



Lista kontrolna umiejętności w wieku 0 – 3 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|---|-----|-----|
| Zabawa i umiejętności społeczne | | |
| Lubi wesoly kontakt z ludźmi twarzą w twarz | | |
| Gaworzy w odpowiedzi na wesoly kontakt | | |
| Zauważa dźwięki i reaguje na nie | | |
| Koordynacja | | |
| Porusza rękoma i nogami podnosząc je ponad powierzchnię, gdy podekscytowane | | |
| Używa wzroku, aby podążać za czarnymi i białymi lub jasnokolorowymi przedmiotami | | |
| Jest w stanie otwierać i zamykać dłonie | | |
| Jest w stanie podnieść ręce do buzi | | |
| Jest w stanie być na brzuchu przez krótki czas | | |
| Codzienne czynności | | |
| Jest w stanie przystawić się podczas karmienia piersią lub butelką | | |
| Jest w stanie uspokoić się podczas jazdy samochodem, gdy nie jest zmęczone lub głodne | | |
| Lubi czas kąpieli | | |
| Zwykle jest w stanie znieść zmianę pieluchy bez płakania | | |
| Uzewewnętrznianie | | |
| Jest w stanie być pocieszone poprzez przytulenie lub dotyk rodzica | | |
| Nie jest wstrząśnięte codziennymi dźwiękami | | |
| Lubi różnorodne żwawe doświadczenia ruchowe (np. bycie odbijanym podczas siedzenia na czyichś kolanach) | | |
| Zwykle jest wesole, gdy nie jest głodne czy zmęczone | | |
| Nie wykazuje częstych czy długich okresów bycia w złym humorze | | |
| Jest w stanie uspokoić się doświadczeniami takimi jak kiwanie się, dotykanie i spokojne dźwięki | | |

KOPIOWANIE DOZWOLONE, PROSZĘ NIE ZMIENIAĆ TREŚCI, NALEŻY UHONOROWAĆ PATHWAYS.ORG

Pathways.org jest organizacją nonprofit 501(c)(3). Zgoda, aby cytować dowolną część niniejszej pracy musi zostać uzyskana od Pathways.org. Materiały są zapewniane bez kosztów; Nie można pobierać żadnych opłat za wszelkie materiały od Pathways.org bez wcześniejszej pisemnej zgody.

www.Pathways.org • [Facebook.com/PathwaysDotOrg](https://www.facebook.com/PathwaysDotOrg) • (800)955-CHILD (2445)



Lista Umiejętności w wieku 4 - 6 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Zabawa i umiejętności społeczne | | |
| Lubi wesoty kontakt z innymi (taki jak zabawa w akuku) | | |
| Wydaje dźwięki w reakcji na zabawną interakcję | | |
| Odwraca głowę w kierunku dźwięków | | |
| Utrzymuje kontakt wzrokowy ze znajomymi ludźmi podczas wesolej interakcji | | |
| Lubi bawienie się zabawkami o różnych teksturach | | |
| Lubi zabawki muzyczne | | |
| Unosi ręce, aby zostać podniesionym | | |
| Lubi różne rodzaje ruchu, takie jak bycie łagodnie bujanym | | |
| Koordynacja | | |
| Zaczyna umieszczać ciężar ciała na stopach, gdy jest podtrzymywane w stanie | | |
| Jest w stanie podnieść głowę do przodu, gdy jest podciągane, aby usiąść z leżenia na plecach | | |
| Jest w stanie bawić się na brzuchu przez krótki czas | | |
| Jest w stanie przeturlać się z brzucha na plecy (5 miesięcy) i z pleców na brzuch (6 miesięcy) | | |
| Jest w stanie podnieść głowę i podeprzeć się na łokciach podczas bycia na brzuchu | | |
| Używa rąk do bawienia się zabawkami i poznawania ich | | |
| Używa obu rąk po równo do bawienia się zabawkami | | |
| Jest w stanie odwrócić głowę, aby podążać wzrokiem za zachęcającymi zabawkami i ludźmi | | |
| Codzienne czynności | | |
| Jest w stanie przystawić się podczas karmienia piersią lub butelką | | |
| Jest w stanie pozostać spokojnym podczas jazdy samochodem, gdy nie jest zmęczone lub głodne | | |
| Lubi czas kąpieli | | |
| Zwykle jest w stanie znieść zmianę pieluchy bez płakania | | |
| Nie boi się, gdy porusza się do leżenia na plecach do zmiany pieluchy | | |



