



Quý phụ huynh và người chăm sóc trẻ thân mến,

Mỗi đứa trẻ phát triển với tốc độ riêng và có thể thực hiện nhiều hoặc ít hơn các hoạt động được liệt kê cho mỗi nhóm tuổi. Nếu bạn có lo lắng nào về sự phát triển của trẻ, hãy liên lạc với bác sĩ của bé. Tài liệu này gợi ý một số hoạt động bạn có thể thực hiện với trẻ để thúc đẩy sự phát triển của bé. Chúc bạn luôn vui khi quan sát và giúp trẻ phát triển!

ĐỂ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN...

- Vuốt ve đầu và làn da của bé.
- Để khiến bé yên lặng, hãy nhẹ nhàng vỗ lưng, ẵm/đưa đưa/đưa bé đi qua đi lại, hoặc nói nhỏ nhẹ với bé.
- Đem bé tránh khỏi các tiếng động lớn.
- Nói và hát nhỏ nhẹ cho bé nghe.
- Giao tiếp bằng ánh mắt và cười nhiều với bé.
- Thay tã của bé ngay khi tã ướt hoặc bị bẩn.
- Cho bé chơi những đồ chơi an toàn, như những vòng bằng nhựa/cao su, lục lạc, hoặc các đồ vật mềm.
- Đừng ném bé lên cao hoặc lắc mạnh.
- Cho bé xem sách có những hình ảnh lớn, nhiều màu sắc và nhiều kết cấu khác nhau.
- Giữ không để cho đầu bé rung lắc nhiều. Các cơ bắp vùng cổ của bé còn yếu.
- Di chuyển các đồ vật chậm rãi trước mắt bé, để bé có thể dùng đầu và mắt để theo dõi chúng.

BÉ CÓ THỂ

- Theo dõi các chuyển động và âm thanh của bé bằng mắt và bằng cách quay đầu.
- Lật ngửa từ bụng đến lưng.
- Phản ứng với các tiếng động lớn.
- Nhìn sang hướng khác/quay khỏi bạn hoặc khóc khi bé cần ngưng một hoạt động.
- Mỉm cười và cười thành tiếng.
- Khóc để cho bạn biết rằng bé cần điều gì đó. Bé có thể đói bụng, đau hoặc bị ướt.
- Nhận thấy bàn tay của mình.
- Thích bỏ đồ vật vào miệng.
- Di chuyển đồ vật từ tay này sang tay kia.
- Nhấc đầu lên trong khi nằm úp trên bụng.
- Đá chân và di chuyển cánh tay.
- Ngủ nhiều.
- Tạo ra tiếng động, như aah và ooh.
- Bập bẹ và rừ rừ.
- Chơi đùa với bàn tay và bàn chân của bé.
- Giao tiếp bằng ánh mắt với bạn.

ĐỂ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN...

- Hát hoặc phát những bài hát có nhiều phần lặp đi lặp lại.
- Giữ những đồ vật có thể khiến bé mắc nghẹn ra khỏi tầm tay bé.
- Cho bé có chỗ vận động tay chân.
- Chơi trò chơi với bé, như trò chơi "Pat-a-Cake" và "Peek-a-boo".
- Đọc sách có những hình ảnh lớn, nhiều màu sắc và nhiều kết cấu khác nhau.
- Cho bé những đồ chơi an toàn mà bé có thể cắn, đục, lắc, hoặc ném, như đồ chơi hình khối và ly.
- Cho bé những đồ vật/đồ chơi an toàn có thể tạo tiếng động và có hình dáng khác nhau/tạo cảm giác khác nhau khi sờ vào.
- Vào ban đêm, giúp bé thấy dễ chịu với cái mềm mà bé yêu thích, âm nhạc hoặc thú nhồi bông.
- Khi bé học cách giao tiếp và cho bạn biết bé thích/không thích gì, hãy đáp lại các âm thanh và dịch chuyển cơ thể mà bé tạo ra.

BÉ CÓ THỂ

- Tạo các tiếng động, như bbbb, dada, gaga, hoặc mama.
- Uống từ ly và bắt đầu ăn thức ăn đặc với sự trợ giúp của bạn.
- Lặp đi lặp lại các hành động để giúp bé học hỏi.
- Hiểu "không" nghĩa là gì. (Nhưng bé có thể không vâng lời bạn.)
- Bắt chước các âm thanh và chuyển động của bạn.
- Nâng đầu lên và ngồi mà không cần trợ giúp.
- Đáp lại khi nghe tên của bé.
- Lật ngửa từ lưng đến bụng.
- Dịch chuyển xung quanh bằng bụng hoặc bò.
- Vớ lấy những đồ vật ở phía trước.
- Phân biệt được bạn và người lạ.
- Dịch chuyển đồ vật vào/ra khỏi thùng chứa.
- Nắm giữ đồ vật bằng tay.
- Tựa trên đồ vật để nâng người lên.
- Vẫy tay tạm biệt.

