

# شروع کنید

## 1 نزدیکترین سن را انتخاب کنید

چک لیستی را که با سن فرزند شما مطابقت دارد انتخاب کنید. اگر فرزند شما بین دو سن قرار دارد ، سن کمتر را انتخاب کنید، برای مثال: اگر کودک شما ۴ سال و نیم سن دارد، چک لیست مرتبط با سن ۴ سالگی را استفاده نمایید.

## 2 به سوالات زیر پاسخ دهید

به سوالات زیر به بهترین نحو پاسخ دهید. اگر به پاسخ سوالی مطمئن نیستید، کودک خود را در رابطه با سوال عنوان شده آزمایش کنید. مثالهای عنوان شده تنها پیشنهادی می باشند. شما می توانید از مثالهایی که بر اساس تجربیات خانوادگی خودتان می باشد و ذکر نشده اند استفاده نمایید. موارد مربوط به زبان و ارتباطات می توانند به زبان مادری کودک پرسیده شوند. مواردی که علامت \*\* در کنار آنها می باشد در همه فرهنگها یکسان نمی باشند.

## 3 پیگیری کردن از طریق متخصصان و افراد حرفه ای

اگر به سوالی پاسخ منفی "نه" دادید و یا نسبت به رشد کودک خود نگرانی دارید ، حتما با یک متخصص کودک و یا یک پزشک متخصص در میان بگذارید.

# در پایان و اتمام انجام چک لیست

نکات و راهنمایی های مربوط به والدین را دنبال کنید تا کودک خود را برای چک لیست بعدی آماده کنید. چک لیستهای بعدی ممکن است دارای چالش بیشتری باشند. اگر سوالی و یا نگرانی ای درباره بکارگیری این راهنمایی ها و نکات دارید حتما با یک متخصص تماس بگیرید. هر یک دارای نماد و یا سمبلی است که ناحیه اصلی ای از رشد را مشخص می کند.

- احساسی
- حرکات ظریف
- حرکات درشت
- اجتماعی
- خود یاری
- برقراری ارتباط
- یادگیری و تفکر

