

Các Giai Đoạn Tăng Trưởng và Phát Triển

Em bé cần nhiều thứ hơn thức ăn và nước để tăng trưởng được khỏe mạnh. Trong số những thứ khác đó, em cần sự yêu thương, thông cảm, hướng dẫn, và được bảo vệ. Em cần quý vị giúp để học hỏi về thế giới của em, phát triển khả năng, và đáp ứng những nhu cầu luôn thay đổi của em.

Đóng một vai trò tích cực trong việc phát triển của con em quý vị có thể rất lý thú, phong phú và là một phần thưởng. Quý vị sẽ được nhìn thấy những thay đổi về vẻ bề ngoài, tính tình và tiếng nói của con quý vị mỗi ngày, và không bao lâu quý vị sẽ nhận thấy rằng kết quả phát triển của con quý vị tùy thuộc rất nhiều vào sự tham gia của quý vị trong việc này.

Khi quý vị quan sát sự tăng trưởng của em bé quý vị, quý vị nên nhớ rằng sự phát triển của hai đứa trẻ không thể nào giống như nhau. Trong khi có những giai đoạn “tiêu biểu” nào đó về mức độ tăng trưởng của con quý vị có thể phát triển khác so với một em bé khác. Ngoài ra, em bé của quý vị có thể phát triển nhanh chóng ở một lãnh vực này, nhưng lại chậm ở một lãnh vực khác.

Nếu quý vị tin rằng con của quý vị gặp khó khăn đặc biệt trong lãnh vực phát triển, *đừng lo sợ*. Rất nhiều những thử thách liên quan đến việc phát triển có thể được giúp đỡ qua chương trình ngăn ngừa trẻ chậm phát triển—*là chương trình công biến các dịch vụ để nâng cao tiềm năng tăng trưởng và phát triển của trẻ em trước khi đứa trẻ đến tuổi đi học*.

Những chi tiết bao gồm trong tài liệu này không bao gồm toàn diện. Tuy nhiên, tài liệu này rất hữu ích để dùng như là một hướng dẫn tổng quát để biết xem em bé của quý vị có thể làm được những gì theo từng lứa tuổi.

Hãy giữ tài liệu này ở một chỗ an toàn và dễ lấy để quý vị có thể xem dễ dàng khi cần—có thể để trong tập sách lưu niệm (scrapbook), tập sách riêng của em bé hoặc bất cứ chỗ nào mà gia đình quý vị hay lưu giữ giấy tờ. Nếu quý vị có thắc mắc, hãy gọi cho Chương Trình Trẻ Sơ Sinh và Trẻ Thơ ở địa phương.

Sơ Sinh—2 tháng

Phát Triển về Thể Chất

- Hơi nhấc đầu lên
- Tay nắm chặt

Phát Triển về Tiếng Nói

- Nói thì thầm và làm những tiếng thủ thủ
- Nói bập bẹ

Phát Triển về sự Quan Hệ

- Ngủ nhiều
- Khóc nhiều
- Có thể ăn và ngủ thất thường
- Chưa biết đáp lại với khuôn mặt và giọng nói của cha mẹ

2 tháng

Phát Triển về Thể Chất

- Ngẩng đầu khi nằm sấp
- Có những cử động nhẹ nhàng
- Mở tay ra, không còn nắm chặt những ngón tay
- Vẫy tay và đạp chân khi nằm ngửa

Phát Triển về Tiếng Nói

- Nói thì thầm và ríu rít nhiều hơn, nhất là khi có người nói chuyện
- Tiếng khóc khác nhau khi cần điều gì

Phát Triển về sự Quan Hệ

- Bắt đầu biết cười, tỏ sự thích thú và lo sợ
- Quay theo hướng có tiếng nói quen thuộc
- Im lặng khi được bế
- Thích được làm cho nhộn nhạo để cười
- Nhìn chăm chú vào mắt khi cho bú
- Mút ngón tay cái hoặc ngón tay để giữ yên lặng

