

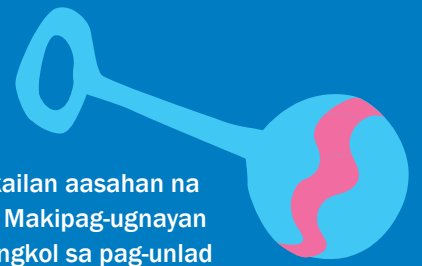
Kapanganakan hanggang 6 na Buwan

6 hanggang 12 Buwan



Minamahal na (mga) magulang at (mga) tagapag-alaga,

Ang bawat bata ay bubuo sa kanilang sariling bilis; ang mga hanay ng edad ay mga pagtatantya kung kailan aasahan na maabot ng isang bata ang kanilang mga milestone. Makipag-ugnayan sa iyong lokal na pediatrician kung nag-aalala ka tungkol sa pag-unlad ng isang bata. Ang tool na ito ay nagmumungkahi ng mga aktibidad na maaari mong gawin kasama ng mga bata upang hikayatin ang kanilang pag-unlad sa pamamagitan ng sinadyang pakikipag-ugnayan. Masiyahan sa panood at pagtulong sa iyong anak na lumaki!



PWEDE AKO NA...

- Sundin ang paggalaw at tunog ng aking mga mata at sa pamamagitan ng pagbaling ng aking ulo
- Gumulong mula sa aking tiyan hanggang sa aking likod
- Mag-react sa malalakas na ingay
- Tumingin o tumalikod sa iyo o umiyak kapag kailangan ko ng pahinga mula sa isang aktibidad
- Ngumiti at tumawa
- Umiyak para sabihin sayo na may kailangan ako. Maaaring nagugutom ako, nasasaktan, o basa
- Pansinin ang aking mga kamay
- Mahilig maglagay ng mga bagay sa bibig ko
- Ilipat ang isang bagay mula sa isang kamay patungo sa isa pa
- Inangat ko ang ulo ko habang nakahiga sa tiyan ko
- Isipa ang aking mga binti at igalaw ang aking mga braso
- matulog nang matagal
- Gumawa ng mga tunog, tulad ng aahh at ooh
- Magmumog at mag-coo
- Paglaruan ang aking mga kamay at paa
- Makipag-eye contact sa iyo

PWEDE AKO NA...

- Gumawa ng mga tunog, tulad ng bbbb, dada, gaga, o mama
- Uminom mula sa isang tasa at magsimulang kumain ng mga solidong pagkain sa iyong pagtulong
- Ulitin ang mga aksyon nang paulit-ulit upang matulungan akong matuto
- Unawain ang ibig sabihin ng "hindi" • Ulitin ang mga tunog at galaw na iyong ginagawa
- Panatilihin ang aking ulo at umupo nang walang suporta
- Tumugon sa aking pangalan
- Gumulong mula sa likod ko papunta sa tiyan ko
- Lumipat-lipat habang nasa aking tiyan o gumapang
- Abutin ang mga bagay sa harap ko
- Kilalanin ka mula sa mga estranghero
- Ilipat ang mga bagay sa loob/labas ng isang lalagyan
- Hawakan ang mga bagay gamit ang aking mga kamay
- Hilahin ang aking sarili sa mga bagay
- Kaway ng "bye-bye"

PARA TULUNGAN ANG AKING PAG-UNLAD...

- Para aliwin ako, dahan-dahang tapikin ang likod ko, hawakan/ iduyan/ilakad ako, o gumamit ng mahinang boses
- Lumayo ako sa malalakas na ingay
- Marahan kausapin, basahin, at kantahan ang sarili ko
- Makipag-eye contact, at ngumiti
- Makipag-usap sa aking doktor tungkol sa kung kailan magsisimula ng mga solidong pagkain, at talakayin kung anong mga pagkain ang mga panganib na mabulunan. Ang formula o breastmilk pa rin ang una sa mga pagpipilian para sa akin
- Palitan ang aking lampin sa sandaling ito ay basa o marumi
- Mag-alok sa akin ng mga ligtas na laruan, tulad ng mga singsing na goma, kalansing, o malambot na bagay
- Huwag akong itatapon sa hangin o alugin
- Alalayan ang aking ulo para hindi ito umuga.
- Igalaw ang mga bagay nang dahan-dahan upang masundan ko sila ng aking ulo at mga mata

PARA TULUNGAN ANG AKING PAG-UNLAD...

