát cho bé nghe.
- Đưa đồ chơi hợp lứa tuổi để bé chơi, như lúc lắc hoặc tranh màu.
- Chơi các trò như ú òa.
- Chú ý đảm bảo an toàn cho bé khi với đồ chơi và khám phá xung quanh.
- Đưa đồ chơi lại gần để bé với lấy hoặc đá chân.
- Đặt đồ chơi hoặc lúc lắc vào tay bé và giúp bé cầm nắm.
- Giữ bé đứng thẳng với chân chạm sàn, và hát hoặc nói chuyện với bé khi bé "đứng" có sự hỗ trợ của quý vị.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Con Quý Vị Được 6 Tháng



Tên Trẻ

Tuổi Trẻ

Ngày Hôm Nay

Cách con quý vị chơi, học, nói, và vận động cho biết những manh mối quan trọng về sự phát triển của bé. Những mốc phát triển quan trọng là những gì hầu hết mọi đứa trẻ đều có thể làm được đến hết một tuổi nhất định.

Hãy đánh dấu những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua đến hết 6 tháng tuổi. Quý vị hãy đem theo tài liệu này và nói với bác sĩ của con quý vị mỗi khi đi khám về những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua và những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Những Điều Hầu Hết Mọi Đứa Trẻ Đều Làm Ở Tuổi Này:

Xã hội/Xúc cảm

- Nhận biết người quen và bắt đầu biết lạ
- Thích chơi với người khác, nhất là cha mẹ
- Phản ứng trước cảm xúc của người khác và thường có vẻ vui sướng
- Thích nhìn mình trong gương

Ngôn Ngữ/Giao Tiếp

- Phản ứng với tiếng động bằng cách tạo ra tiếng động
- Nói dính liền các nguyên âm khi bập bẹ ("a", "e", "ô")
- Hưởng ứng khi nghe tên mình
- Tạo tiếng động để thể hiện sự vui sướng và tức giận
- Bắt đầu nói âm thanh du dương (nói lúng búng với "m", "b")

Nhận thức (hiểu biết, suy nghĩ, giải quyết vấn đề)

- Nhìn ngắm đồ vật xung quanh
- Đưa đồ vật lên miệng
- Tò ra tò mò về đồ vật và cố gắng lấy đồ vật quá xa không với tới được
- Bắt đầu chuyển đồ vật từ tay này sang tay kia

Vận Động/Phát Triển Cơ Thể

- Lăn mình theo cả hai hướng (phía trước ra sau, phía sau ra trước)
- Bắt đầu ngồi không cần đỡ
- Khi đứng, chịu được sức nặng trên chân và có thể nhún lên nhún xuống
- Đu đưa tới lui, đôi khi bò trườn về phía sau trước khi đi chuyển về phía trước

Hãy Hành Động Sớm Bằng Cách Nói Với Bác Sĩ Nếu Con Quý Vị:

- Không cố gắng lấy đồ vật trong tầm với
- Tò ra không có tình cảm với người chăm sóc
- Không phản ứng lại tiếng động xung quanh bé
- Gặp khó khăn trong việc đưa đồ vật lên miệng
- Không phát các nguyên âm ("a", "e", "ô")
- Không lăn tròn mình theo hướng nào cả
- Không cười hoặc tạo tiếng hú
- Có vẻ rất cứng, với bắp thịt căng thẳng
- Có vẻ rất mềm, như một con búp bê bằng vải

Hãy nói cho bác sĩ của con quý vị hoặc người chăm có trẻ biết nếu quý vị nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy trẻ có thể đang chậm phát triển so với tuổi này, và nói với một người nào đó trong cộng đồng của quý vị quen thuộc với dịch vụ cho các đứa trẻ trong vùng của quý vị, cũng như chương trình can thiệp sớm công cộng. Muốn có nhiều thông tin hơn, hãy vào www.cdc.gov/concerned hoặc gọi 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).

Phòng theo CHĂM SÓC CON MỚI SINH VÀ TRẺ NHỎ: TỪ KHI SINH RA ĐẾN 5 TUỔI, Xuất Bản Lần Thứ Năm, Steven Shelov và Tanya Remer Altman biên soạn © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em và TƯƠNG LAI RỰC RỠ: CHUẨN TẮC CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ SƠ SINH, TRẺ NHỎ VÀ THIẾU NHI, Xuất Bản Lần Thứ Ba, Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, và Paula M. Duncan xuất bản, 2008, Elk Grove Village, IL: Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em. Danh sách theo dõi mốc phát triển quan trọng này không phải là một tài liệu thay thế cho một công cụ thẩm định phát triển được hợp thức hóa, được tiêu chuẩn hóa.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Giúp Bé Học tập và Phát triển



Quý vị có thể giúp bé học tập và phát triển. Nói, đọc, hát và chơi cùng bé mỗi ngày. Dưới đây là một số hoạt động vui chơi cùng bé 6 tháng tuổi ngay hôm nay.

Những Điều Quý vị Có thể Làm cho Bé 6 Tháng Tuổi Của Mình:

- Vui đùa trên sàn nhà với bé mỗi ngày.
- Học cách đọc tâm trạng của bé. Nếu bé vui, tiếp tục làm điều quý vị đang làm. Nếu bé không vui, nghỉ một lát và dỗ dành bé.
- Giúp bé biết cách tự vượt qua cảm giác khó chịu khi tức giận. Bé có thể mút tay như một cách tự xoa dịu.
- Chơi trò “nhại lại” —khi bé cười, quý vị cười; khi bé tạo ra âm thanh, quý vị cũng bắt chước theo.
- Lặp lại âm thanh bé tạo ra và nói những từ đơn giản ứng với các âm thanh đó. Ví dụ, nếu bé nói “ba,” quý vị nói “bà” hoặc “ba”.
- Đọc sách cho bé mỗi ngày. Tán dương bé khi bé bi bô “đọc”.
- Khi bé nhìn vào vật gì, hãy chỉ vào vật đó và nói điều gì đó về vật này.
- Khi bé đánh rơi đồ chơi lên sàn, hãy nhặt lên và đưa lại cho bé. Trò chơi này giúp bé tìm hiểu mối quan hệ giữa nguyên nhân và kết quả.
- Đọc truyện tranh màu cho bé nghe.
- Chỉ cho bé các đồ vật mới và gọi tên chúng.
- Chỉ cho bé các bức tranh sáng màu trong tạp chí và gọi tên chúng.
- Giữ thẳng bé trong khi bé ngồi hoặc đỡ bé bằng gối. Để bé quan sát xung quanh và đưa đồ chơi để bé nhìn trong khi bé ngồi thẳng bằng.
- Đặt bé nằm sấp hoặc ngửa và đặt đồ chơi hơi ngoài tầm với một chút. Khích lệ bé trườn để với đồ chơi.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Con Quý Vị Được 9 Tháng



Tên Trẻ

Tuổi Trẻ

Ngày Hôm Nay

Cách con quý vị chơi, học, nói, và vận động cho biết những manh mối quan trọng về sự phát triển của bé. Những mốc phát triển quan trọng là những gì hầu hết mọi đứa trẻ đều có thể làm được đến hết một tuổi nhất định.