Lista Umiejętności w wieku 4 - 6 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Uzewnętrzanie | | |
| Jest w stanie być pocieszone poprzez przytulenie lub dotyk rodzica | | |
| Nie boi się codziennych dźwięków | | |
| Zwykle jest wesołe, gdy nie jest głodne lub zmęczone | | |
| Lubi różnorodne i nowe doświadczenia ruchowe (np. bycie odbijanym podczas siedzenia na czyichś kolanach) | | |
| Jest w stanie uspokoić się doświadczeniami takimi jak kiwanie się, dotyk i uspokajające dźwięki | | |



Lista Umiejętności w wieku 7 - 9 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|---|-----|-----|
| Zabawa i umiejętności społeczne | | |
| Jest zainteresowane nawiązywaniem kontaktu z innymi (takiego jak zabawa w akuku) | | |
| Lubi bawić się zabawkami o różnych teksturach | | |
| Lubi bawić się zabawkami muzycznymi | | |
| Jest zainteresowane bawieniem się kolorowymi przedmiotami | | |
| Unosi ręce w kierunku dorosłego, aby zostać podniesionym | | |
| Utrzymuje kontakt wzrokowy z ludźmi podczas wesołej interakcji | | |
| Lubi poruszanie się, aby poznawać otoczenie, gdy jest umieszczone na podłodze | | |
| Lubi różne rodzaje ruchu, takie jak bycie lekko bujanym w powietrzu przez rodziców | | |
| Koordynacja | | |
| Jest w stanie umieścić ciężar ciała na stopach, gdy jest podtrzymywane w staniu | | |
| Jest w stanie podnieść głowę i opierać się na łokciach podczas bycia na brzuchu | | |
| Utrzymuje głowę do przodu, gdy jest podciągane do siedzenia z leżenia na plecach | | |
| Jest w stanie bawić się na brzuchu | | |
| Porusza się po podłodze, aby zdobyć pożądaną zabawkę | | |
| Porusza się do różnych pozycji i wychodzi z nich (np. siedzenie, na brzuchu, na dłoniach i kolanach [w klęku podpartym – przyp. tłum.]) | | |
| Jest w stanie odwrócić głowę, aby podążać wzrokiem za zachęcającymi zabawkami i ludźmi | | |
| Utrzymuje równowagę podczas siedzenia i używania dwóch rąk razem do poznawania zabawek | | |
| Używa obu rąk po równo do bawienia się zabawkami | | |