- I-baby-proof ang tahanan (takpan ang mga saksakan, cord, lock up na gamot, kemikal, at mga produktong panlinis). I-save ang Numero ng **Poison Help Line: 1-800-222-1222**
- Bigyan mo ako ng puwang para ligtas na maigalaw ang aking mga braso at binti • Hikayatin akong magsanay sa paglalakad nang mag-isa
- Makipaglaro sa akin, tulad ng "Pat-a-Cake" at "Peek-a-Boo"
- Magbasa ng mga aklat na may malalaki at makulay na larawan
- Mag-alok sa akin ng mga ligtas na laruan na may iba't ibang texture na maaari kong kagatin, ihampas, kalugin, hawakan, o ihagis
- Sa gabi, tulungan akong pakalmahin ang sarili ko gamit ang paborito kong kumot, musika, o stuffed animal
- Habang natututo akong makipag-usap at ipakita sa iyo kung ano ang gusto/ayaw ko, tumugon sa mga tunog at galaw ng katawan na ginagawa ko

Bagama't hinahangad naming magbigay ng kasalukuyan at tamang impormasyon, ang ilan ng impormasyon ay maaaring nagbago mula nang i-print ang tool na ito.

© 2005 Children's Home Society of California/Rev 2024

www.chs-ca.org



CHILDREN'S
HOME
SOCIETY OF
CALIFORNIA

12 hanggang 18 Buwan

PWEDE AKO NA...

- Tumugon sa isang tanong, tulad ng "Nasaan ang bola?" sa pamamagitan ng pagturo
- Alalahanin ang mga bagay na nangyari ilang oras o isang araw ang nakalipas
- Maging mapili sa aking pagkain
- Kumain gamit ang aking mga daliri
- Maglakad nang walang suporta, ngunit maaari akong gumapang o mag-cruise minsan
- Gawin ang mga bagay na sinabi mong hindi ko dapat gawin
- Uminom ako mula sa isang tasa nang mag-isa, ngunit maaari akong makatapon
- Gayahin ka
- Magsimulang mag-isip ng mga paraan upang malutas ang mga problema
- Magagalit ka kapag malayo ako sayo
- Isalansan ang isang bagay sa ibabaw ng isa pa
- Magkaroon ng maikling attention span
- Umiyak, matamaan, o mag-tantrum kapag ako ay bigo
- Sundin ang mga simpleng tagubilin
- Lumipat ng isang pahina sa isang libro
- Magsabi ng 10-15 mga salita

PARA TULUNGAN ANG AKING PAG-UNLAD...

- Mag-alok sa akin ng mga pagpipilian
- Bigyan mo ako ng tubig, gatas ng ina, o gatas
- Maglakad kasama ako at limitahan ang oras ng screen
- Marahan akong magsalita nang harapan
- Bigyan mo ako ng maliliit at malambot na piraso ng pagkain para pakainin ang sarili ko
- Kapag ako ay bigo, hikayatin akong gumamit ng mga salita. Magmodelo na may mga ekspresyon ng mukha at wika
- Ulitin ang aking mga paboritong libro, tula, kanta, at kuwento
- Makipag-usap sa akin tungkol sa kung ano ang aking nararamdaman, naririnig, nakikita, naaamoy, at nalalasan
- Himukin mo akong magsanay sa pagdadala, pag-akyat, paghila, at pagtulak
- Maglaro ng tagu-taguan at finger games sa akin, tulad ng "Itsy Bitsy Spider"
- Purihin ako gamit ang mga parirala, tulad ng "Nagsusumikap ka!"



18 hanggang 24 na Buwan

PWEDE AKO NA...