Hãy đánh dấu những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua đến hết 9 tháng tuổi. Quý vị hãy đem theo tài liệu này và nói với bác sĩ của con quý vị mỗi khi đi khám về những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua và những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Những Điều Hầu Hết Mọi Đứa Trẻ Đều Làm Ở Tuổi Này:

Xã hội/Xúc cảm

- Có thể sợ người lạ
- Có thể gần bó quá với người lớn thân quen
- Có đồ chơi ưa thích

Ngôn Ngữ/Giao Tiếp

- Hiểu “không”
- Tạo nhiều tiếng khác nhau cũng như “mamamama” và “bababababa”
- Bắt chước âm thanh và điệu bộ người khác
- Sử dụng ngón tay để chỉ đồ vật

Nhận thức (hiểu biết, suy nghĩ, giải quyết vấn đề)

- Nhìn quá trình vật rơi
- Tìm kiếm đồ mà trẻ thấy quý vị giấu
- Chơi trò chơi ú òa
- Đưa đồ vật vào miệng
- Di chuyển đồ vật một cách uyển chuyển từ tay này đến tay kia
- Nhặt đồ vật như hạt ngũ cốc bằng ngón tay cái và ngón tay trỏ

Vận Động/Phát Triển Cơ Thể

- Đứng, bám chặt
- Có thể ngồi xuống
- Ngồi không cần đỡ
- Vịn để đứng lên
- Bò trườn

Hãy Hành Động Sớm Bằng Cách Nói Với Bác Sĩ Nếu Con Quý Vị:

- Không đứng thẳng chân khi được đỡ
- Không ngồi khi được đỡ
- Không bập bẹ (“mama”, “baba”, “dada”)
- Không chơi trò chơi nào cần đi tới lui
- Không phản ứng khi nghe tên mình
- Không nhận ra người quen thuộc
- Không nhìn theo chỗ quý vị chỉ
- Không chuyển đồ chơi từ tay này sang tay kia

Hãy nói cho bác sĩ của con quý vị hoặc người chăm sóc trẻ biết nếu quý vị nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy trẻ có thể đang chậm phát triển so với tuổi này, và nói với một người nào đó trong cộng đồng của quý vị, cũng như chương trình can thiệp sớm công cộng. Muốn có nhiều thông tin hơn, hãy vào www.cdc.gov/concerned hoặc gọi 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).

Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em khuyến nghị việc sàng lọc trẻ để biết được tình trạng phát triển chung ở lần thăm khám 9 tháng tuổi. Hãy hỏi bác sĩ về việc sàng lọc phát triển đối với con quý vị.

Phòng theo CHĂM SÓC CON MỚI SINH VÀ TRẺ NHỎ: TỪ KHI SINH RA ĐẾN 5 TUỔI, Xuất Bản Lần Thứ Năm, Steven Shelov và Tanya Remer Altman biên soạn © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em và TƯỜNG LAI RỰC RỠ: CHUẨN TẮC CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ SƠ SINH, TRẺ NHỎ VÀ THIẾU NHI, Xuất Bản Lần Thứ Ba, Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, và Paula M. Duncan xuất bản, 2008, Elk Grove Village, IL: Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em. Danh sách theo dõi mốc phát triển quan trọng này không phải là một tài liệu thay thế cho một công cụ thẩm định phát triển được hợp thức hóa, được tiêu chuẩn hóa.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Giúp Bé Học tập và Phát triển



Quý vị có thể giúp bé học tập và phát triển. Nói, đọc, hát và chơi cùng bé mỗi ngày. Dưới đây là một số hoạt động vui chơi cùng bé 9 tháng tuổi ngay hôm nay.

Những Điều Quý vị Có thể Làm cho Bé 9 Tháng Tuổi Của Mình:

- Chú ý cách bé phản ứng trước các tình huống mới và người lạ; cố gắng duy trì những việc khiến bé vui vẻ và thoải mái.
- Khi bé vận động nhiều hơn, hãy theo sát để bé biết quý vị vẫn ở bên.
- Duy trì các thói quen sinh hoạt; chú ý đặc biệt quan trọng đối với giai đoạn này.
- Chơi trò “lượt mẹ, lượt con.”
- Nói ra quý vị nghĩ bé đang cảm thấy ra sao. Ví dụ, hãy nói “Lại không vui rồi, mẹ con mình chơi trò này xem nào”.
- Mô tả vật bé đang nhìn; ví dụ, “quả bóng tròn màu đỏ”.
- Đoán xem bé muốn gì khi bé chỉ vào vật nào đó.
- Bắt chước âm thanh và từ ngữ của bé.
- Yêu cầu bé thực hiện theo ý quý vị. Ví dụ, thay vì nói “đừng đứng”, hãy nói “ngồi xuống nào”.
- Dạy bé nhận biết mối quan hệ nguyên nhân-kết quả bằng cách lăn bóng đi lại, đẩy xe con hoặc xe tải đồ chơi và đặt các miếng xếp hình vào rồi lấy ra khỏi hộp đựng.
- Chơi ú òa và trốn tìm.
- Đọc và nói chuyện với bé.
- Để nhiều khoảng không cho bé di chuyển và khám phá ở khu vực an toàn.
- Đặt bé ở gần những vật mà bé có thể vịn đứng lên một cách an toàn.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Con Quý Vị Được 1 Tuổi



Tên Trẻ

Tuổi Trẻ

Ngày Hôm Nay

Cách con quý vị chơi, học, nói, và vận động cho biết những manh mối quan trọng về sự phát triển của trẻ. Những mốc phát triển quan trọng là những gì hầu hết mọi đứa trẻ đều có thể làm được đến hết một tuổi nhất định.

Hãy đánh dấu những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua đến sinh nhật đầu tiên. Quý vị hãy đem theo tài liệu này và nói với bác sĩ của con quý vị mỗi khi đi khám về những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua và những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Những Điều Hầu Hết Mọi Đứa Trẻ Đều Làm Ở Tuổi Này:

Xã hội/Xúc cảm

- Nhút nhát và lo lắng trước người lạ
- Khóc khi mẹ hoặc cha bỏ đi
- Có người và đồ vật ưa thích
- Tỏ ra sợ hãi trong một số tình huống
- Đưa quý vị một cuốn sách khi trẻ muốn nghe một câu chuyện
- Lặp lại tiếng động hoặc hành động để gây sự chú ý
- Đưa tay hoặc chân ra để giúp người khác mặc quần áo
- Chơi các trò chơi như “ú òa” và “bé nặn bánh”

Ngôn Ngữ/Giao Tiếp

- Đáp ứng trước yêu cầu bằng lời đơn giản
- Sử dụng các điệu bộ đơn giản, cũng như lắc đầu “không” hoặc vẫy tay “chào tạm biệt”
- Làm tiếng động và thay đổi âm giọng (âm thanh giống lời nói hơn trước)
- Nói “mama” và “dada” và các lời cảm thán như “ừ, ồ”
- Cố gắng nói các từ mà quý vị nói

