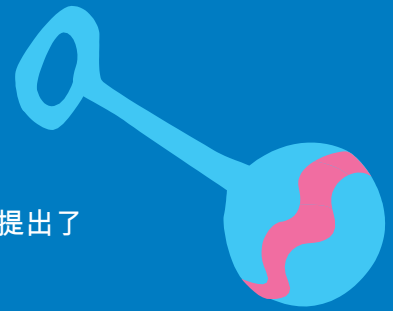




亲爱的家长和看护人，

每个孩子的成长速度均不相同，他们或多或少都能做出以下每个年龄组中列出的活动。如果您关心孩子的成长，请联系您孩子的医生。该工具提出了一些您可以用来鼓励孩子成长的活动。尽情享受观看并帮助您的孩子成长吧！



出生至6个月

我可以……

- 跟着我的动作和声音转动眼睛和头。
- 翻身。
- 对吵闹的噪音做出反应。
- 当我需要休息，不做某项活动时，我会扭头/转身或者哭起来。
- 微笑和大笑。
- 当我需要某些东西的时候我会哭。我可能是饿了、疼了或者尿尿了。
- 注意到我的手。
- 喜欢把东西放到嘴巴里。
- 把一件东西从一只手移到另一只手。
- 俯卧的时候把头抬起来。
- 蹬脚和伸展胳膊。
- 嗜睡。
- 发出声音，如啊和哦。
- 发出咯咯声和咕咕声。
- 玩弄手和脚。
- 和你们进行眼神交流。

想帮助我成长，你们可以……

- 轻抚我的头和皮肤。
- 轻轻拍拍我的背、抱我/摇我/带我走走，或者轻声说话，我就能安静下来。
- 不要让我靠近吵闹的噪音。
- 轻声跟我说话，唱歌给我听。
- 跟我进行眼神交流，多对我笑。
- 我的尿布湿了或脏了的话，马上帮我换掉。
- 给我安全的玩具，如塑料/橡胶圈、拨浪鼓或柔软的东西
- 不要把我扔到空中或者抖动我。
- 给我看带有大尺寸彩图和不同质地的书本。
- 不要让我的头左右摇摆。我颈部的肌肉很柔弱。
- 缓慢地在我面前移动物体，这样我的头和眼睛才能跟得上。

6至12个月

我可以……

- 发出声音，如bbbb、dada、gaga或mama。
- 在你的帮助下，我可以喝杯子里的水，吃固体食物。
- 反复不断地重复动作，以帮助我学习。
- 理解“不”是什么意思。（但我也许不会听你的。）
- 模仿你发出的声音和做出的动作。
- 在没人帮助时就能抬着头，坐着。
- 对我的名字做出反应。
- 翻身。
- 俯卧着来回转动或爬行。
- 伸手去拿放在我前面的物品。
- 在陌生人当中认出你们。
- 把东西拿出/放进一个容器。
- 用我的手抬起物品。
- 靠着东西爬起来。
- 挥手“拜拜”。

想帮助我成长，你们可以……

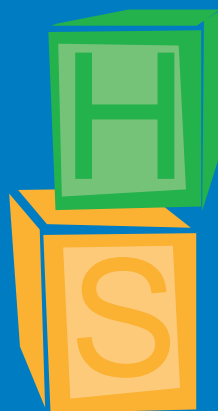
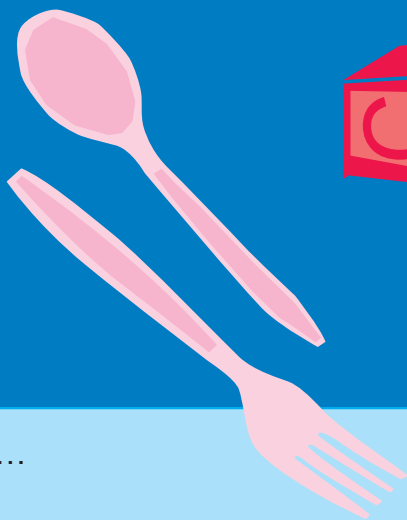
- 唱或者播放有很多重复内容的歌曲。
- 把会让我呛到的东西从我眼前拿走。
- 给我足够的空间，让我能伸展手脚。
- 陪我玩游戏，如“拍蛋糕”和“躲猫猫”。
- 给我看带有大尺寸彩图和不同质地的书本。
- 给我可以咬、砸、摇或者扔的安全玩具，如积木和杯子。
- 给我能够发声，且感觉/看起来跟其他东西不一样的安全物品/玩具。
- 在夜里，用我最喜欢的毯子、音乐或动物玩具帮我抚慰自己。
- 在我学习沟通和向你们表达我喜欢/不喜欢的东西时，要对我的声音和身体动作做出回应。