- Gumamit ng kutsara at tinidor
- Gumamit ng mga salitang nakatuon sa aking sarili, tulad ng "ako," "ako," at "akin"
- Magsabi ng 15-50 salita at gumamit ng mga bagong salita bawat buwan
- Sipa ng bola pasulong
- Magsabi ng dalawang salita na pangungusap, tulad ng "Hold me!"
- Magpalitan ng paggawa
- Tulungan mo akong bihisin at hubaran ako
- Makagawa ng mga tunog na ginagawa ng mga hayop
- Pangalanan ang mga simpleng larawan sa isang aklat
- Magagawang pangalanan at ituro ang mga bahagi ng katawan
- Umakyat at bumaba ng hagdan sa tulong mo
- Umakyat, tumalon, tumakbo, at maglakad
- Hindi mahilig mag-share
- Ikilos ang aking katawan ayon sa musika

PARA TULUNGAN ANG AKING PAG-UNLAD...

- Bigyan mo ako ng malalaking krayola para isulat
- Tulungan mo akong ilagay ang aking nararamdaman sa mga salita
- Mag-alok sa akin ng mga simpleng pagpipilian. "Gusto mo bang magsuot ng pantalon o shorts?"
- Tulungan mo akong kumain gamit ang kutsara at uminom ng straw
- Pagmasdan mo ako dahil baka maligaw ako
- Bigyan mo ako ng mga laruan na maaari kong ibuhos, i-scoop, pigain, at isalansan
- Magbigay ng mga ligtas na lugar sa loob at labas para makagalaw ako
- Basahin mo ako at hikayatin akong maghanap ng mga bagay sa mga larawan
- Palawakin ang aking wika at kausapin ako tungkol sa kung ano ang ginagawa ko habang ginagawa ko ito. Halimbawa: "Ikaw ay nagpapagulong ng malaking berdeng bola"
- Bigyan mo ako ng mga laruan na maaari kong paglaruan ng "pagpapanggap", tulad ng mga plastik na pagkain at mga teleponong walang kurdon
- Bigyan mo ako ng sapat na tulog (11-14 na oras sa isang araw kasama ang pag-idlip)

2 hanggang 3 Taon

PWEDE AKO NA...

- Maglakad pataas at pababa ng hagdan gamit ang isang paa (sa halip na dalawang paa) para sa bawat hagdan
- Mas gustong gumamit ng isang kamay kaysa sa isa
- Magsabi ng mga 50-300 salita at magkaroon ng mas malinaw na pagbigkas
- Itanong "Bakit?" marami
- Gumamit ng tatlong-salitang pangungusap, tulad ng "Mommy hold me!"
- Magkaroon ng maraming tantrums dahil ako ay bigo
- Kausapin ang sarili ko para magsanay ng mga bagong salita
- Masasabi ko ang aking edad
- Magpakita ng interes sa paggamit ng palikuran
- Magpakita ng interes sa ibang mga bata
- Makapagbukas ng mga pinto
- Itugma ang mga bagay ayon sa hugis at kulay
- Kopyahin ang iyong mga salita at kilos



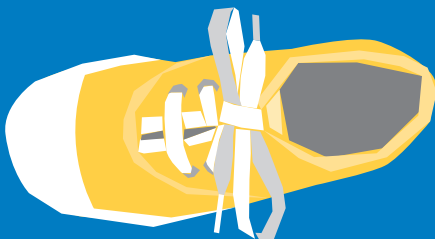
PARA TULUNGAN ANG AKING PAG-UNLAD...