Nhận thức (hiểu biết, suy nghĩ, giải quyết vấn đề)

- Khám phá đồ vật theo các cách khác, như rung lắc, đập mạnh, quăng liệng
- Tìm đồ vật bị giấu dễ dàng
- Nhìn đúng vào hình hoặc đồ vật khi được gọi tên
- Bắt chước điệu bộ
- Bắt đầu sử dụng đồ vật đúng cách; thí dụ, uống bằng ca, chải tóc
- Đập mạnh hai đồ vật vào nhau
- Để đồ vật vào hộp, lấy đồ vật ra khỏi hộp
- Đẩy đồ vật đi không cần giúp đỡ
- Gõ ngón tay trở
- Làm theo hướng dẫn đơn giản như “nhặt đồ chơi ra nào”

Vận Động/Phát Triển Cơ Thể

- Ngồi xuống không cần giúp đỡ
- Vịn vào để đứng, bám vào đồ đạc để đi (“đi lẩn mò”)
- Có thể đi vài bước không cần bám
- Có thể tự đứng

Hãy Hành Động Sớm Bằng Cách Nói Với Bác Sĩ Nếu Con Quý Vị:

- Không bò trườn
- Không thể đứng khi được đỡ
- Không tìm đồ vật khi trẻ thấy quý vị giấu
- Không nói các lời đơn giản như “mama” hoặc “dada”
- Không học điệu bộ như vẫy tay hoặc lắc đầu
- Không chỉ vào đồ vật
- Bỏ mất các kỹ năng mà trẻ đã có

Hãy nói cho bác sĩ của con quý vị hoặc người chăm sóc trẻ biết nếu quý vị nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy trẻ có thể đang chậm phát triển so với tuổi này, và nói với một người nào đó trong cộng đồng của quý vị quen thuộc với dịch vụ cho các đứa trẻ trong vùng của quý vị, cũng như chương trình can thiệp sớm cộng đồng. Muốn có nhiều thông tin hơn, hãy vào www.cdc.gov/concerned hoặc gọi 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).

Phỏng theo CHĂM SÓC CON MỚI SINH VÀ TRẺ NHỎ: TỪ KHI SINH RA ĐẾN 5 TUỔI, Xuất Bản Lần Thứ Năm, Steven Shelov và Tanya Remer Altman biên soạn © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em và TƯƠNG LAI RỰC RỠ: CHUẨN TẮC CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ SƠ SINH, TRẺ NHỎ VÀ THIẾU NHI, Xuất Bản Lần Thứ Ba, Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, và Paula M. Duncan xuất bản, 2008, Elk Grove Village, IL: Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em. Danh sách theo dõi mốc phát triển quan trọng này không phải là một tài liệu thay thế cho một công cụ thẩm định phát triển được hợp thức hóa, được tiêu chuẩn hóa.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Giúp Trẻ Học tập và Phát triển



Quý vị có thể giúp trẻ học tập và phát triển. Nói, đọc, hát và chơi cùng trẻ mỗi ngày. Dưới đây là một số hoạt động vui chơi cùng trẻ 1 tuổi ngay hôm nay.

Những Điều Quý vị Có thể Làm cho Trẻ 1 Tuổi Của Mình:

- Cho trẻ thời gian làm quen với người chăm sóc mới. Lấy một món đồ chơi, thú bông hoặc chiếc chăn mà trẻ thích để dỗ trẻ.
- Trước những hành vi không vừa ý, quý vị hãy nói “không” một cách dứt khoát. Đừng quát, hét hét hoặc giải thích dài dòng. Áp dụng một hình thức kỷ luật và ngó lơ trẻ trong 30 giây đến 1 phút có thể giúp trẻ định hướng lại.
- Ôm, hôn và tán dương trẻ thật nhiều nếu trẻ có hành vi tốt.
- Dành nhiều thời gian khích lệ các hành vi tốt thay vì phạt các hành vi không tốt (dành gấp 4 lần thời gian khích lệ hành vi tốt để định hướng lại trẻ tránh các hành vi không tốt).
- Nói với trẻ về việc quý vị đang làm. Ví dụ, “Mẹ đang rửa tay cho con bằng khăn rửa tay”.
- Đọc sách cùng trẻ mỗi ngày. Nhờ trẻ lật trang. Cùng trẻ chơi trò thay nhau gọi tên tranh.
- Mở rộng những gì trẻ nói hoặc định nói, hoặc vật trẻ chỉ. Nếu trẻ chỉ một chiếc xe tải và nói “t” hoặc “tải”, quý vị hãy nói “Đúng rồi, chiếc xe tải to màu xanh”.
- Đưa cho trẻ sáp màu và giấy, rồi để trẻ vẽ tùy ý. Hướng dẫn trẻ cách vẽ các đường lên xuống và chéo. Tán dương khi trẻ cố gắng vẽ lại các đường đó.
- Chơi xếp hình, phân loại hình và chơi các đồ chơi khuyến khích trẻ sử dụng tay khác.
- Giấu các đồ chơi nhỏ và đồ vật khác rồi bảo trẻ đi tìm.
- Yêu cầu trẻ gọi tên các bộ phận cơ thể hoặc đồ vật quý vị trông thấy khi lái xe.
- Hát các bài có minh họa, như bài “The Itsy Bitsy Spider” và “Wheels on the Bus.” Giúp trẻ thực hiện các động tác theo quý vị.
- Đưa cho trẻ xoong và chảo hoặc một dụng cụ âm nhạc nhỏ như một cái trống hoặc cái chũm chọe. Khuyến khích trẻ tạo ra âm thanh.
- Có nhiều không gian an toàn cho trẻ chạy chững biết đi khám phá. (Biến căn nhà của quý vị trở nên an toàn đối với trẻ chạy chững biết đi. Cắt kỹ các sản phẩm dành cho lau rửa, giặt giũ, chăm sóc vườn tược và ô tô. Sử dụng cửa an toàn và khóa cửa thông ra ngoài và cửa xuống tầng hầm.)
- Đưa cho trẻ các đồ chơi đẩy như xe đẩy tay hoặc xe đẩy chân.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Con Quý Vị Được 18 Tháng (1½ Tuổi)



Tên Trẻ

Tuổi Trẻ

Ngày Hôm Nay

Cách con quý vị chơi, học, nói, và vận động cho biết những manh mối quan trọng về sự phát triển của trẻ. Những mốc phát triển quan trọng là những gì hầu hết mọi đứa trẻ đều có thể làm được đến hết một tuổi nhất định.