## 我可以……

- 回答问题，比如指出“球在哪里”
- 记住几个钟头或一天前发生的事情。
- 偏食。
- 啃手指头。
- 独立行走，但有时我可能会爬着。
- 做你们告诉我不要做的事情。
- 自己从杯子里喝水，但我可能会让水洒出来。
- 模仿你们。
- 开始思考解决问题的方法。
- 与你们分开时会感到难过。
- 把一个东西堆到另一个东西上面。
- 注意广度很小。
- 沮丧时会哭、敲打或发脾气。
- 听从简单的指令。
- 翻开书中的一页。
- 说 10-15 个字。

## 想帮助我成长，你们可以……

- 给我提供选择。
- 确保我有足够的休息时间。
- 带我去散步。
- 面对面跟我轻声说话。
- 给我又小又软的食物，让我自己吃。
- 在我沮丧时，鼓励我用词语。
- 重复我最喜欢的书、儿歌、歌曲和故事。
- 跟我说说我所感受到、听到、看到、闻到和品尝到的东西。
- 鼓励我搬东西、爬行、拉东西和推东西。
- 跟我玩捉迷藏和手指游戏，如“可爱的小蜘蛛”。
- 用短语赞美我，如“做得好！”或“你真努力！”



## 我可以……

- 使用餐具。
- 使用重点在我自己身上的词语，如“我和我的”。
- 说 15-50 个词，每个月都会用新的词。
- 向前踢球。
- 说出两个词的句子，如“抱我！”
- 转弯。
- 帮助你们给我穿衣服或脱衣服。
- 能够发出动物的声音。
- 说出书中的简单图片。
- 能够说出并指出身体部位。
- 在你们的帮助下，我能爬上和走下楼梯。
- 爬、跳、跑和走。
- 不喜欢分享。
- 跟着音乐动起来。

## 想帮助我成长，你们可以……

- 给我大蜡笔来涂写。
- 帮我用话语表达感情。
- 帮我用勺子吃东西，用吸管喝东西。
- 看紧我，因为我可能会到处乱跑。
- 给我能够倾倒、舀取、挤压和堆叠的玩具。
- 在室内外提供安全区，供我走来走去。
- 读给我听，并鼓励我找到图片中的物品。
- 在我做事情时，告诉我我正在做什么。例如，“你在滚皮球。”
- 给我能够玩假装游戏的玩具，如塑料食物和没有线的电话。

我可以……

- 用一只脚（而不是两只脚）一步一阶地爬上或走下楼梯。
- 喜欢用双手中的一只。
- 说 50-300 个词，能更好地发音。
- 经常问“为什么？”。
- 说出三个词的句子，如“妈妈抱我！”
- 经常因为沮丧而发脾气。
- 自言自语地练习新词。
- 能够说出我的岁数。
- 对用厕所表现出兴趣。
- 对其他小朋友表现出兴趣。
- 能够开门。
- 通过形状和颜色匹配物品。
- 模仿你们的话和动作。
- 知道我自己是男孩还是女孩。



想帮助我成长，你们可以……

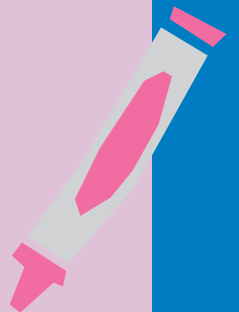
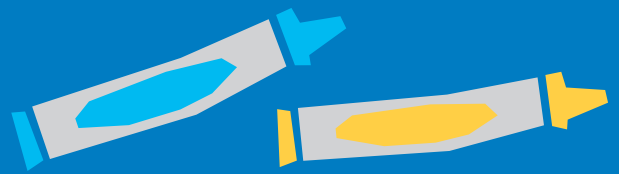
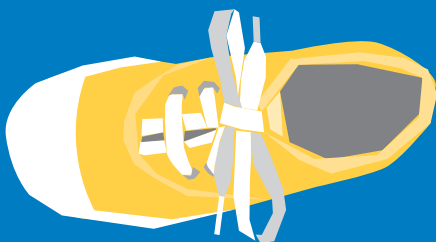
- 唱字母歌给我听，给我读带颜色和形状的书本。
- 跟我一起踢球和扔球。
- 帮助我自己做事情，如扣上纽扣。
- 给我机会跟其他小朋友玩耍。
- 读给我听。
- 在我玩的时候问我问题，如“你在干什么呢？”
- 把你们不想让我碰到的东西放到我够不着的地方。
- 给我四块拼图或乐器让我自己玩耍。
- 观察我，看我喜欢和不喜欢吃什么。我可能会不吃很多食物。
- 问我之前发生的事情，如“这个玩具谁给你的呀？”
- 给我小珠子（1-½英寸宽），让我把它们穿到一根线上。确保我不把它们吞下去。