Lista Umiejętności w wieku 7 - 9 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Codzienne czynności | | |
| Jest w stanie przystawić się podczas karmienia piersią lub butelką | | |
| Lubi czas kąpieli | | |
| Jest w stanie uspokoić się podczas jazdy samochodem, gdy nie jest zmęczone lub głodne | | |
| Zwykle znosi zmiany pieluchy bez płakania | | |
| Nie boi się przechylenia głowy do tyłu, gdy porusza się z siedzenia do leżenia, dla czynności takich jak zmiana pieluchy | | |
| Hace la transición de tomar leche o fórmula a comer cereales para bebés | | |
| Uzewewnętrznianie | | |
| Jest w stanie być pocieszone przez przytulenie lub dotyk rodzica | | |
| Zwykle jest wesole, gdy nie jest głodne lub zmęczone | | |
| Jest w stanie uspokoić się doświadczeniami takimi jak kiwanie się, dotyk i uspokajające dźwięki | | |
| Nie boi się codziennych dźwięków | | |
| Ma ustalony i solidny rozkład snu | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 10-12 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Zabawa i umiejętności społeczne | | |
| Jest zainteresowane nawiązywaniem kontaktu z innymi (takiego jak zabawa w akuku) | | |
| Utrzymuje kontakt wzrokowy z ludźmi podczas wesółych interakcji | | |
| Unosi rękę, aby zostać podniesionym | | |
| Odwraca głowę w reakcji na to, gdy jego imię jest wołane | | |
| Wskazuje na interesujące go obiekty przed 12 miesiącem | | |
| Lubi bawienie się zabawkami o różnych teksturach | | |
| Lubi bawienie się lub potrząsanie zabawkami muzycznymi | | |
| Lubi różne rodzaje ruchu, takie jak bycie delikatnie bujanym w powietrzu przez rodziców | | |
| Często poznaje otoczenie, gdy jest umieszczone na podłodze | | |
| Lubi poruszanie się, aby uzyskać pożądaną zabawkę | | |
| Koordynacja | | |
| Porusza się do różnych pozycji i wychodzi z nich (np. czołganie, wspinanie się, krążenie i chodzenie), aby poznać otoczenie i uzyskać pożądaną zabawkę | | |
| Utrzymuje głowę skierowaną do przodu, gdy jest podciągane do siedzenia z leżenia na plecach | | |
| Jest w stanie podciągnąć się, aby stanąć | | |
| Jest w stanie trzymać głowę wyprostowaną podczas raczkowania przed 11 miesiącem | | |
| Głównie raczkuje lub chodzi, aby uzyskać pożądaną zabawkę | | |
| Utrzymuje ciężar ciała na dłoniach i stopach podczas poruszania się do pozycji i wychodzenia z nich podczas bycia podtrzymywanych w staniu | | |
| Jest w stanie siedzieć bez podpierania się i odwracać głowę, aby spojrzeć na obiekty bez tracenia równowagi | | |
| Jest w stanie rzucać piłką i utrzymać równowagę | | |
| Używa obu dłoni po równo, aby bawić się i poznawać zabawki | | |
| Jest w stanie klaskać dłońmi | | |
| Lubi i poszukuje różnych sposobów na poruszanie się i zabawę | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 10-12 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|---|-----|-----|
| Codzienne czynności | | |
| Zwykle lubi czas kąpieli | | |
| Jest w stanie uspokoić siebie podczas jazdy samochodem, gdy nie jest zmęczone lub głodne | | |
| Zwykle jest w stanie znieść zmianę pieluchy bez płakania | | |
| Nie boi się przechylenia głowy do tyłu podczas poruszania się z siedzenia do leżenia na plecach | | |
| Jest w stanie używać czubków palców do podnoszenia małych przedmiotów, takich jak małe kawałki jedzenia | | |
| Je zwiększającą się liczbę różnorodnego jedzenia | | |
| Zwykle potrafi uczestniczyć w ubieraniu się bez wpadania w zły humor | | |
| Ma ustalony rozkład snu | | |
| Zwykle jest w stanie uspokoić się, aby usnąć | | |
| Uzewewnętrznianie | | |
| Jest pocieszane poprzez przytulanie i dotyk rodzica | | |
| Przyzwyczyliło się do codziennych dźwięków i zwykle nie wzdryga się, gdy je słyszy | | |
| Zwykle jest wesołe, gdy nie jest głodne lub zmęczone | | |
| Jest w stanie uspokoić się doświadczeniami takimi jak kiwanie się, dotyk i uspokajające dźwięki | | |
| Jest w stanie cieszyć się szerokim zakresem dotyku, dźwięków i zapachów | | |
| Płacze i zauważa, gdy jest zranione | | |
| Jest w stanie uspokoić się, gdy jest wzburzone | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 13-18 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|---|-----|-----|
| Zabawa i umiejętności społeczne | | |
| Jest zainteresowane nawiązywaniem kontaktu z ludźmi [bawi się w „łapki” klaszcząc w dłonie oraz uderzając w dłonie lub kolana drugiej osoby i recytując rymowaną; ang. patty cake – przyp. tłum.] | | |
| Unosi dłonie, aby zostać podniesionym | | |
| Utrzymuje kontakt wzrokowy z ludźmi podczas wesółych interakcji | | |
| Jest zainteresowane naśladowaniem innych | | |
| Odwraca głowę w odpowiedzi na to, gdy jego imię jest wołane | | |
| Wskazuje na interesujące go obiekty przed 12 miesiącem | | |
| Jest w stanie zlokalizować obiekty, na które wskazujesz | | |
| Klaszcze w dłonie w reakcji na zabawę towarzyską | | |
| Lubi bawić się różnorodnymi zabawkami o różnorodnych teksturach | | |
| Lubi potrząśnięcie i granie zabawkami muzycznymi | | |
| Lubi bawić się nowymi zabawkami | | |
| Chętnie poznaje otoczenie, gdy umieszczone na podłodze | | |
| Lubi bycie bujanym i delikatnie podrzucanym w powietrze | | |
| Lubi poznawanie placu zabaw i bawienie się na nim | | |
| Lubi bujanie się na huśtawkach na placu zabaw | | |
| Koordynacja | | |
| Często porusza się do różnych pozycji i wychodzi z nich (np. raczkowanie, wspinanie się, krążenie i chodzenie), aby poznać otoczenie i uzyskać pożądane zabawki | | |
| Utrzymuje równowagę w siedzeniu lub staniu, podczas używania dwóch rąk razem do poznawania zabawek | | |
| Jest w stanie odwrócić głowę, aby spojrzeć na przedmioty bez tracenia równowagi podczas stania | | |
| Jest w stanie stawiać kroki w kierunku zachęcającego przedmiotu | | |
| Raczkuje lub idzie, aby uzyskać pożądany przedmiot | | |
| Ma odpowiednią wytrzymałość i siłę, aby bawić się z rówieśnikami | | |
| Używa rąk, aby pomóc sobie przejść z jednej pozycji do drugiej | | |
| Jest w stanie rzucać piłką bez tracenia równowagi | | |
| Używa obu rąk po równo do bawienia się zabawkami i poznawania ich | | |
| Poszukuje różnych nowych sposobów, aby poruszać się i bawić się | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 13-18 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Codzienne czynności | | |
| Zwykle lubi czas kąpielu | | |
| Jest w stanie uspokoić się podczas jazdy samochodem, gdy nie jest zmęczone lub głodne | | |
| Zwykle znosi zmiany pieluchy bez płakania | | |
| Jest w stanie przechylić głowę do tyłu, gdy przechodzi z siedzenia na plecy | | |
| Jest w stanie używać czubków palców do podnoszenia małych przedmiotów, takich jak kawałki jedzenia | | |
| Je wzrastającą liczbę różnorodnego jedzenia | | |
| Zwykle potrafi uczestniczyć w ubieraniu się bez wpadania w zły humor | | |
| Ma ustalony rozkład snu | | |
| Zwykle jest w stanie uspokoić się, aby usnąć | | |
| Jest w stanie tolerować i nosić nowe i różnorodne tekstury ubrań | | |
| Uzewnętrznianie | | |
| Jest pocieszane przez przytulanie i dotyk rodzica | | |
| Zwykle jest wesołe, gdy nie jest głodne lub zmęczone | | |
| Jest w stanie uspokoić się doświadczeniami takimi jak kiwanie się, dotyk i uspokajające dźwięki | | |
| Przyzwyczyliło się do codziennych dźwięków i nie wzdryga się, gdy je słyszy | | |
| Ma ustalony i solidny rozkład snu | | |
| Jest w stanie cieszyć się szerokim zakresem dotyku, dźwięków i zapachów | | |
| Płacze i zauważa, gdy jest zranione | | |
| Jest w stanie uspokoić się, gdy jest w złym humorze | | |
| Poznaje różne tekstury, takie jak trawę czy piasek, po wielu wystawieniach na nie | | |
| Jest w stanie przejść do nowego otoczenia lub nowej czynności | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 19-24 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|---|-----|-----|
| Zabawa i umiejętności społeczne | | |
| Odwraca głowę w odpowiedzi na to, gdy jego imię jest wołane | | |
| Jest w stanie uczestniczyć w małych grupach z innymi dziećmi | | |
| Jest zainteresowane, świadome i w stanie utrzymać kontakt wzrokowy z innymi | | |
| Jest w stanie bawić się w sytuacjach towarzyskich po okresie przejścia | | |
| Wskazuje na obiekty, które go interesują | | |
| Jest w stanie lokalizować przedmioty, na które wskazujesz | | |
| Poznaje różne otoczenia, takie jak nowy plac zabaw | | |
| Lubi bujanie się na huśtawkach na placu zabaw | | |
| Lubi bycie bujanym i delikatnie podrzucanym w powietrze | | |
| Lubi bawienie się nowymi zabawkami na różne sposoby | | |
| Zwykle bawi się zabawkami bez brania ich do buzi | | |
| Lubi różnorodne zabawki i tekstury | | |
| Lubi bawić się zabawkami muzycznymi | | |
| Lubi siedzieć, aby patrzeć na książkę lub wysłuchać jej | | |
| Koordynacja | | |
| Często porusza się do różnych pozycji i wychodzi z nich (np. czołganie, wspinanie się, krążenie i chodzenie), aby poznawać otoczenie i uzyskać pożądane zabawki | | |
| Koordynuje ruchy potrzebne do zabawy i poznawania | | |
| Zwykle chodzi wzorcem pięta-palce, a nie głównie na palcach | | |
| Lubi różne sposoby na poruszanie się i zabawę i poszukuje ich | | |
| Ma odpowiednią wytrzymałość i siłę, aby bawić się z rówieśnikami | | |
| Potrafi utrzymać równowagę, aby złapać piłkę lub gdy delikatnie uderzone przez rówieśników | | |
| Jest w stanie rzucić i spróbować złapać piłkę bez tracenia równowagi | | |
| Używa rąk, aby pomóc sobie przejść z jednej pozycji do drugiej | | |
| Używa obu rąk po równo, aby bawić się zabawkami i poznawać je | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 19-24 miesięcy