Hãy đánh dấu những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua đến hết 18 tháng. Quý vị hãy đem theo tài liệu này và nói với bác sĩ của con quý vị mỗi khi đi khám về những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua và những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Những Điều Hầu Hết Mọi Đứa Trẻ Đều Làm Ở Tuổi Này:

Xã hội/Xúc cảm

- Thích đưa đồ vật cho người khác khi chơi
- Có thể nổi cơn thịnh nộ
- Có thể sợ người lạ
- Tỏ ra có tình cảm với người thân quen
- Chơi giả bộ, như cho búp bê ăn
- Có thể bám vào người chăm sóc trong các tình huống lạ
- Chỉ cho người khác xem cái gì thú vị
- Khám phá một mình nhưng cần cha mẹ ở gần

Ngôn Ngữ/Giao Tiếp

- Nói nhiều từ đơn âm
- Nói và lắc đầu "không"
- Chỉ cho người nào đó biết cái gì trẻ muốn

Nhận thức (hiểu biết, suy nghĩ, giải quyết vấn đề)

- Biết đồ vật thông thường dùng để làm gì; thí dụ, điện thoại, bàn chải, cái thìa
- Chỉ để gây chú ý
- Tỏ ra thích búp bê hoặc thú nhồi bông bằng cách giả bộ cho ăn
- Chỉ một bộ phận cơ thể
- Tự vẽ
- Có thể làm theo mệnh lệnh từng bước mà không cần minh họa, thí dụ, ngồi khi quý vị nói "ngồi xuống"

Vận Động/Phát Triển Cơ Thể

- Tự đi
- Có thể đi lên bậc thang và chạy
- Kéo đồ chơi trong khi đi
- Có thể tự cởi quần áo
- Uống nước bằng cốc
- Ăn bằng thìa

Hãy Hành Động Sớm Bằng Cách Nói Với Bác Sĩ Nếu Con Quý Vị:

- Không chỉ đồ vật cho người khác xem
- Không đi được
- Không biết đồ vật quen thuộc dùng để làm gì
- Không bắt chước người khác
- Không học được từ mới
- Không nhớ ít nhất 6 từ
- Không để ý hoặc quan tâm khi một người chăm sóc bỏ đi hoặc trở lại
- Bỏ mất các kỹ năng mà nó đã có

Hãy nói cho bác sĩ của con quý vị hoặc người chăm sóc trẻ biết nếu quý vị nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy trẻ có thể đang chậm phát triển so với tuổi này, và nói với một người nào đó trong cộng đồng của quý vị quen thuộc với dịch vụ cho các đứa trẻ trong vùng của quý vị, cũng như chương trình can thiệp sớm công cộng. Muốn có nhiều thông tin hơn, hãy vào www.cdc.gov/concerned hoặc gọi 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).

Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em khuyến nghị việc sàng lọc trẻ để biết được tình trạng phát triển chung ở lần thăm khám 18 tháng tuổi. Hãy hỏi bác sĩ về việc sàng lọc phát triển đối với con quý vị.

Phòng theo CHĂM SÓC CON MỚI SINH VÀ TRẺ NHỎ: TỪ KHI SINH RA ĐẾN 5 TUỔI, Xuất Bản Lần Thứ Năm, Steven Shelov và Tanya Remer Altman biên soạn © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em và TƯỜNG LAI RỰC RỠ: CHUẨN TẮC CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ SƠ SINH, TRẺ NHỎ VÀ THIẾU NHI, Xuất Bản Lần Thứ Ba, Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, và Paula M. Duncan xuất bản, 2008, Elk Grove Village, IL: Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em. Danh sách theo dõi mốc phát triển quan trọng này không phải là một tài liệu thay thế cho một công cụ thăm định phát triển được hợp thức hóa, được tiêu chuẩn hóa.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Giúp Trẻ Học tập và Phát triển



Quý vị có thể giúp trẻ học tập và phát triển. Nói, đọc, hát và chơi cùng trẻ mỗi ngày. Dưới đây là một số hoạt động vui chơi cùng trẻ 18 tháng tuổi ngay hôm nay.

Những Điều Quý vị Có thể Làm cho Trẻ 18 Tháng Tuổi Của Mình:

- Có môi trường an toàn và tràn ngập tình yêu thương. Điều quan trọng là phải nhất quán và dễ đoán biết đối với trẻ.
- Tán dương hành vi tốt nhiều hơn là phạt hành vi xấu (chỉ phạt cho có).
- Mô tả cảm xúc của trẻ. Ví dụ, hãy nói "Con sẽ thích khi đọc quyển sách này".
- Khuyến khích chơi trò giả vờ.
- Khuyến khích sự đồng cảm. Ví dụ, khi trẻ thấy một trẻ khác buồn, hãy khích lệ con ôm và vỗ về đứa trẻ kia.
- Đọc sách và nói chuyện về các bức tranh sử dụng từ ngữ đơn giản.
- Bắt chước cách nói của trẻ.
- Sử dụng các từ mô tả cảm giác và cảm xúc.
- Sử dụng các cụm từ đơn giản, rõ ràng.
- Hỏi các câu đơn giản.
- Giấu vật dưới chân và gối rồi khích lệ trẻ đi tìm.
- Chơi xếp hình, bóng, lego, sách, và các trò dạy trẻ về mối quan hệ nguyên nhân-kết quả và giải quyết vấn đề.
- Gọi tên tranh trong sách và các bộ phận cơ thể.
- Có đồ chơi hỗ trợ các trò chơi giả vờ ví dụ như búp bê, điện thoại đồ chơi.
- Có khu vực an toàn cho trẻ đi lại và vận động.
- Có đồ chơi để trẻ có thể kéo hoặc đẩy an toàn.
- Có bóng cho trẻ đá, lăn và ném.
- Khuyến khích trẻ uống bằng cốc của mình và sử dụng thìa, đừng quá bận tâm việc trẻ gây bẩn, bừa bộn.
- Thổi bong bóng và để trẻ đập bong bóng.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Con Quý Vị Được 2 Tuổi



Tên Trẻ

Tuổi Trẻ

Ngày Hôm Nay

Cách con quý vị chơi, học, nói, và vận động cho biết những manh mối quan trọng về sự phát triển của trẻ. Những mốc phát triển quan trọng là những gì hầu hết mọi đứa trẻ đều có thể làm được đến hết một tuổi nhất định.

Hãy đánh dấu những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua đến sinh nhật 2 tuổi. Quý vị hãy đem theo tài liệu này và nói với bác sĩ của con quý vị mỗi khi đi khám về những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua và những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Những Điều Hầu Hết Mọi Đứa Trẻ Đều Làm Ở Tuổi Này:

Xã hội/Xúc cảm

- Bắt chước người khác, nhất là người lớn và các đứa trẻ lớn tuổi hơn
- Phấn chấn khi có mặt các đứa trẻ khác
- Tỏ ra càng ngày càng độc lập
- Thể hiện sự bướng bỉnh (làm những gì người khác bảo không được làm)
- Chủ yếu chơi bên cạnh các đứa trẻ khác, nhưng bắt đầu cùng chơi với các đứa trẻ khác, cũng như tham gia vào các trò chơi đuổi bắt

Ngôn Ngữ/Giao Tiếp

- Trỏ vào đồ vật hoặc hình ảnh khi chúng được gọi tên
- Nhận biết tên người quen và bộ phận cơ thể
- Nói những câu có 2 tới 4 từ
- Nghe theo lời chỉ dẫn để hiểu
- Lặp lại lời nói nghe lỏm trong cuộc nói chuyện
- Trỏ vào đồ vật trong một cuốn sách