4 tháng

Phát Triển về Thể Chất

- Có thể nhìn quanh phòng
- Ngồi thẳng khi có người đỡ
- Lật sấp và ngửa
- Với lấy đồ chơi
- Giữ đồ vật
- Kéo lấy bàn chân và bỏ vào miệng
- Quay đầu về hướng có tiếng động
- Nhìn theo người

Phát Triển về Tiếng Nói

- Cười lớn, la hét, và nói bập bẹ
- Nói thì thầm và làm những tiếng thủ thủ với sự vui thích
- Nói “u” và “a”

Phát Triển về sự Quan Hệ

- Thích chơi với chân của mình
- Thích nhìn màu sắc hơn là màu trắng và đen
- Tỏ ra khó chịu khi muốn được bế lên và ôm ấp
- Có thể phân biệt được những người trong gia đình
- Duỗi thẳng cánh tay và bàn tay ra để chơi
- Cười

7 tháng

Phát Triển về Thể Chất

- Tự ngồi một mình trong một lúc ngắn
- Cầm đồ chơi và tự ăn một mình
- Đứng lên khi được giữ, đứng vững bằng chân của em không cần người đỡ
- Với lấy đồ vật, đổi từ tay này qua tay kia
- Bắt đầu mọc răng, có thể làm phiền đến giấc ngủ

Phát Triển về Tiếng Nói

- Kết hợp âm thanh của chữ nguyên âm
- Bắt chước theo những âm thanh
- Biết phản ứng với chữ “không” và tên của em
- Ra dấu để biểu lộ những điều em muốn

Phát Triển về sự Quan Hệ

- Chơi một mình
- Chơi với người và đồ chơi lâu hơn
- Thích chơi với trẻ em khác
- Tăng thêm sự phản ứng với tiếng động
- Sợ người lạ, bám sát với người chăm sóc quen thuộc

10 tháng

Phát Triển về Thể Chất

- Bò nhiều kiểu khác nhau
- Bò lên trên đồ vật
- Có thể đứng tựa vào đồ vật
- Nhặt những đồ vật nhỏ bằng ngón tay

Phát Triển về Tiếng Nói

- Nói “không,” “bye-bye,” “dada,” và “mama”
- Dùng tiếng nói để gây sự chú ý

Phát Triển về sự Quan Hệ

- Bắt đầu thích độc lập hơn—thích chơi một mình nhiều hơn là được bế
- Bắt chước theo những điệu bộ bằng tay và nét mặt
- Bò vòng quanh để kiếm cha mẹ
- Bò đến quý vị khi nghe gọi tên
- Thích chơi “ú à”
- Lật một lúc thật nhiều trang sách và tạp chí
- Thích chơi những trò chơi có tiếng động
- Biết vẫy tay chào “bye-bye”
- Hiểu những chỉ dẫn đơn giản

12 tháng

Phát Triển về Thể Chất

- Bắt đầu đổi từ bò qua bước đi chập chững và hai chân gang rộng
- Tự ăn những thức ăn cầm bằng tay
- Có thể bắt đầu biết dùng muỗng
- Ngồi xồm

Phát Triển về Tiếng Nói

- Dùng chữ “Dada” và “Mama” để chỉ rõ về một người
- Có được từ 3 đến 10 chữ “đúng nghĩa”
- Thêm điệu bộ cùng với sự ra dấu của chính mình

Phát Triển về sự Quan Hệ

- Thích được nhiều người chú ý đến mình
- Vẽ nguệch ngoạc bằng bút chì màu
- Có nhiều trò khác nhau trong lúc chơi
- Tỏ cho thấy rõ những điều em thích và không thích
- Đùa giỡn và tự hôn mình trong gương
- Chơi với búp bê và thú nhồi bông
- Chỉ vào những hình ảnh trong sách và biết nhận ra chúng
- Hiểu những chữ và câu đơn giản như “Đến đây với Cha.”