我可以……

- 独立做许多事情。如刷牙、脱衣服和吃东西。
- 能够唱一首简单的歌。
- 不在你们身边时也不会感到不安。
- 解决简单的拼图版。
- 玩很多假装游戏，如拥有一个想象出来的朋友。
- 开始理解一样/不一样的概念。
- 能够自己洗手。
- 如果你先画一个圆形或方形，我也能跟着画出来。
- 排队等候并与他人分享。
- 把 6 件物品堆起来。
- 跳一英尺高。
- 在我说话时会把一些词弄混。
- 骑三轮车。
- 用五到六个词的句子。
- 使用动词。
- 学会上厕所。
- 使用剪刀。

想帮助我成长，你们可以……

- 鼓励我练习画画。
- 给我提供选择，这样我就能做出一些决定。
- 想让我怎么跟别人说话，你们就怎么跟我说话。
- 在体验新事物时，告诉我该有什么期待，以让我做好准备。
- 给我四块或五块的拼图版。
- 让我解决问题，如解决与朋友的冲突，或自己穿衣服，直到我需要你们帮助为止。
- 跟我一起拍和接住一个大球。
- 在我用不锋利/塑料剪刀剪纸时，看好我。
- 教我新的词，并读给我听。
- 试着为我的玩耍时间、吃饭时间和睡觉时间制定有规律的时间表。
- 给我可以匹配或数数的物品，如积木、杯子和塑料勺子。



## 4 到 5 岁

我可以……

- 说五个或更多词的句子，还能说故事。
- 知道大部分的颜色。
- 准备好可以做简单的任务，如帮助摆餐具。
- 在你画完一个三角形或菱形后，我可以跟着画出来。
- 说出你不喜欢的词，这样我就能看到你的反应。
- 走直线。
- 跟其他小朋友一起玩耍，而不是站在他们旁边。
- 在发 f、l、r、s、v 或 z 音时会遇到困难。
- 跳。
- 喜欢问怎样、什么时候和在哪里之类的问题。
- 能画出带有眼睛、一个嘴巴和一个鼻子的脸。
- 能够通过大小匹配物品。
- 学习写字母。
- 自己在秋千上舞动。

想帮助我成长，你们可以……

- 让我自己梳头。
- 唱含有身体动作的歌。
- 帮助我理解幻想与现实。
- 安排活动和安静的玩耍时间。
- 鼓励我自己做事情，并鼓励我在需要的时候去寻求帮助。
- 教我怎么洗手，怎么把手弄干。
- 向我提出挑战。问我能不能用一只脚站立 5 秒或更长时间。
- 让我享受按照自己的步伐去学习，这样我才不会太受挫。
- 让我和你们一起规划活动。
- 教我事实信息，如我的地址、出生月份、姓/名字、爸妈的名字和电话号码。

## 5 到 6 岁

我可以……

- 当你们说起会在未来发生或持续超过一周或两周的事情时，我会感到困惑。
- 数到 100。
- 知道书是从左到右，从上到下读的。
- 会害怕许多东西，如黑暗、动物和雷雨。
- 理解左和右的区别。
- 能很好地接球、跳神、蹦跳和攀爬。
- 骑自行车。
- 练习翻跟斗，直到头晕。
- 发 l 或 th 音时会遇到困难。
- 对他人的情绪更为敏感。
- 写自己的名字，但会犯一些错误。

想帮助我成长，你们可以……

- 让我自己穿衣服
- 玩游戏，如“学领袖”和“西蒙说”。
- 教我系鞋带。
- 给我能够拆开再装回去的东西。
- 鼓励并称赞我所做的努力。
- 给我 10-15 块的拼图。
- 鼓励我使用有关自己感受的词。
- 问我能够答得出来的问题。
- 参观我可能会喜欢的博物馆和展会。
- 偶尔让我接电话。
- 跟我谈谈我的担忧并理解我。
- 给我带简单句子的图画书，让我自己看和读。