Nhận thức (hiểu biết, suy nghĩ, giải quyết vấn đề)

- Kiểm được đồ vật ngay cả khi bị giấu dưới hai hoặc ba vỏ bọc
- Bắt đầu phân loại hình dạng và màu sắc
- Bổ sung các câu và thơ vắn trong các sách quen thuộc
- Chơi trò chơi làm ra vẽ đơn giản
- Xây tháp với 4 khối hoặc nhiều hơn
- Có thể sử dụng một bàn tay nhiều hơn bàn tay kia
- Nghe theo lời chỉ dẫn hai bước như “Nhặt giày lên và đem vào phòng để đồ.”
- Kêu tên các vật trong một cuốn sách hình cũng như một con mèo, con chim, hoặc con chó

Vận Động/Phát Triển Cơ Thể

- Đứng nhón chân
- Đá một quả bóng
- Bắt đầu chạy

- Leo lên trèo xuống từ đồ đạc trong nhà không cần giúp đỡ
- Lên xuống lầu không cần vịn
- Ném quả bóng với tay cao hơn vai
- Làm và bắt chước các đường thẳng và đường tròn

Hãy Hành Động Sớm Bằng Cách Nói Với Bác Sĩ Nếu Con Quý Vị:

- Không sử dụng các cụm từ gồm 2 từ (thí dụ “uống sữa”)
- Không biết làm gì với đồ vật thông thường, như bàn chải, điện thoại, cái nĩa, cái thìa
- Không bắt chước hành động và lời nói
- Không theo lời chỉ dẫn đơn giản
- Không đi vững
- Bỏ mất các kỹ năng mà trẻ đã có

Hãy nói cho bác sĩ của con quý vị hoặc người chăm sóc trẻ biết nếu quý vị nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy trẻ có thể đang chậm phát triển so với tuổi này, và nói với một người nào đó trong cộng đồng của quý vị quen thuộc với dịch vụ cho các đứa trẻ trong vùng của quý vị, cũng như chương trình can thiệp sớm công cộng. Muốn có nhiều thông tin hơn, hãy vào www.cdc.gov/concerned hoặc gọi 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).

Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em khuyến nghị việc sàng lọc trẻ để biết được tình trạng phát triển chung ở lần thăm khám 24 tháng tuổi. Hãy hỏi bác sĩ về việc sàng lọc phát triển đối với con quý vị.

Phòng theo CHĂM SÓC CON MỚI SINH VÀ TRẺ NHỎ: TỪ KHI SINH RA ĐẾN 5 TUỔI, Xuất Bản Lần Thứ Năm, Steven Shelov và Tanya Remer Altman biên soạn © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em và TƯƠNG LAI RỰC RỠ: CHUẨN TẮC CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ SƠ SINH, TRẺ NHỎ VÀ THIẾU NHI, Xuất Bản Lần Thứ Ba, Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, và Paula M. Duncan xuất bản, 2008, Elk Grove Village, IL: Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em. Danh sách theo dõi mốc phát triển quan trọng này không phải là một tài liệu thay thế cho một công cụ thăm định phát triển được hợp thức hóa, được tiêu chuẩn hóa.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Giúp Trẻ Học tập và Phát triển



Quý vị có thể giúp trẻ học tập và phát triển. Nói, đọc, hát và chơi cùng trẻ mỗi ngày. Dưới đây là một số hoạt động vui chơi cùng trẻ 2 tuổi ngay hôm nay.

Những Điều Quý vị Có thể Làm cho Trẻ 2 Tuổi Của Mình:

- Khuyến khích trẻ giúp các việc đơn giản trong nhà, như quét nhà và nấu bữa tối. Tán dương trẻ khi trẻ giúp đỡ tích cực.
- Ở tuổi này, trẻ chỉ chơi cạnh (chứ không chơi với) nhau và không biết chia sẻ. Những lúc chơi chung, hãy đưa cho trẻ thật nhiều đồ chơi. Quan sát trẻ thật kỹ và can thiệp nếu chúng đánh nhau hay cãi nhau.
- Để tâm đến trẻ và tán dương khi trẻ làm theo hướng dẫn. Đừng để tâm quá nhiều đến những hành vi bướng bỉnh. Dành nhiều thời gian tán dương hành vi tốt hơn là trừng phạt những hành vi chưa tốt.
- Dạy trẻ xác định và nói các bộ phận cơ thể, động vật và những vật thông thường khác.
- Đừng sửa trẻ khi trẻ diễn đạt không đúng. Thay vào đó, quý vị hãy diễn đạt lại cho đúng. Ví dụ như, “Đó là quả bóng”.
- Khuyến khích trẻ nói ra từ thay vì chỉ tay. Nếu trẻ không nói được cả từ (“sữa”), hãy gợi ý cho trẻ âm đầu tiên (“s”). Dần dần, quý vị có thể nhắc để trẻ nói cả câu — “Con muốn uống sữa”.
- Giấu đồ chơi của trẻ quanh phòng và để trẻ đi tìm.
- Giúp trẻ chơi lego bằng các miếng ghép hình, màu sắc hoặc các con vật trên nông trại. Gọi tên từng mảnh ghép khi trẻ xếp vào.
- Khuyến khích trẻ chơi xếp hình. Thay nhau xây tháp rồi phá đi.
- Thực hiện các dự án nghệ thuật với trẻ sử dụng sáp màu, màu nước và giấy. Mô tả tác phẩm mà trẻ tạo ra và treo tác phẩm đó lên tường hoặc tủ lạnh.
- Nhờ trẻ giúp mở cửa và ngăn kéo và lật trang sách hoặc tạp chí.
- Khi trẻ đã đi vững, nhờ trẻ mang cho quý vị những đồ vật nhỏ.
- Đá bóng qua lại với trẻ. Khi trẻ đã đá tốt, khích lệ trẻ chạy và đá.
- Đưa trẻ đến công viên để chạy và trèo lên các thiết bị vui chơi và đi bộ trên các đoạn đường đi bộ giữa thiên nhiên. Hãy theo sát trẻ.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Con Quý Vị Được 3 Tuổi



Tên Trẻ

Tuổi Trẻ

Ngày Hôm Nay

Cách con quý vị chơi, học, nói, và vận động cho biết những manh mối quan trọng về sự phát triển của trẻ. Những mốc phát triển quan trọng là những gì hầu hết mọi đứa trẻ đều có thể làm được đến hết một tuổi nhất định.

