



Cân nặng ngày hôm nay _____

Chiều cao ngày hôm nay _____

Đưa Con 3 Tuổi của Quý Vị

Trẻ em 3 tuổi có thể có vẻ hay đòi hỏi. Đó là một phần để các em trở nên độc lập hơn. Các em liên tục khám phá và đặt câu hỏi về mọi thứ. Các em đang học cách giao tiếp. Các em tiếp thu nhanh các nguyên tắc và cách ứng xử với những người khác. Trẻ nhỏ 3 tuổi cần các giới hạn nhất quán. Khi quý vị ôm, hôn và chú ý nhiều tới con quý vị, em sẽ cảm thấy an toàn và an tâm hơn, và thậm chí cảm thấy dễ chịu hơn đối với việc xa quý vị.

Sự âu yếm và quan tâm tích cực sẽ giúp bộ não của con quý vị hoạt động và phát triển.

Sau đây là một số câu hỏi sẽ giúp chúng tôi hiểu rõ thêm về sự phát triển của con quý vị.

Xin đánh dấu vào những thứ mà quý vị BIẾT con mình đang làm!

Đưa con 3 tuổi của quý vị có thể...

- Mặc tã trong ngày?
- Ngủ hết đêm?
- Nói những câu đơn giản mà người khác có thể hiểu được? (“Mẹ ơi, con muốn uống nước trái cây.”)
- Nhận biết một số màu sắc thường như đỏ, xanh dương, vàng, xanh lá cây?
- Dùng muỗng hoặc nĩa mà không bị đổ ra ngoài nhiều?
- Nhảy bằng một chân?
- Ném bóng từ trên xuống?
- Tự mặc quần áo?
- Nói tên được ít nhất 6 bộ phận cơ thể?
- Đếm tới năm?
- Làm theo các yêu cầu đơn giản?
- Tìm sự chú ý và đồng ý của người lớn?

*Xin nhớ rằng đây
không phải là bài
KIỂM TRA và tất cả
các trẻ em đều có thời
gian và tốc độ phát
triển và khôn lớn
riêng.*

Quý vị có lo ngại gì về sự phát triển của con quý vị không? _____

Những gợi ý để giúp đưa con 3 tuổi của quý vị học hỏi và lớn khôn và chuẩn bị sẵn sàng để đi học...

Vui chơi

- Tìm những nơi để con quý vị có thể vui chơi với những đứa trẻ khác.
- Khuyến khích các em vẽ và tô màu, đề nghị con quý vị nói tên các màu sắc của viết chì màu hoặc bút mực màu.
- Tập ném bóng.
- Tạo ra các trò chơi từ việc đếm đồ vật.

Vui chơi là cách tốt nhất để phát triển khả năng học hỏi của con quý vị.

Nói chuyện và Đọc

- Bắt đầu tìm hiểu thư viện để biết giờ đọc sách và các sinh hoạt theo nhóm khác.
- Sử dụng thư viện để cung cấp cho con quý vị nhiều loại sách mà quý vị đọc cho em.
- Cùng con quý vị nghĩ ra các bài hát và câu chuyện.
- Giúp con quý vị nhớ tên và họ của em.

Từ vựng của con quý vị đang phát triển nhanh chóng. Sách và việc đọc giúp con quý vị học và hiểu các từ mới. Sách cũng giúp bé tìm hiểu về thế giới xung quanh em.

Cung cấp một Môi Trường Thân Thiện và An Toàn

- Tạo ra các thói quen như cho trẻ ăn vặt vào cùng một giờ mỗi ngày, cùng ăn với nhau và đánh răng trước khi đi ngủ.
- Lắng nghe những nỗi sợ hãi của con quý vị và giúp em an tâm rằng quý vị sẽ bảo vệ em.
- Giám sát các chương trình TV mà con quý vị xem và mức độ coi TV của em.

Nề nếp và biết trước những gì sẽ xảy ra sẽ giúp con quý vị cảm thấy an toàn trong thế giới của em. Những gì các em thấy trên TV có thể là quá mức, khó hiểu hoặc gây sợ hãi và có thể khiến các em cảm thấy ít an toàn hơn. Chú ý tới những điều mà quý vị nói với người khác khi con quý vị ở gần. Các em nghe thấy **TẤT CẢ MỌI CHUYỆN!**

Con quý vị noi gương quý vị! Hãy cư xử theo cách quý vị muốn con mình noi theo!

Các nguồn trợ giúp

Để biết thêm chi tiết về các nguồn trợ giúp tìm các nhóm vui chơi, nơi giữ trẻ hoặc trợ giúp về các vấn đề liên quan tới hành vi và vấn đề khác về nuôi dạy con cái, xin gọi:

- **BANANAS** (Khu vực phía Bắc Quận Alameda) 658-7353
- **4 C's** (khu vực phía Nam Quận Alameda) 582-2189
- **Childcare Links** (khu vực Tri Valley) 925-417-8733
- **Những Căng Thẳng của các bậc Cha Mẹ** North County, 893-9230
Hayward, 562-0148
Fremont, 790-3803
- **Alameda County Clearinghouse** 1 888 604 4636

Nếu quý vị có con bị khuyết tật và cần trợ giúp, xin gọi:
Family Resource Network
510-547-7322

Every Child Counts
1100 San Leandro Blvd. Suite 120
San Leandro, CA 94577
(510) 875-2400

