



Cân nặng ngày hôm nay \_\_\_\_\_  
Chiều cao ngày hôm nay \_\_\_\_\_

## Đứa Con 5 Tuổi của Quý Vị

*Trẻ em 5 tuổi ngày càng trở nên độc lập hơn. Các em thử các hoạt động mới và muốn quý vị để các em tự làm nhiều việc hơn. Các em thích nói chuyện và hỏi về mọi thứ! Tất cả các kỹ năng này sẽ giúp các em chuẩn bị sẵn sàng để đi học!*

**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.**

### Đứa con 5 tuổi của quý vị...

- Có hiểu các khái niệm như: nặng hơn và nhẹ hơn, nhỏ hơn và lớn hơn, trên và dưới không?
- Trả lời những câu hỏi như “Con làm gì khi bị mệt?”
- Dùng các câu trọn vẹn có ít nhất 5 từ?
- Nói chuyện theo cách những người khác có thể hiểu được?
- Dùng một tay để ném một trái bóng nhỏ qua đầu?
- Chạy và đá bóng?
- Đồ theo các hình dạng trên một mẫu giấy?
- Nói được các chữ cái trong tên của các em?
- Chép lại hoặc viết các chữ cái trong tên của các em?
- Biết cách phân loại đồ vật theo màu sắc (thí dụ: đây là tất cả những thứ màu đỏ...)?
- Giả bộ biết cách đọc sách?
- Nói tên, tuổi và số điện thoại của em?

*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 thắc mắc gì về sự phát triển của con quý vị không?**

---

---

---

---

# Những gợi ý để giúp đưa con 5 tuổi của quý vị học tập và khôn lớn...

## Vui chơi

- Trẻ em 5 tuổi thích chơi và đóng kịch với những trẻ em khác.
- Việc vui chơi sáng tạo là rất quan trọng đối với trẻ em 5 tuổi. Các sinh hoạt như cắt, dán, tô màu và vẽ giúp trẻ em ở lứa tuổi này phát triển các kỹ năng vận động tinh tế.
- Các trò chơi đếm rất thích hợp ở độ tuổi này. Quý vị và con của quý vị có thể đếm các xe trên đường, số bút-tất trong rổ đựng đồ giặt v.v...
- Tạo ra các trò chơi từ việc nói tên màu sắc và đồ vật. Việc này sẽ gây hứng thú và đồng thời cũng giúp các em phát triển kỹ năng ngôn ngữ!

## Nói chuyện và Đọc

- Để giúp con quý vị sẵn sàng đọc khi đi học, đừng quên cùng đọc sách với em hàng ngày. Các em sẽ thích các cuốn sách mới, nhưng cũng vẫn muốn quý vị kể lại những câu chuyện cũ mà mình ưa thích.
- Giúp con quý vị giải quyết vấn đề, nhưng để các em cùng tham gia tìm câu trả lời cho những câu hỏi mà các em đưa ra.
- Cùng vui chơi các trò chơi có vần điệu với con quý vị.

## Cung cấp một Môi Trường An Ninh và An Toàn

- Tạo cho con quý vị thói quen sinh hoạt cố định hàng ngày.
- Bảo đảm là con quý vị ngủ đủ giấc và ăn ba bữa ăn lành mạnh mỗi ngày.
- Dạy trẻ 5 tuổi những qui tắc an toàn như “Đi lại từ tốn”, “Ăn chậm”, “Vâng lời người lớn/làm theo yêu cầu của thầy cô giáo” “Không nói chuyện với người lạ”

## Nếu con quý vị 5 tuổi, đã đến lúc chuẩn bị sẵn sàng để đi học!

*Con quý vị sẽ bắt đầu đi học vào tháng Tư:*

- Vào năm con quý vị sẽ đi học, lấy một buổi hẹn với bác sĩ sau ngày 31 tháng Ba.
- Thường xuyên cho trẻ đi chủng ngừa.
- Tới trường trong khu vực của quý vị để ghi danh cho trẻ theo học lớp Mẫu Giáo trước khi trường đóng cửa nghỉ hè.

*Trước khi bắt đầu cho trẻ đi học Mẫu giáo:*

- Cùng con quý vị tới thăm trường và tập đi bộ hoặc lái xe tới trường.
- Nói những điều tốt về trường, thầy cô giáo và bạn bè mới.
- Thực hành các câu hỏi với con quý vị như “Nhà vệ sinh ở đâu?”, hoặc “Cô cho con xin thêm đồ ăn nhẹ được không?”
- Để con quý vị thực hành riêng mà không có quý vị bằng cách vui chơi với bạn bè hoặc người nhà, tham gia các nhóm vui chơi v.v...

*Khi khai giảng:*

- Tìm hiểu về giáo viên của con quý vị và tới thăm càng thường xuyên càng tốt.
- Dán nhãn đánh dấu tất cả quần áo và đồ đạc ở mặt trong.
- Kiểm tra ba lô đi học của con quý vị và giúp em làm bài tập về nhà.
- Nói chuyện với con quý vị hàng ngày về trường học.

**Quý vị là tấm gương để con mình noi theo. 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:**

- |  |  |
|--|--|
| • <b>Bananas</b> (dành cho khu vực phía Bắc Quận Alameda)                                  | 658-7353   |
| • <b>4 C's</b> (dành cho khu vực phía Nam Quận Alameda)                                    | 582-2189   |
| • <b>Child Care Links</b> (dành cho khu vực Tri Valley)                                    | 925-417-8733   |
| • <b>Những Căng Thẳng của các bậc Cha Mẹ</b>   | N County, 893-9230<br>Hayward, 562-0148<br>Fremont, 790-3803 |
| • <b>Thư Viện Y Tế Công Cộng Quận Alameda (Alameda County Public Health Clearinghouse)</b> | 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