Hãy đánh dấu những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua đến sinh nhật 3 tuổi. Quý vị hãy đem theo tài liệu này và nói với bác sĩ của con quý vị mỗi khi đi khám về những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua và những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Những Điều Hầu Hết Mọi Đứa Trẻ Đều Làm Ở Tuổi Này:

Xã hội/Xúc cảm

- Bắt chước người lớn và bạn
- thể hiện tình cảm với bạn
- Chơi theo lượt
- Tỏ ra quan tâm tới một bạn đang khóc
- Hiểu ý niệm "của tôi" và "của người khác"
- Thể hiện nhiều cung bậc cảm xúc
- Phân biệt dễ dàng mẹ và cha
- Có thể không thích các thay đổi lớn trong thói quen hằng ngày
- Tự mặc và thay quần áo

Ngôn Ngữ/Giao Tiếp

- Nghe theo lời chỉ dẫn với 2 hoặc 3 bước
- Có thể gọi tên hầu hết các đồ vật quen thuộc
- Hiểu các lời nói như "ở trong," "ở trên," và "ở dưới"
- Nói tên, tuổi, và giới tính
- Gọi tên một người bạn
- Nói các từ như "tôi," "tao," "chúng tôi," và "các người" và vài dạng số nhiều (nhiều xe, chó, mèo)
- Nói đủ tốt để những người lạ có thể hiểu được phần lớn nội dung
- Tiếp chuyện được với 2 tới 3 câu

Nhận thức (hiểu biết, suy nghĩ, giải quyết vấn đề)

- Có thể điều khiển đồ chơi bằng nút bấm, cần điều khiển, và bộ phận di chuyển
- Chơi trò chơi làm ra vẽ với búp bê, thú nuôi, và người ta
- Chơi ghép hình với 3 hoặc 4 miếng
- Hiểu nghĩa của "hai"
- Bắt chước vẽ hình tròn bằng bút chì hoặc phấn vẽ màu
- Lật trang sách một trang mỗi lần
- Xây tháp với nhiều hơn 6 khối
- Mở và đóng nắp chai hoặc xoay tay nắm cửa

Vận Động/Phát Triển Cơ Thể

- Leo trèo tốt
- Chạy dễ dàng
- Đạp xích lô (xe đạp 3 bánh)
- Đi lên và đi xuống bậc thang, một chân trên mỗi bậc

Hãy Hành Động Sớm Bằng Cách Nói Với Bác Sĩ Nếu Con Quý Vị:

- Hay ngã và lên xuống cầu thang khó khăn
- Nói lung tung hoặc có lời nói rất không rõ ràng
- Không thể chơi các đồ chơi đơn giản (như bảng ghim bản, trò chơi đồ đơn giản, tay quay)
- Không nói đủ câu
- Không hiểu lời chỉ dẫn đơn giản
- Không chơi giả đồ hoặc trò chơi làm ra vẽ
- Không muốn chơi với các đứa trẻ khác hoặc với các đồ chơi
- Không giao tiếp bằng mắt
- Bỏ mất các kỹ năng mà trẻ đã có

Hãy nói cho bác sĩ của con quý vị hoặc người chăm sóc trẻ biết nếu quý vị nhận thấy một bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy trẻ có thể đang chậm phát triển so với tuổi này, và nói với một người nào đó trong cộng đồng của quý vị quen thuộc với dịch vụ cho các đứa trẻ trong vùng của quý vị, cũng như chương trình can thiệp sớm công cộng. Muốn có nhiều thông tin hơn, hãy vào www.cdc.gov/concerned hoặc gọi 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).

Phòng theo CHĂM SÓC CON MỚI SINH VÀ TRẺ NHỎ: TỪ KHI SINH RA ĐẾN 5 TUỔI, Xuất Bản Lần Thứ Năm, Steven Shelov và Tanya Remer Altman biên soạn © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em và TƯƠNG LAI RỰC RỠ: CHUẨN TẮC CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ SƠ SINH, TRẺ NHỎ VÀ THIẾU NHI, Xuất Bản Lần Thứ Ba, Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, và Paula M. Duncan xuất bản, 2008, Elk Grove Village, IL: Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em. Danh sách theo dõi mốc phát triển quan trọng này không phải là một tài liệu thay thế cho một công cụ tham định phát triển được hợp thức hóa, được tiêu chuẩn hóa.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Giúp Trẻ Học tập và Phát triển



Quý vị có thể giúp trẻ học tập và phát triển. Nói, đọc, hát và chơi cùng trẻ mỗi ngày. Dưới đây là một số hoạt động vui chơi cùng trẻ 3 tuổi ngay hôm nay.

Những Điều Quý vị Có thể Làm cho Trẻ 3 Tuổi Của Mình:

- Đưa trẻ đến các điểm vui chơi tập thể hoặc chỗ lạ có các trẻ khác, để khuyến khích trẻ chơi hòa thuận với các bạn khác.
- Cùng trẻ giải quyết vấn đề khi trẻ không vui.
- Nói ra cảm xúc của trẻ. Ví dụ, hãy nói “Mẹ biết là con đang cáu bời vì con đã ném mảnh ghép đó”. Khuyến khích trẻ nhận biết các cảm giác khác nhau trong sách truyện.
- Đề ra các quy tắc và giới hạn đối với trẻ, và nghiêm khắc tuân thủ. Nếu trẻ phá vỡ quy tắc, phạt trẻ ở yên trên ghế hoặc trong phòng và ngó lơ trong 30 giây đến 1 phút. Tán dương trẻ khi chúng làm đúng quy tắc.
- Hướng dẫn trẻ bằng các hướng dẫn gồm 2 hoặc 3 bước. Ví dụ, “Đi vào phòng con lấy giấy và áo của con”.
- Đọc cho trẻ nghe mỗi ngày. Yêu cầu trẻ chỉ vào vật trong tranh và nhắc lại theo quý vị.
- Cho trẻ một “hộp dụng cụ” với giấy, sáp màu và sách tô màu. Cùng trẻ tô màu và vẽ các đường và hình.
- Chơi các trò ghép cặp. Yêu cầu trẻ tìm đồ vật trong sách hoặc quanh nhà có đặc điểm giống nhau.
- Chơi đếm. Đếm các bộ phận cơ thể, bậc cầu thang và các vật quý vị sử dụng hoặc nhìn thấy hàng ngày khác.
- Dắt trẻ lên xuống cầu thang. Khi trẻ có thể đi lên xuống dễ dàng, khuyến khích trẻ sử dụng tay vịn cầu thang.
- Chơi ngoài trời với trẻ. Đến công viên hoặc chỗ có đường đi bộ dài. Để trẻ chơi tự do mà không cần các hoạt động theo khuôn phép.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Con Quý Vị Được 4 Tuổi



Tên Trẻ

Tuổi Trẻ

Ngày Hôm Nay

Cách con quý vị chơi, học, nói, và vận động cho biết những manh mối quan trọng về sự phát triển của trẻ. Những mốc phát triển quan trọng là những gì hầu hết mọi đứa trẻ đều có thể làm được đến hết một tuổi nhất định.