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|---|-----|-----|
| Codziennie czynności | | |
| Lubi czas kąpieli | | |
| Jest w stanie uspokoić się podczas jazdy samochodem, gdy nie jest zmęczone lub głodne | | |
| Zwykle znosi zmiany pieluchy bez płakania | | |
| Nie boi się przechylenia głowy do tyłu, gdy przechodzi z siedzenia na plecy | | |
| Jest w stanie użyć czubków palców do podnoszenia małych przedmiotów, takich jak małe kawałki jedzenia | | |
| Jest w stanie jeść zwiększającą się liczbę różnorodnego jedzenia | | |
| Zwykle potrafi uczestniczyć w ubieraniu się bez wzbudzania się | | |
| Ma ustalony rozkład snu | | |
| Zwykle jest w stanie uspokoić się, aby usnąć | | |
| Jest w stanie tolerować i nosić nowe i różnorodne tekstury ubrań | | |
| Uzewnętrznianie | | |
| Zwykle jest wesołe, gdy nie jest głodne lub zmęczone | | |
| Jest w stanie uspokoić się doświadczeniami takimi jak kiwanie się, dotyk i uspokajające dźwięki | | |
| Przyzwyczało się do codziennych dźwięków i zwykle nie wzdyga się, gdy je słyszy | | |
| Ma ustalony i solidny rozkład snu | | |
| Nie potrzebuje nadmiernej rutyny, aby się uspokoić | | |
| Jest w stanie cieszyć się szerokim zakresem dotyku, dźwięków i zapachów | | |
| Płacze i zauważa, gdy jest zranione | | |
| Jest w stanie uspokoić się, gdy jest w złym humorze | | |
| Lubi różne tekstury, takie jak trawa czy piasek po wielu wystawieniach na nie | | |
| Jest w stanie przejść do nowego otoczenia lub nowej aktywności | | |
| Jest w stanie być z dala od rodziców, gdy jest z pomocnymi i znajomymi ludźmi | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 2 – 3 lat