Mặc dù chúng tôi cố gắng cung cấp những thông tin đúng và mới cập nhật, một số thông tin có thể thay đổi từ sau khi tài liệu này được in ra.

©2014 Children's Home Society of California

www.chs-ca.org



CHILDREN'S
HOME
SOCIETY OF
CALIFORNIA

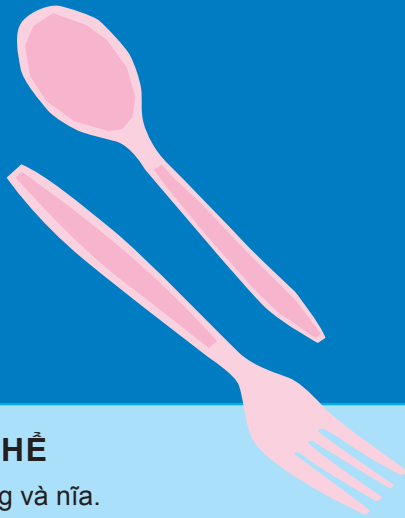
12 đến 18 Tháng

BÉ CÓ THỂ

- Đáp lại một câu hỏi, như "Trái banh ở đâu?" bằng cách chỉ trỏ.
- Nhớ những điều xảy ra nhiều giờ hay một ngày trước.
- Kén chọn đồ ăn.
- Dùng ngón tay để ăn.
- Tự đi không cần được giúp đỡ, nhưng có thể bé sẽ làm đổ.
- Làm những điều bạn bảo bé đừng làm.
- Tự uống bằng ly, nhưng có thể bé sẽ làm đổ.
- Bắt chước bạn.
- Bắt đầu nghĩ cách để giải quyết các vấn đề.
- Bực bội khi phải rời xa bạn.
- Xếp các đồ vật chồng lên nhau.
- Tập trung trong quãng thời gian ngắn.
- Khóc, đánh, hay quấy khóc khi bực bội.
- Làm theo những chỉ dẫn đơn giản.
- Lật trang sách.
- Nói 10-15 từ.

ĐỂ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN...

- Cho bé có những lựa chọn.
- Đảm bảo bé nghỉ ngơi đầy đủ.
- Cùng bé đi bộ.
- Nói chuyện trực tiếp một cách chậm rãi với bé.
- Cho bé thức ăn mềm và được cắt thành từng miếng nhỏ để bé tự ăn.
- Khi bé bực bội, khuyến khích bé dùng từ ngữ để diễn đạt.
- Lặp lại những quyển sách, vắn điệu, bài hát, và câu chuyện mà bé yêu thích.
- Nói chuyện về bé về những gì bé cảm nhận, nghe, thấy, ngửi, và nếm được.
- Khuyến khích bé tập luyện mang vác, leo trèo, kéo và đẩy.
- Chơi trốn tìm và các trò chơi dùng ngón tay với bé, như "Itsy Bitsy Spider".
- Khen ngợi bé với những cụm từ, như "Giỏi lắm!" hoặc, "Con đang làm tốt lắm!"



18 đến 24 Tháng

BÉ CÓ THỂ

- Dùng muỗng và nĩa.
- Dùng những từ tập trung nói về bản thân, như "Con, của con."
- Nói 15-50 từ và sử dụng những từ ngữ mới mỗi tháng.
- Đá trái banh về phía trước.
- Nói những câu có hai từ, như "Ôm con!"
- Thay phiên.
- Giúp bạn mặc đồ và cởi đồ cho bé.
- Có thể tạo ra những tiếng động như các con vật.
- Nêu tên của những hình ảnh đơn giản trong sách.
- Có thể nêu tên và chỉ vào những phần trên cơ thể.
- Đi lên và đi xuống cầu thang khi được bạn giúp.
- Leo trèo, nhảy, chạy, và đi bộ.
- Không thích chia sẻ.
- Dịch chuyển cơ thể theo tiếng nhạc.

ĐỂ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN...