Hãy đánh dấu những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua đến sinh nhật 4 tuổi. Quý vị hãy đem theo tài liệu này và nói với bác sĩ của con quý vị mỗi khi đi khám về những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua và những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Những Điều Hầu Hết Mọi Đứa Trẻ Đều Làm Ở Tuổi Này:

Xã hội/Xúc cảm

- Thích làm những thứ mới
- Chơi trò làm "Cha Mẹ"
- Càng ngày càng sáng tạo với trò chơi làm ra vẽ
- Thích chơi với các đứa trẻ khác hơn chơi một mình
- Hợp tác với các đứa trẻ khác
- Thường không thể nói cái gì thật và cái gì làm ra vẽ
- Nói về cái gì trẻ thích và cái gì làm trẻ quan tâm

Ngôn Ngữ/Giao Tiếp

- Biết vài quy tắc ngữ pháp cơ bản, cũng như sử dụng đúng "cậu ấy" và "cô ấy"
- Hát một bài hát hoặc ngâm một bài thơ thuộc lòng như "Itsy Bitsy Spider" hoặc "Wheels on the Bus"
- Kể chuyện
- Có thể nói tên và họ

Nhận thức (hiểu biết, suy nghĩ, giải quyết vấn đề)

- Nói tên được vài màu sắc và vài số
- Hiểu được ý nghĩa của việc đếm
- Bắt đầu hiểu thời gian
- Nhớ lại các đoạn của một câu chuyện
- Hiểu được khái niệm của "giống nhau" và "khác nhau"
- Vẽ một người với 2 đến 4 bộ phận
- Sử dụng kéo
- Bắt đầu chép lại vài chữ cái
- Chơi trò chơi bảng hoặc quân bài
- Nói quý vị những gì trẻ nghĩ sẽ xảy ra trong một cuốn sách

Vận Động/Phát Triển Cơ Thể

- Nhảy lò cò và đứng trên một chân đến 2 giây
- Bắt lấy một trái banh đang bật lên hầu hết đúng lúc
- Rót, cắt có sự giám sát, và nghiền nát thức ăn của mình

Hãy Hành Động Sớm Bằng Cách Nói Với Bác Sĩ Nếu Con Quý Vị:

- Không nhảy được tại chỗ
- Gặp khó khăn khi viết chữ nguệch ngoạc
- Tô ra không quan tâm các trò chơi tương tác hoặc làm ra vẽ
- Làm ra vẽ không biết đến các đứa trẻ khác và không hưởng ứng với người ở ngoài gia đình
- Từ chối mặc quần áo, ngủ, và trang điểm
- Không thể kể lại một câu chuyện ưa thích
- Không theo được mệnh lệnh 3 phần
- Không hiểu được "giống nhau" và "khác biệt"
- Không sử dụng đúng "tôi" và "bạn"
- Nói không rõ ràng
- Bỏ mất các kỹ năng mà trẻ đã có

Hãy nói cho bác sĩ của con quý vị hoặc người chăm sóc trẻ biết nếu quý vị nhận thấy một bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy trẻ có thể đang chậm phát triển so với tuổi này, và nói với một người nào đó trong cộng đồng của quý vị quen thuộc với dịch vụ cho các đứa trẻ trong vùng của quý vị, cũng như chương trình can thiệp sớm công cộng. Muốn có nhiều thông tin hơn, hãy vào www.cdc.gov/concerned hoặc gọi 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).

Phòng theo CHĂM SÓC CON MỚI SINH VÀ TRẺ NHỎ: TỪ KHI SINH RA ĐẾN 5 TUỔI, Xuất Bản Lần Thứ Năm, Steven Shelov và Tanya Remer Altman biên soạn © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em và TƯƠNG LAI RỰC RỠ: CHUẨN TẮC CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRẺ SƠ SINH, TRẺ NHỎ VÀ THIẾU NHI, Xuất Bản Lần Thứ Ba, Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, và Paula M. Duncan xuất bản, 2008, Elk Grove Village, IL: Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em. Danh sách theo dõi mốc phát triển quan trọng này không phải là một tài liệu thay thế cho một công cụ thẩm định phát triển được hợp thức hóa, được tiêu chuẩn hóa.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Giúp Trẻ Học tập và Phát triển



Quý vị có thể giúp trẻ học tập và phát triển. Nói, đọc, hát và chơi cùng trẻ mỗi ngày. Dưới đây là một số hoạt động vui chơi cùng trẻ 4 tuổi ngay hôm nay.

Những Điều Quý vị Có thể Làm cho Trẻ 4 Tuổi Của Mình:

- Cùng trẻ chơi trò đóng giả. Để trẻ làm người chỉ huy và bắt chước hành động của trẻ.
- Gợi ý trẻ giả vờ có một sự việc sắp xảy ra có thể khiến trẻ lo lắng, như đi nhà trẻ hoặc ở qua đêm ở nhà ông bà.
- Đưa ra cho trẻ các lựa chọn đơn giản bất cứ khi nào quý vị có thể nghĩ ra. Cho trẻ chọn đồ mặc, đồ chơi hoặc món ăn cho bữa phụ. Giới hạn trong 2 hoặc 3 lựa chọn.
- Trong khi chơi chung, để trẻ tự giải quyết vấn đề với các bạn, nhưng quý vị hãy ở gần để giúp đỡ nếu cần.
- Khuyến khích trẻ sử dụng từ ngữ, chia sẻ đồ chơi và hoán đổi lượt chơi cho nhau.
- Chuẩn bị cho trẻ đồ chơi khơi gợi trí tưởng tượng, như quần áo hóa trang, bộ đồ bếp và các miếng xếp hình.
- Sử dụng đúng ngữ pháp khi nói chuyện với trẻ. Thay vì nói "Me muốn con qua đây", hãy nói "Mẹ muốn con qua đây".
- Sử dụng các từ như "thứ nhất", "thứ hai" và "cuối cùng" khi nói về hoạt động hàng ngày. Cách này sẽ giúp trẻ học về trình tự các sự kiện.
- Kiên nhẫn trả lời cặn kẽ các câu hỏi "tại sao" của trẻ. Nếu quý vị không biết câu trả lời, hãy nói "Bố/mẹ không biết" hoặc giúp trẻ tìm câu trả lời trong sách, trên Internet hoặc từ một người lớn khác.
- Khi quý vị cùng trẻ đọc, hãy yêu cầu trẻ thuật lại những điều đã xảy ra trong câu chuyện trong quá trình đọc.
- Nói tên màu sắc trong sách, hình ảnh và đồ vật trong nhà. Đếm các vật dụng thông thường, như số miếng bim bim, bậc thang hoặc toa tàu đồ chơi.
- Dạy trẻ chơi các trò ngoài trời như trò đuổi bắt, rồng rắn lên mây và trò vịt, vịt, ngỗng.
- Chơi bản nhạc trẻ ưa thích và nhảy cùng trẻ. Luân lượt bắt chước động tác của nhau.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Con Quý Vị Được 5 Tuổi



Tên Trẻ

Tuổi Trẻ

Ngày Hôm Nay

Cách con quý vị chơi, học, nói, và vận động cho biết những manh mối quan trọng về sự phát triển của trẻ. Những mốc phát triển quan trọng là những gì hầu hết mọi đứa trẻ đều có thể làm được đến hết một tuổi nhất định.

Hãy đánh dấu những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua đến sinh nhật 5 tuổi. Quý vị hãy đem theo tài liệu này và nói với bác sĩ của con quý vị mỗi khi đi khám về những mốc quan trọng mà con quý vị đã trải qua và những gì sẽ diễn ra tiếp theo.