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|---|-----|-----|
| Zabawa i umiejętności społeczne | | |
| Jest w stanie brać udział w małych grupach z innymi dziećmi | | |
| Jest zainteresowane, świadome i w stanie utrzymać kontakt wzrokowy z innymi | | |
| Odwraca głowę w odpowiedzi na to, gdy jego imię jest wołane | | |
| Poznaje różne otoczenia, takie jak nowy plac zabaw | | |
| Lubi bujanie się na huśtawkach na placu zabaw | | |
| Jest w stanie bawić się w sytuacjach towarzyskich po okresie przejściowym | | |
| Lubi huśtanie się, bycie podzucanym w powietrze i figlowanie | | |
| Lubi bawić się różnorodnymi zabawkami o różnorodnych teksturach | | |
| Jest w stanie lokalizować interesujące go obiekty | | |
| Jest w stanie zlokalizować obiekty, na które wskazujesz | | |
| Lubi bawić się zabawkami muzycznymi | | |
| Lubi bawić się zabawkami na różne sposoby | | |
| Zwykle bawi się zabawkami bez brania ich do buzi | | |
| Lubi siedzieć i słuchać książki lub oglądać ją | | |
| Jest w stanie uczestniczyć w brudzących czynnościach, które skutkują brudnymi rękami | | |
| Coordinación | | |
| Lubi różne sposoby na poruszanie się i zabawę i poszukuje ich | | |
| Ma odpowiednią wytrzymałość i siłę, aby bawić się z rówieśnikami | | |
| Używa rąk, aby pomóc sobie przejść z jednej pozycji do drugiej | | |
| Koordynuje ruchy potrzebne do zabawy i poznawania | | |
| Zwykle chodzi wzorcem pięte-palce, a nie głównie na palcach | | |
| Potrafi utrzymać równowagę, aby złapać piłkę lub gdy delikatne uderzone przez rówieśników | | |
| Jest w stanie chodzić i utrzymywać równowagę na nierównych nawierzchniach | | |
| Przechodzi przez nowe pomieszczenie bez wpadania na rzeczy i ludzi | | |
| Opiera się o meble, ściany lub ludzi i siedzi osunięte tylko, gdy jest zmęczone | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 2 – 3 lat