- Kantahin sa akin ang kanta ng alpabeto at magbasa ng mga aklat na may mga kulay at hugis
- Sipain at batuhin ako ng bola
- Tulungan akong gumawa ng mga bagay nang mag-isa, tulad ng butones ng aking kamiseta
- Bigyan mo ako ng pagkakataong makipaglaro sa ibang mga bata
- Makipag-usap, magbasa, at kumanta sa akin
- Magtanong sa akin ng mga tanong kapag naglalaro ako, tulad ng "Ano ang ginagawa mo?"
- Ilayo ang mga bagay na ayaw mong mahawakan ko
- Bigyan mo ako ng apat na pirasong puzzle at mga instrumentong pangmusika para laruin
- Panoorin mo ako para makita kung ano ang gusto ko at ayaw kong kainin. Maaari akong tumanggi sa maraming pagkain
- Tanungin ako tungkol sa mga bagay na nangyari sa nakaraan, tulad ng "Sino ang nagbigay sa iyo ng laruan na iyon?"
- Bigyan mo ako ng mga beads (1-1/2" ang lapad) para ilagay sa isang string. Siguraduhing bantayan mo ako para hindi ko sila malunok

3 hanggang 4 na Taon

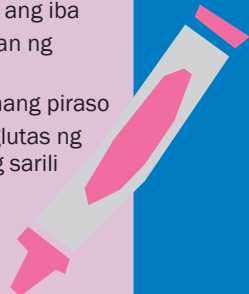
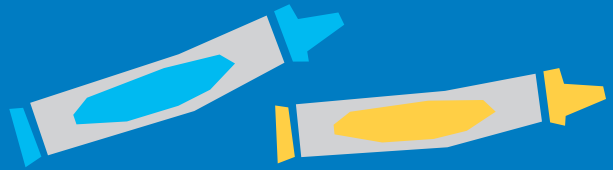
PWEDE AKO NA...

- Magagawa ang maraming bagay nang mag-isa, tulad ng pagsipilyo, paghuhubad, at pagkain
- Marunong kumanta ng simpleng kanta
- Maging komportable ka na malayo sa iyo
- Lutasin ang mga simpleng jigsaw puzzle
- Gumawa ng maraming pagpapanggap, tulad ng magkaroon ng isang haka-haka na kaibigan
- Simulan upang maunawaan ang konsepto ng pareho/iba
- Magawang maghugas ng kamay
- Gumuhit ng bilog o parisukat kung una kang gumuhit ng isa
- Maghintay para sa aking pagkakataon at ibahagi sa iba
- Magpatong ng anim na bagay sa ibabaw ng bawat isa
- Tumalon gamit ang isang paa
- Naililito sa ilang mga salita kapag nagsasalita ako
- Pedal ng tricycle
- Gumamit ng mga pangungusap na may lima hanggang anim na salita
- Gumamit ng mga salitang pangkilos (pandiwa)



PARA TULUNGAN ANG AKING PAG-UNLAD...

- Himukin mo akong magsanay sa pagguhit
- Mag-alok ng mga pagpipilian sa akin upang makagawa ako ng ilang mga desisyon
- Kausapin mo ako sa paraang gusto mong kausapin ko ang iba
- Sa mga bagong karanasan, ihanda ako sa pamamagitan ng pagsasabi sa akin kung ano ang aasahan
- Bigyan mo ako ng mga jigsaw puzzle na may apat o limang piraso
- Hayaan akong lutasin ang mga problema, tulad ng paglutas ng mga salungatan sa mga kaibigan o pagbibihis sa aking sarili hanggang sa kailangan ko ang iyong tulong
- Magpatalbog at sumalo ng malaking bola kasama ko
- Bantayan mo akong mabuti habang pinuputol ko ang papel gamit ang blunt/plastic na gunting
- Turuan mo ako ng mga bagong salita at magbasa sa akin
- Subukang panatilihin ang isang regular na iskedyul para sa aking mga oras ng paglalaro, oras ng pagkain, at oras ng pagtulog
- Bigyan mo ako ng mga bagay na maaari kong tugma at bilangin, tulad ng mga bloke, tasa, at plastik na kutsara



4 hanggang 5 Taon

PWEDE AKO NA...