- Cho bé bút màu sáp loại lớn để vẽ.
- Giúp bé dùng từ ngữ để diễn đạt cảm xúc của mình.
- Giúp bé ăn bằng muỗng và uống bằng ống hút.
- Lưu ý nhìn bé vì bé có thể đi lang thang.
- Cho bé những món đồ chơi mà bé có thể đổ, múc, bóp và chồng lên nhau.
- Tạo những nơi an toàn trong nhà và ngoài trời để bé di chuyển xung quanh.
- Đọc cho bé nghe và khuyến khích bé tìm kiếm những đồ vật trong hình.
- Nói chuyện với bé về những gì bé đang làm. Ví dụ: "Con đang lăn quả banh."
- Cho bé những món đồ chơi mà bé có thể chơi trò "giả vờ", như thức ăn bằng nhựa và điện thoại không có dây.

2 đến 3 Tuổi

BÉ CÓ THỂ

- Đi lên đi xuống cầu thang với một chân trên mỗi bậc thang (thay vì cả hai chân).
- Thích dùng một tay hơn tay kia.
- Nói 50-300 từ và phát âm tốt hơn.
- Hay hỏi "Tại sao?".
- Dùng những câu có ba từ, như "Mẹ ôm con!"
- Quấy khóc vì bé bị bực bội
- Tự nói chuyện một mình để thực tập một vài từ ngữ mới.
- Có thể nói tuổi của bé.
- Thể hiện sự quan tâm muốn dùng nhà vệ sinh.
- Thể hiện sự quan tâm đến những đứa trẻ khác.
- Có thể mở cửa.
- Xếp các đồ vật theo hình dạng và màu sắc.
- Bắt chước những từ ngữ và hành động của bạn.
- Biết rằng bé là con trai hay con gái.



ĐỂ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN...

- Hát bài hát về bảng chữ cái cho bé nghe và đọc sách với nhiều màu sắc và hình dạng.
- Cùng bé đá banh và ném banh.
- Giúp bé tự làm một số việc, như cài nút áo.
- Cho bé cơ hội chơi đùa với những trẻ khác.
- Đọc sách cho bé nghe.
- Đặt câu hỏi mỗi khi bé chơi đùa, như "Con đang làm gì đó?"
- Cất những đồ vật bạn không muốn bé đụng vào khỏi tầm tay bé.
- Cho bé chơi tranh ghép hình bốn mảnh và các nhạc cụ.
- Quan sát xem bé thích và không thích ăn món gì. Bé có thể từ chối ăn nhiều loại thức ăn.
- Hỏi bé về những chuyện xảy ra trong quá khứ, như "Ai cho con món đồ chơi đó?"
- Cho bé các hạt chuỗi (đường kính 1-1/2") để xây thành chuỗi. Hãy đảm bảo rằng bé không nuốt chúng!

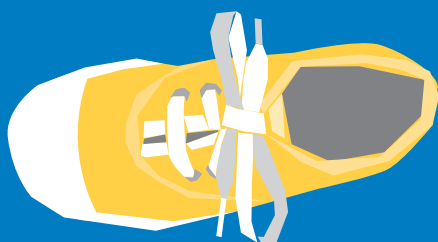
3 đến 4 Tuổi

BÉ CÓ THỂ

- Có thể tự làm nhiều việc, như đánh răng, cởi quần áo, và ăn.
- Có thể hát một bài hát đơn giản.
- Vẫn thoải mái dù phải rời xa bạn.
- Chơi tranh ghép hình đơn giản.
- Hay chơi trò "giả vờ", như có một người bạn tưởng tượng.
- Bắt đầu hiểu khái niệm giống nhau/khác nhau.
- Có thể tự rửa tay.
- Vẽ hình tròn hay hình vuông nếu bạn vẽ làm mẫu trước.
- Đợi đến lượt của mình và chia sẻ với người khác.
- Xếp sáu đồ vật chồng lên nhau.
- Nhảy lò cò trên một chân.
- Nhầm lẫn một số từ ngữ khi nói chuyện.
- Đạp xe đạp ba bánh.
- Dùng những câu có năm đến sáu từ.
- Dùng những từ ngữ chỉ hành động (động từ).
- Tự đi vệ sinh.
- Dùng kéo.

ĐỂ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN...