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Koordynacja cd. | | |
| Jest w stanie rzucić i spróbować złapać piłkę bez tracenia równowagi | | |
| Koordynuje obie ręce, aby bawić się, tak jak przy zamachnięciu kijem lub otwieraniu pojemnika | | |
| Używa obu rąk po równo, aby bawić się i poznawać zabawki | | |
| Koordynuje ruchy dłoni i palców potrzebne do brania udziału w grach i czynnościach na stole | | |
| Codzienne czynności | | |
| Lubi czas kąpieli | | |
| Jest w stanie uspokoić się podczas jazdy samochodem, gdy nie jest zmęczone lub głodne | | |
| Znosi zmiany pieluchy bez płakania | | |
| Nie boi się przechylenia głowy do tyłu | | |
| Jest w stanie używać czubków palców, aby podnieść małe przedmioty, takie jak małe kawałki jedzenia | | |
| Je zwiększającą się liczbę różnorodnego jedzenia | | |
| Ma ustalony rozkład snu | | |
| Jest w stanie uspokoić się, aby usnąć | | |
| Jest w stanie tolerować i nosić nowe i różnorodne tekstury ubrań | | |
| Jest w stanie brać odpowiednie gryzy jedzenia, nie zawsze zapycha buzię | | |
| Jest świadome wrażeń takich jak mokra pielucha lub majtki | | |
| Jest w stanie tolerować obcinanie włosów i pozostać podczas niego spokojnym | | |
| Jest w stanie dostosowywać się do zmian w rutynie | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 2 – 3 lat