محدودیت مسئولیت ارزیابی رشدی ناحیه ن پی سیگ The Nipissing, Nipissing District Developmental Screen, NDDDS این فرمهای ارزیابی را بمنظور کمک به والدین، مراقبین بهداشتی و متخصصین کودکان (کاربران) با روشی ساده برای استفاده ثبت شده و پیشرفت نوزادان و کودکان در گروه سنی خاص ایجاد کرده است. این فرمها بمنزله جایگزینی برای صلاحیت و یا درمان توسط متخصصین کودکان که برای ارزیابی کامل و تخصصی رشد و پیشرفت نوزادان و کودکان آموزش دیده اند، نمی باشند. اگرچه این فرمها ممکن است به کاربران کمک کنند تا زمان نیاز به توصیه و درمان مراقبین بهداشتی و متخصصین کودکان را تعیین کنند، اما کاربران باید متوجه شوند که این فرمها باید مراقبین بهداشتی و متخصصین کودکان که در این زمینه ماهر و کارآمد هستند در زمان درمان کودکان خاص و نیازهای خاص آنها مشورت کنند. کاربران در زمان استفاده از این فرمها باید موارد زیر را در نظر داشته باشند: (i) نیاز هر نوزاد و یا کودک منحصر بفرق است رشد و تکامل هر نوزاد و یا کودک با هر فرق میکند و هرگونه محدودیتهای مشاهده شده در رشد و تکامل باید توسط یک مراقب بهداشتی و یا متخصص کودکان بطور کامل و درست ارزیابی شوند. (ii) با آنکه نامر سخی و تلاش بعمل آمده تا در حد امکان این فرمها از نظر فرهنگی، اقتصادی و جغرافیایی بیطرفانه و خنثی ارائه شوند، کاربران باید به تشخیص اقتصادی و جغرافیایی در این فرمها آگاه باشند. در نتیجه، این تشخیص ها ممکن است به نتایج بدست آمده از یک نوزاد و یا کودک خاص در یک فرم ارزیابی، بدون نشان دادن محدودیتهای رشدی، تاثیر بگذارد. در این مورد نیز، کاربران باید با یک مراقب بهداشتی و یا متخصص کودکان تماس بگیرند تا نیازهای یک نوزاد و یا کودک خاص را بررسی و مرور کنند. (iii) این فرمهای ارزیابی نمی توانند نمایانگر هر گونه محدودیت تکاملی یا اهدافی باشند که با آنها روبرو می شوند و همچنین این فرمها نمی توانند بمنظور تشخیص و یا درمان محدودیتهای رشدی مشاهده شده و یا دیگر نیازهای بهداشتی تکار روند NDDDS دارای هیچگونه نمایندگی، ضمانت نامه نمی باشد. این شامل، اما نه محدود به ، هرگونه ضمانت نامه ضمنی بمنظور هدف و یا استفاده خاص، بلکه بطورخاص بمنظور سلب هر برداشت و ضمانت نامه می باشد. NDDDS به صراحت هر گونه مسئولیت از هر دست دادن، آسیب و خسارت مستقیم و یا غیر مستقیم برخاسته از استفاده از فرمهای ارزیابی را سلب می کند. این فرمهای ارزیابی با این برداشت به فروش میروند که NDDDS در ارائه مراقبت درمانی، مراقبت از کودکان، خدمات پزشکی یا سایر موارد تخصصی هیچگونه تضمین یا تعهدی را تعهد ن نداشته باشد. مجوز محصول Nipissing District Developmental Screen فرمهای ارزیابی حق چاپ انحصاری برای انجمن مالکیت هوشی ن پی سیگ Nipissing Intellectual Property Association محسوب می شوند و منوط بر حق چاپ و انتشار سایر قوانین مالکیت هوشی می باشند. کاربران را خریداری این فرمهای ارزیابی موافقت می کند که ماهر و متعهد به شرایط قید شده زیر در مجوز محدود میباشد.(i)هر یک از صفحات این فرمهای ارزیابی باید تنها در رابطه با یک نوزاد یا کودک خاص استفاده شود.(ii) هنگام استفاده از یک صفحه از فرمهای ارزیابی برای یک نوزاد خاص، صفحه تکمیل شده آن ممکن است تنها برای اهداف بایگان (آرشیوی) و یا بمنظور ارائه یک کپی به مراقب بهداشتی و یا متخصص کودکان جهت مشاوره و درمان توسط متخصص برای نوزاد یا کودک خاص، کپی شود. (iii) به جز موارد قید شده در قسمت (ii) فوق ، کاربر نباید هر گونه علامت تجاری، عنوان های تجاری و امتیاز انحصاری نام راه، علامت های حق چاپ بر روی فرم های ارزیابی چه در کل و یا بخشی از آن را کپی، تغییر یا حذف کند. (iv) کاربر هیچگونه حق مالکیت و یا منافع دیگری را از فرمهای ارزیابی بدست نمی آورند. The Nipissing, Nipissing District Developmental Screen, NDDDS علامت تجاری انجمن مالکیت هوشی (Intellectual Property Association) NDDDS هستند که تحت مجوز استفاده می شوند. نامر حقوق محفوظ است. © 2021 Nipissing District Developmental Screen

looksee  
checklist<sup>®</sup> by ndds

چک لیستی برای نظارت بر پیشرفت  
رشدی فرزند شما از ۱ ماهگی تا ۶ سالگی  
با نکاتی که به رشد آنان کمک میکند.



# آیا کودک شما در سه سالگی :


# این نکات را برای کمک به رشد کودک خود بکار بگیرید:


N Y

- 1 به اندازه کافی واضح صحبت می کند که همواره اعضای خانواده او را بفهمند؟
- 2 دستورات دو یا سه مرحله بی را می فهمد؟ «کلاه و کفشهایت را بردار و آنها را در کمد بگذار»
- 3 در جملات پنج کلمه بی یا بیشتر، صحبت می کند؟ «من بخونه می روم و بازی می کنم»
- 4 بعضی از کلمات توصیفی را می فهمد و استفاده می کند؟ بزرگ، کثیف، خیس، داغ
- 5 با گرفتن زنده یا میله از پله ها بالا می رود؟
- 6 بمدت کوتاهی روی یک پا می ایستد؟
- 7 توپ را به فاصله حداقل یک متر بطرف جلو پرت می کند؟
- 8 در ظروف شیشه بی را می پیچاند و یا دستگیره ها را میچرخاند؟
- 9 صفحات یک کتاب را یکی یکی ورق می زند؟
- 10 با اعمال و کلمات بازیهای وانمودی انجام می دهد؟ وانمود به پختن غذا، تعمیر ماشین\*
- 11 لباسش را با کمک می پوشد یا در می آورد؟\*\*
- 12 گاهی اوقات وسایل را با دیگران تقسیم می کند؟ اسباب بازی، کتاب\*
- 13 با اعمال و کلمات عواطف نشان می دهد؟
- 14 با دیگران به راحتی بازی می کند؟
- 15 نیمی از اوقات، خواسته های والدین را اجرا می کند؟
- 16 برای 5 تا 10 دقیقه با شما به موزیک یا داستان گوش میدهد؟
- 17 با یادآوری به دوستان و بزرگسالان آشنا سلام میکند؟


\* مثالهای ارائه شده تنها بمنزله پیشنهاد هستند. شما میتوانید از مثالهای مشابه مطلق یا تجربه خانوادگی خود استفاده کنید.  
\*\* موارد ذکر شده در تمام فرهنگها ممکن است مشترک نباشند.