15 tháng

Phát Triển về Thể Chất

- Đứng và đi một mình
- Dùng muỗng tự xúc ăn một mình
- Nhặt đồ vật khi đang đi

Phát Triển về Tiếng Nói

- Dùng những chữ và câu đơn giản
- Nói những chữ do cha mẹ đã nói

Phát Triển về sự Quan Hệ

- Thích nghe nhạc và nhảy múa theo điệu nhạc
- Nói “không” và không chịu ăn
- Biết cảnh giác hơn về môi trường chung quanh
- Tăng thêm sự độc lập
- Rất linh hoạt

18 tháng

Phát Triển về Thể Chất

- Chạy khó khăn
- Dùng cả cánh tay khi chơi banh
- Tự ăn, ăn bằng muỗng, tập dùng nĩa
- Cởi giày, mũ, găng tay
- Thích lôi, kéo, đẩy, và giằng co
- Lên xuống cầu thang không cần giúp

Phát Triển về Tiếng Nói

- Biết tên đồ vật
- Dùng cách phát âm của riêng em

Phát Triển về sự Quan Hệ

- Thích tìm tòi
- Thường không chịu ăn

24 tháng

Phát Triển về Thể Chất

- Tự cởi quần áo (những quần áo lớn như đồ ngủ pyjama)
- Bắt đầu biết đá
- Biết cầm ly để uống
- Tháo và gắn lại những đồ vật

Phát Triển về Tiếng Nói

- Nói rõ hơn
- Thay thế những từ ngữ của “trẻ nhỏ” bằng những câu ngắn
- Thích nói một mình
- Lặp lại lời của người khác nói
- Kết hợp chữ và hành động

Phát Triển về sự Quan Hệ

- Biết nhận ra môi trường chung quanh
- Thích được giúp Cha Mẹ
- Thích được dọn dẹp sau khi chơi
- Rất linh hoạt
- Có những cơn cáu kỉnh bực tức từng lúc
- Chỉ và nói tên những phần trên thân thể

36 tháng

Phát Triển về Thể Chất

- Nhún nhảy và leo trèo
- Nhảy nhót một chỗ
- Đi giạt lùi
- Đạp xe đạp ba bánh

Phát Triển về Tiếng Nói

- Nói những câu ngắn, dùng số nhiều
- Hát những bài hát ngắn
- Ngoài cha mẹ, người khác có thể hiểu được ngôn ngữ của em
- Biết tự nói tên của mình
- Dùng nhiều chữ “không”
- Nói cho biết những điều làm em sợ và không thích

Phát Triển về sự Quan Hệ

- Tự ăn một mình bằng muỗng và nĩa
- Uống bằng ống hút
- Biết làm xâu chuỗi bằng hạt lớn
- Tự mặc quần áo rành rẽ
- Bắt đầu biết nhận ra phái tính
- Tìm hiểu môi trường bên ngoài nhà

Những Điều Chỉ Dẫn cho Cha Mẹ

- Trẻ em học nói khi em nghe người khác nói. Hãy nói, hát, và đọc cho em bé của quý vị.
- Em bé thích được tiếp xúc qua thể xác. Hãy vỗ về, đong đưa và ôm ấp em bé của quý vị.
- Giác quan của em bé rất bén nhạy. Hãy đến với em thật nhanh và nhẹ nhàng khi em khóc. Hãy dịu dàng khi nói chuyện với em bé của quý vị và với người khác khi có em ở đó.
- Thiên nhiên sẽ tạo cho con quý vị yêu thích môi trường bên ngoài. Nên thường xuyên đi bộ ngoài trời với con quý vị. Hít thở không khí trong lành cũng là một điều hữu ích.
- Cho em những đồ chơi thích hợp với lứa tuổi và sự phát triển của em. Những đồ vật chuyển động, hộp nhiều màu sắc, đồ chơi để đẩy/kéo, những khối vuông lớn, banh lớn và nhạc cụ đều là những đồ chơi hữu ích.
- Chăm sóc em bé của quý vị với sự nhẹ nhàng. ĐỪNG BAO GIỜ lắc mạnh em bé và những trẻ nhỏ!