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Uzewnętrzanie | | |
| Zwykle jest wesołe, gdy nie jest głodne lub zmęczone | | |
| Jest w stanie uspokajać się doświadczeniami takimi jak kiwanie się, dotyk i spokojne dźwięki | | |
| Przyzwyczyliło się do codziennych dźwięków i zwykle nie wzdryga się, gdy je słyszy | | |
| Ma ustalony i solidny rozkład snu | | |
| Nie wymaga nadmiernej rutyny, aby się uspokoić | | |
| Jest w stanie cieszyć się szerokim zakresem dotyku, dźwięków i zapachów | | |
| Płacze i zauważa, gdy jest zranione | | |
| Jest w stanie uspokoić się, gdy jest w złym humorze | | |
| Lubi różne tekstury, takie jak trawa czy piasek po wielu wystawieniach na nie | | |
| Jest w stanie przejść do nowego otoczenia lub nowej czynności | | |
| Jest w stanie być z dala od rodziców, gdy jest ze wspierającymi i znajomymi ludźmi | | |
| Lubi bawić się blisko rówieśników | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 4 – 6 lat

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Zabawa i umiejętności społeczne | | |
| Jest zainteresowane kontaktem wzrokowym, świadome go i w stanie utrzymać go z innymi | | |
| Lubi bawić się w małych grupach z dziećmi w tym samym wieku | | |
| Jest w stanie inicjować zabawę i bawić się z innym dzieckiem w tym samym wieku | | |
| Odwraca głowę w odpowiedzi na to, że jego imię jest wołane | | |
| Zainteresowane poznawaniem różnych otoczeń, takich jak nowy plac zabaw lub dom kolegi | | |
| Jest w stanie bawić się w nowych sytuacjach towarzyskich | | |
| Lubi bawić się różnymi zabawkami przeznaczonymi dla dzieci w tym samym wieku | | |
| Jest świadome ryzykownych i niebezpiecznych otoczeń i zachowania | | |
| Uczestniczy w robótkach ręcznych/czynnościach, które obejmują mokre tekstury, takie jak klej | | |
| Lubi brutalną, lecz bezpieczną zabawę z rówieśnikami, rodzeństwem lub rodzicami | | |
| Lubi bujać się na huśtawkach na placu zabaw | | |
| Lubi bawić się nowymi zabawkami | | |
| Jest w stanie lokalizować obiekty, na które wskazujesz | | |
| Lubi siedzieć i patrzeć na książkę lub słuchać jej | | |
| Zwykle nie bierze przedmiotów, które nie są jedzeniem do buzi | | |
| Jest w stanie bawić się jedną zabawką lub jednym wątkiem przez 15-minutowe okresy | | |
| Koordynacja | | |
| Lubi i poszukuje różnych sposobów na poruszanie się i zabawę | | |
| Ma odpowiednią wytrzymałość i siłę, aby bawić się z rówieśnikami | | |
| Koordynuje ruchy potrzebne do zabawy i poznawania | | |
| Zwykle chodzi wzorcem pięta-palce, a nie głównie na palcach | | |
| Potrafi utrzymać równowagę, aby złapać piłkę lub gdy delikatne uderzone przez rówieśników | | |
| Jest w stanie chodzić i utrzymywać równowagę na nierównych nawierzchniach | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 4 – 6 lat