Những Điều Hầu Hết Mọi Đứa Trẻ Đều Làm Ở Tuổi Này:

Xã hội/Xúc cảm

- Muốn làm hài lòng các bạn
- Muốn được như các bạn
- Dễ dàng đồng ý với các quy tắc
- Thích hát, nhảy múa, và hành động
- Nhận biết giống đực cái
- Có thể nói cái gì thật và cái gì làm ra vẻ
- Tô ra độc lập hơn (thí dụ, có thể tự sang thăm một người láng giềng ở sát nhà [vẫn còn cần sự trông chừng của người lớn])
- Đôi khi vui vênh và đôi khi rất hợp tác

Ngôn Ngữ/Giao Tiếp

- Nói rất rõ ràng
- Kể một câu chuyện đơn giản dùng nhiều câu
- Sử dụng thì tương lai; thí dụ, "Bà sẽ tới đây."
- Nói tên và địa chỉ

Nhận thức (hiểu biết, suy nghĩ, giải quyết vấn đề)

- Đếm 10 đồ vật hoặc nhiều hơn
- Có thể vẽ người với ít nhất 6 bộ phận trên cơ thể
- Có thể viết theo lối chữ in vài chữ hoặc số
- Sao chép một hình tam giác và các hình dạng hình học khác
- Biết vẽ đồ vật dùng hàng ngày, như tiền và thức ăn

Vận Động/Phát Triển Cơ Thể

- Đứng trên một chân trong 10 giây hoặc lâu hơn
- Nhảy lò cò; có thể bỏ bước
- Có thể nhảy lộn nhào
- Sử dụng nĩa và thìa và đôi khi cả dao ăn
- Có thể sử dụng nhà vệ sinh một mình
- Đánh đu và leo trèo

Hãy Hành Động Sớm Bằng Cách Nói Với Bác Sĩ Nếu Con Quý Vị:

- Không thể hiện nhiều cung bậc cảm xúc
- Có hành vi quá khích (cực kỳ sợ hãi, hung hăng, nhút nhát hoặc buồn bã)
- Thu mình khác thường và không hoạt động
- Dễ bị sao lãng, gặp khó khăn khi tập trung vào một hoạt động lâu hơn 5 phút
- Không phản ứng với mọi người, hoặc chỉ phản ứng hời hợt
- Không phân biệt được cái gì thật và cái gì làm ra vẻ
- Không chơi nhiều trò chơi và hoạt động
- Không nói được tên và họ
- Không sử dụng chính xác số nhiều và thời quá khứ
- Không kể lại những điều đã trải nghiệm và hoạt động hằng ngày
- Không vẽ hình
- Không thể chải răng, rửa và lau khô tay, hoặc cởi quần áo mà không có người giúp
- Bỏ mất các kỹ năng mà trẻ đã có

Hãy nói cho bác sĩ của con quý vị hoặc người chăm sóc trẻ biết nếu quý vị nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào cho thấy trẻ có thể đang chậm phát triển so với tuổi này, và nói với một người nào đó trong cộng đồng của quý vị quen thuộc với dịch vụ cho các đứa trẻ trong vùng của quý vị, cũng như chương trình can thiệp sớm công cộng. Muốn có nhiều thông tin hơn, hãy vào www.cdc.gov/concerned hoặc gọi 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636).

Phòng theo CHĂM SÓC CON MỚI SINH VÀ TRẺ NHỎ: TỪ KHI SINH RA ĐẾN 5 TUỔI, Xuất Bản Lần Thứ Năm, Steven Shelov và Tanya Remer Altman biên soạn © 1991, 1993, 1998, 2004, 2009 Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em và TƯƠNG LAI RỰC RỠ: CHUẨN TẮC CHĂM SÓC KHỎE TRẺ SƠ SINH, TRẺ NHỎ VÀ THIẾU NHI, Xuất Bản Lần Thứ Ba, Joseph Hagan, Jr., Judith S. Shaw, và Paula M. Duncan xuất bản, 2008, Elk Grove Village, IL: Viện Hoa Kỳ về Khoa Trẻ Em. Danh sách theo dõi mốc phát triển quan trọng này không phải là một tài liệu thay thế cho một công cụ thẩm định phát triển được hợp thức hóa, được tiêu chuẩn hóa.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.

Giúp Trẻ Học tập và Phát triển



Quý vị có thể giúp trẻ học tập và phát triển. Nói, đọc, hát và chơi cùng trẻ mỗi ngày. Dưới đây là một số hoạt động vui chơi cùng trẻ 5 tuổi ngay hôm nay.

Những Điều Quý vị Có thể Làm cho Trẻ 5 Tuổi Của Mình:

- Duy trì việc bố trí các buổi chơi cùng nhau, đến công viên hoặc chơi nhóm. Cho trẻ tự do hơn trong việc chọn hoạt động nào để chơi với bạn và để trẻ tự giải quyết vấn đề của mình.
- Trẻ có thể sẽ cãi lại hoặc sử dụng ngôn từ không hay (chửi thề) như là một cách để tạo cảm giác tự lập. Đừng quá bận tâm đến việc dùng ngôn từ đó, có phạt cũng chỉ phạt và ngó lơ cho có. Thay vào đó, hãy tán dương trẻ khi trẻ xin cái gì một cách lễ phép và bình tĩnh nói “không” khi không đồng ý.
- Đây là thời điểm tốt để nói với trẻ về hành vi đụng chạm an toàn. Không ai được chạm vào “các bộ phận kín” trừ bác sĩ hoặc y tá trong khi khám bệnh hoặc bố mẹ khi muốn giữ cho con sạch sẽ.
- Dạy trẻ về địa chỉ và số điện thoại cần liên lạc.
- Khi đọc cho trẻ, hãy yêu cầu trẻ phán đoán diễn biến tiếp theo trong câu chuyện.
- Khuyến khích trẻ “đọc” bằng cách nhìn vào tranh ảnh và kể lại.
- Dạy trẻ khái niệm về thời gian như buổi sáng, chiều, tối, hôm nay, ngày mai và hôm qua. Bắt đầu dạy trẻ các ngày trong tuần.
- Khám phá sở thích của trẻ trong môi trường cộng đồng. Ví dụ, nếu trẻ yêu động vật, hãy đi thăm sở thú hoặc trang trại vật nuôi. Đến thư viện hoặc lên mạng Internet để tìm hiểu về các chủ đề này.
- Luôn có sẵn một hộp nhỏ gồm màu sáp, giấy, màu nước, kéo trẻ em và hồ dán. Khuyến khích trẻ vẽ và sáng tạo các dự án nghệ thuật bằng các nguyên liệu khác nhau.
- Chơi đồ chơi có tác dụng khuyến khích trẻ lắp ghép các bộ phận với nhau.
- Dạy trẻ cách dùng chân đẩy xích đu.
- Giúp trẻ học cách leo trèo trên khung tập leo trèo.
- Đi dạo với trẻ, chơi trò đi tìm kho báu quanh chỗ ở hoặc trong công viên, giúp trẻ đạp xe có bánh tập đi (đội mũ bảo hiểm).

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Tìm hiểu các Dấu hiệu. Can thiệp Sớm.