BỘ GIÁO DỤC TIỂU BANG MARYLAND
Ban Giáo Dục Đặc Biệt/
Dịch Vụ Ngăn Ngừa Trẻ Chậm Phát Triển
Chương Trình Trẻ Sơ Sinh và Trẻ Thơ của Maryland
200 West Baltimore Street, 9th Floor
Baltimore, MD 21201
Số điện thoại: 410-767-0261
Số điện thoại miễn phí: 1-800-535-0182
Số Fax: 410-333-2661
TDD: 410-333-0731

Robert L. Ehrlich, Jr.
Thống Đốc

BỘ GIÁO DỤC TIỂU BANG MARYLAND
Edward L. Root, *Chủ Tịch*
Jo Ann T. Bell, *Phó Chủ Tịch*
Philip S. Benzil
Dunbar Brooks
Calvin D. Disney
Clarence A. Hawkins
Walter S. Levin
Karabelle Pizzigati
Maria C. Torres-Queral
John L. Wisthoff
Christopher J. Caniglia

Nancy S. Grasmick
Giám Đốc Học Chánh Tiểu Bang

Carol Ann Baglin
Phụ Tá Giám Đốc Học Chánh Tiểu Bang, Ban Giáo Dục Đặc Biệt/Dịch Vụ Ngăn Ngừa Trẻ Chậm Phát Triển

Bộ Giáo Dục Tiểu Bang Maryland không kỳ thị chủng tộc, màu da, giới tính, tuổi tác, nguồn gốc dân tộc, tôn giáo, hoặc khuyết tật trong việc được tuyển dụng hoặc tiếp nhận các chương trình. Nếu có thắc mắc liên quan đến chính sách của bộ, xin liên lạc với Chi Nhánh Thực Thi và Bảo Vệ Công Bằng số 410-767-0246 Tiếng Nói, 410-333-8165 Fax, hoặc 410-333-6442 TDD. ♦ Tài liệu này được soạn thảo và phát hành bởi Ban Giáo Dục Đặc Biệt/Dịch Vụ Ngăn Ngừa Trẻ Chậm Phát Triển, IDEA, Phần C, tài trợ số #H181A020124, do ngân quỹ của Bộ Giáo Dục Hoa Kỳ, Phòng Giáo Dục Đặc Biệt và Dịch Vụ Phục Hồi. Các quan điểm được trình bày trong đây không nhất thiết phản ánh với các quan điểm của Bộ Giáo Dục Hoa Kỳ hoặc bất kỳ cơ quan liên bang nào khác và không dùng để thi hành. Tài liệu này không có bản quyền. Người đọc được khuyến khích sao chép và cho người khác cùng xem, nhưng nên ghi nhận công ơn của Ban Giáo Dục Đặc Biệt/Dịch Vụ Ngăn Ngừa Trẻ Chậm Phát Triển, Bộ Giáo Dục Tiểu Bang Maryland. ♦ Để phù hợp với Đạo Luật Người Mỹ Bị Khuyết Tật (ADA) tài liệu này được thực hiện dưới nhiều hình thức khác nhau, theo yêu cầu. Xin liên lạc với Ban Giáo Dục Đặc Biệt/Dịch Vụ Ngăn Ngừa Trẻ Chậm Phát Triển, Bộ Giáo Dục Tiểu Bang Maryland số 410-767-0249 Tiếng Nói, 410-333-8165 Fax, 410-333-0731 TDD.

Các GIAI ĐOẠN

Tăng Trưởng & Phát Triển



HƯỚNG DẪN VỀ SỰ
PHÁT TRIỂN CỦA TRẺ EM
TỪ SƠ SINH
ĐẾN BA TUỔI