- Khuyến khích bé tập vẽ.
- Cho bé nhiều lựa chọn để bé có thể đưa ra một số quyết định.
- Nói chuyện với bé theo cách mà bạn muốn bé nói chuyện với người khác.
- Đối với các trải nghiệm mới, hãy chuẩn bị cho bé bằng cách nói cho bé biết sẽ xảy ra chuyện gì.
- Cho bé chơi tranh ghép hình có bốn hoặc năm mảnh.
- Giúp bé tự giải quyết vấn đề, như giải quyết xung đột với bạn bè hoặc tự mặc quần áo cho đến khi cần bạn giúp.
- Tung bóng và bắt bóng cùng bạn.
- Quan sát bé cẩn thận khi bé cắt giấy bằng kéo cùn/ kéo nhựa.
- Dạy bé những từ ngữ mới và đọc cho bé nghe.
- Cố gắng duy trì thời khóa biểu ổn định cho giờ chơi, giờ ăn và giờ ngủ của bé.
- Cho bé những đồ vật mà bé có thể sắp xếp và đếm, như đồ chơi hình khối, ly, và muỗng nhựa.



4 đến 5 Tuổi

BÉ CÓ THỂ

- Nói các câu có năm từ hoặc hơn và kể chuyện.
- Biết hầu hết các màu sắc.
- Sẵn sàng làm những công việc đơn giản, như giúp sắp đặt bàn ăn.
- Vẽ hình tam giác hay hình thoi nếu bạn vẽ làm mẫu trước.
- Nói những từ ngữ bạn không thích để bé có thể thấy phản ứng của bạn.
- Đi trên một đường thẳng.
- Chơi cùng với những trẻ khác, thay vì chỉ ngồi bên cạnh.
- Khó phát âm các âm *f, l, r, s, v*, hoặc *z*.
- Nhảy
- Thích hỏi các câu hỏi như thế nào, khi nào, và ở đâu.
- Vẽ gương mặt có mắt, miệng và mũi.
- Có thể sắp đặt đồ vật theo kích thước.
- Học cách viết bằng chữ cái.
- Tự mình đẩy xích đu.

ĐỂ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN...

- Để bé chải tóc.
- Hát những bài hát có dùng động tác cơ thể.
- Giúp bé phân biệt chuyện tưởng tượng và chuyện có thật.
- Lên thời khóa biểu cho cả thời gian chơi năng động và chơi yên tĩnh.
- Khuyến khích bé tự thực hiện các hoạt động và yêu cầu trợ giúp khi cần.
- Dạy bé rửa và lau khô tay.
- Thử thách bé. Con có thể đứng vững trên một chân thêm năm giây hoặc hơn không?
- Để bé học hỏi theo tốc độ phù hợp với bé, để bé không cảm thấy quá khó khăn.
- Để bé cùng lên kế hoạch cho các hoạt động với bạn.
- Dạy bé các dữ kiện, như địa chỉ, tháng sinh, tên/họ, tên cha mẹ, và số điện thoại.

5 đến 6 Tuổi

BÉ CÓ THỂ

- Nhầm lẫn khi bạn nói về những sự kiện sẽ xảy ra hoặc kéo dài lâu hơn một hoặc hai tuần trong tương lai.
- Đếm đến 100.
- Biết đọc sách từ trái sang phải và từ trên xuống dưới.
- Sợ hãi nhiều điều, như bóng tối, các con vật, và sấm chớp.
- Hiểu sự khác biệt giữa bên trái và bên phải.
- Bắt bóng, nhảy dây, nhảy nhót, và leo trèo giỏi.
- Chạy xe đạp.
- Tập chơi lộn nhào cho đến khi bé chóng mặt.
- Khó phát âm các âm *l* hoặc *th*.
- Nhạy cảm hơn với cảm xúc của người khác.
- Tự viết tên mình dù có lỗi.



ĐỂ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN...

- Để bé tự mặc quần áo.
- Chơi các trò chơi, như "Làm theo Người Lãnh đạo" và "Simon Nói."
- Dạy bé cột dây giày.
- Cho bé những đồ vật mà bé có thể tập tháo lắp.
- Khuyến khích và khen ngợi những nỗ lực của bé.
- Cho bé chơi tranh ghép hình có 10-15 mảnh.
- Khuyến khích bé dùng những từ ngữ để diễn tả những gì bé cảm nhận.
- Hỏi bé những câu hỏi mà bé có thể trả lời.
- Đi thăm những viện bảo tàng và hội chợ mà bé thích.
- Thỉnh thoảng để bé trả lời điện thoại.
- Nói chuyện với bé về những gì bé lo ngại và hãy cảm thông.
- Cho bé những quyển sách hình với những câu đơn giản để bé nhìn và đọc.