- Magsalita sa mga pangungusap ng lima o higit pang mga salita at magkuwento
- Alam ang karamihan sa mga kulay
- Maging handa sa mga simpleng gawain, tulad ng pagtulong sa pag-aayos ng mesa
- Gumuhit ng tatsulok o brilyante pagkatapos mong gumuhit muna ng isa
- Magsabi ka ng mga salitang hindi mo gusto para makita ko ang reaksiyon mo
- Tumalon
- Makipaglaro sa, sa halip na sa tabi lamang, ibang mga bata
- Nagkakaproblema sa pagbigkas ng f, l, r, s, v, o z na tunog
- Gustong magtanong kung paano, kailan, at saan ang mga tanong
- Gumuhit ng mukha na may mga mata, bibig, at ilong
- Magagawang tumugma sa mga bagay ayon sa laki
- Matutong sumulat ng alpabeto
- Pump ang aking sarili sa isang swing
- Gumamit ng gunting

PARA TULUNGAN ANG AKING PAG-UNLAD...

- Hayaan mo akong magsuklay o magsuklay ng buhok
- Kumanta ng mga kantang may galaw ng katawan, tulad ng "Ulo, Balikat, Tuhod, at Mga Paa"
- Tulungan akong maunawaan ang pantasya mula sa katotohanan
- Mag-iskedyul ng aktibo at tahimik na oras ng paglalaro
- Hikayatin akong gumawa ng mga aktibidad nang mag-isa at humingi ng tulong kapag kailangan ko ito
- Turuan mo akong maghugas at magpatuyo ng kamay
- Hamunin mo ako. Maaari ba akong magbalanse sa isang paa sa loob ng lima o higit pang mga segundo?
- Hayaan akong masiyahan sa pag-aaral sa aking bilis, para hindi ako masyadong mabigo
- Hayaan akong magplano ng mga aktibidad kasama ka
- Turuan ako ng mga katotohanan, tulad ng aking address, buwan ng kapanganakan, pangalan/apelyido, pangalan ng mga magulang, at numero ng telepono
- Hikayatin ang maraming pagtulog (10-13 oras sa isang araw, kabilang ang pag-idlip)

5 hanggang 6 na Taon

PWEDE AKO NA...

- Mataranta kapag pinag-uusapan mo ang mga kaganapan na mangyayari o tatagal ng higit sa isang linggo o dalawa sa hinaharap
- Bumilang hanggang 100
- Unawain ang mga aklat ay binabasa mula kaliwa hanggang kanan at itaas hanggang ibaba
- Magkaroon ng maraming takot sa mga bagay, tulad ng kadiliman, mga hayop, at mga bagyo
- Unawain ang pagkakaiba sa pagitan ng kaliwa at kanan
- Makahuli ng bola, tumalon ng lubid, lumukso, at umakyat nang maayos
- Sumakay ng bisikleta
- Practice doing somersaults hanggang mahilo ako
- Nagkakaproblema sa pagbigkas ng l o th na tunog
- Maging mas sensitibo sa damdamin ng iba
- Isulat ang aking pangalan na may ilang mga pagkakamali



PARA TULUNGAN ANG AKING PAG-UNLAD...

- Hayaan mo akong magbihis
- Maglaro, tulad ng "Follow the Leader" at "Simon Says"
- Gumamit ng mga salita para tulungan akong maunawaan ang oras, gaya ng kahapon, bukas, at ngayon
- Turuan mo akong itali ang mga sintas ng sapatos ko
- Bigyan mo ako ng mga bagay na maaari kong paghiwalayin at pagsamahin muli
- Hikayatin at purihin ang aking mga pagsisikap
- Bigyan mo ako ng mga puzzle na may 10-15 piraso
- Limitahan ang oras ng screen ko
- Samahan mo akong kumain para pag-usapan ang araw natin
- Hikayatin akong magbasa at gumamit ng mga salita tungkol sa nararamdaman ko
- Magtanong sa akin ng mga tanong na masasagot ko
- Bisitahin ang mga lokal na museo, aquarium, o parke
- Makipag-usap sa akin tungkol sa aking mga interes at alalahanin
- Turuan ako tungkol sa mga hangganan (hal. pagtukoy sa pagkakaiba sa pagitan ng malusog at hindi malusog na pagpindot, at pagkakaroon ng wika at kumpiyansa na magsabi ng "hindi" kapag hindi komportable)