کتابها از وسایل مورد علاقه من است. اغلب در طول روز برایم کتاب بخوان. روزانه وقت خاصی را برای اینکار در نظر بگیر. کتابهای رنگی و جالب را برایم انتخاب کن.

ممکن است از اشیا یا چیزهایی که قبلاً باعث آزارم نشده اند، بترسم. این ترس برای من واقعی است، پس بمن کمک کن تا احساس امنیت کنم. 


از بازیهای حدس زدن لذت می برم. اشیاء آشنا را روی میز بگذار، بعد ما می توانیم به نوبت آنها را توصیف کنیم. بعنوان مثال، «چیزی را که موهایمان را بُرس می زنیم، به من نشان بده». گاهی اوقات هم سوالات خنده دار و احمقانه پیرس تا باهم بخندیم. 

مرا به خلاقیت و ابتکار از طریق بازی با پازل، خمیربازی، مکعبهای تو در تویی از کوچک به بزرگ، تخته های سوراخدار ( اشکال را در آن فرو می کنند)، مهره، و بلوکهای خانه سازی تشویق کن.

فعالتهایی که مرا وادار به تمرین بریدن، چسباندن، نگ کردن و رسم کردن می کنند، دوست دارم. 


بازیهای خنده دار باعث خنده و شادی من می شوند. با استفاده از تصاویر ساده مجلات کارتهایی را درست کن. به یک عکس چیزی را اضافه کن که به آن مربوط نیست مثلاً یک دختر با سبیل یا ماهی با پا. در حین صحبت درباره چیزهای خنده دار با من هرهر بخند.


بوسیله یک طناب یا نوار رنگی می توانیم یک خط روی زمین ایجاد کنیم. می توانیم روی آن دراز بکشیم، بایستیم، راه برویم، بدویم، بتازیم، یا بپریم.

بیا باهم توپ بازی کنیم! مرا به پرتاب و گرفتن توپ، زدن آن با یک چوب یا راکت، و یا زدنش به هدف، تشویق کن. می توانیم یک توپ بادی را با استفاده از قسمتهای مختلف بدن بین خود نگه داریم (آرنج، ساق پا، دست، زانو، پا). 


من دسته بندی و جور کردن وسایل را دوست دارم. یک جعبه خالی تخم مرغ را به من بده تا بتوانم چیزهای مختلف را در آن بچینم. چیزهایی مثل دکمه، اشیای با رنگ و اشکال مختلف، و سنگها برای دسته بندی کردن سرگرم کننده هستند.

من دوست دارم با بچه های دیگر بازی کنم اما بعضی اوقات برای رعایت نوبت، تقسیم کردن و همکاری به کمک نیاز دارم.

هنگام بازی وانمودی می توانیم هر نقشی را بازی کنیم یا هر کاری را انجام دهیم. بیا به کمپ برویم، فضاورد، مامور آتش نشانی یا رفاص شویم. 

از سوپریز شدن لذت میبرم. بیا برای بازی «لمس کن و بگو» اشیاء مختلفی را در داخل یک جعبه یا کیف قرار دهیم. می توانیم به نوبت آنها را لمس و توصیف کنیم. آنها را بیرون بیاور تا ببینیم آیا درست حدس زدیم. 

من انرژی زیادی دارم و به فضای برای دویدن، بالارفتن، کشیدن یک واگن به دنبال خودم، و راندن یک سه چرخه نیاز دارم.

مرا تشویق کن تا خودم کارهایم را انجام دهم و کمک کن تا مستقل شوم. برای من مهم است که قادر به پوشیدن و در آوردن لباس، شستشوی خود و کمک در تمیز کردن باشم. از این طریق، من در حال یادگیری مسئولیت پذیری هستم. 

همه کودکان همسن من باید معاینات بینایی، شنوایی و دهان و دندان داشته باشند. از پزشک خانواده یا مرکز بهداشت عمومی درباره مکان ارائه این خدمات در محلمان سوال کن.