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Koordynacja cd. | | |
| Przechodzi przez nowe pomieszczenie bez wpadania na przedmioty lub ludzi | | |
| Opiera się o meble, ściany, ludzi i siedzi osunięte tylko, gdy jest zmęczone | | |
| Jest w stanie rzucić i spróbować złapać piłkę bez tracenia równowagi | | |
| Koordynuje obie ręce, aby się bawić, na przykład wykonać zamach kijem lub otworzyć pojemnik | | |
| Koordynuje ruch dłoni i palca potrzebny, aby uczestniczyć w grach i czynnościach na powierzchni stołu | | |
| Jest w stanie kolorować i zaczyna naśladować kształty | | |
| Używa odpowiedniej siły, gdy bawi się z rówieśnikami lub zwierzętami albo gdy trzyma przedmioty | | |
| Jest w stanie utrzymać dobrą postawę potrzebną do siedzenia na krześle | | |
| Codziennie czynności | | |
| Jest w stanie używać sztućców do podnoszenia kawałków jedzenia | | |
| Ma ustalony rozkład snu | | |
| Zwykle jest w stanie uspokoić się, aby usnąć | | |
| Jest w stanie tolerować i nosić tekstury nowych i różnorodnych części garderoby | | |
| Jest w stanie brać odpowiednie gryzy jedzenia, nie zawsze zapycha buzię | | |
| Jest w stanie znosić obcinanie włosów i paznokci bez płakania | | |
| Jest w stanie adaptować się do zmian w rutynie | | |
| Potrąfi brać kąpiel lub prysznic, mimo że preferencja może nie być obecna | | |
| Spożywa dietę bogatą w różnorodne jedzenie, temperatury i tekstury | | |
| Potrąfi pić z kubka i ze słomki bez ślinienia się | | |
| Potrąfi dla zderzania się, wpadania i szybkiego poruszania się nie koliduje z udziałem w czynnościach i życiem rodzinnym | | |
| Jest w stanie ukończyć codzienne zadania, które mają kilka etapów, takie jak ubieranie się | | |
| Często budzi się wypoczęte i gotowe na nowy dzień | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 4 – 6 lat

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Uzewewnętrznianie | | |
| Zwykle jest wesołe, gdy nie jest głodne lub zmęczone | | |
| Przyzwyczało się do codziennych dźwięków i zwykle nie wzdryga się, gdy je słyszy | | |
| Ma ustalony i solidny rozkład snu | | |
| Jest w stanie cieszyć się szerokim zakresem dotyku, dźwięków i zapachów | | |
| Płacze i zauważa, gdy jest zranione | | |
| Jest w stanie uspokoić się po wzburzającym wydarzeniu | | |
| Jest w stanie przejść do nowego otoczenia lub nowej czynności | | |
| Jest w stanie zwracać uwagę i nie jest rozpraszone przez dźwięki niezauważane przez innych | | |
| Jest w stanie poradzić sobie z nieoczekiwaną zmianą | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 6 lat i wzwyż

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Zabawa i umiejętności społeczne | | |
| Jest zainteresowane kontaktem wzorkowym, świadome go oraz jest w stanie utrzymać go z innymi | | |
| Jest w stanie inicjować zabawę z innym dzieckiem w tym samym wieku | | |
| Wolałoby bawić się raczej z kolegą lub dziećmi niż z dorosłymi | | |
| Ma kilku kolegów i lubi się z nimi bawić | | |
| Lubi brać udział w wyjściach rodzinnych | | |
| Lubi bawić się w nowym otoczeniu | | |
| Jest w stanie rozwiązać konflikt z kolegami lub innymi dziećmi bez interwencji nauczyciela lub rodzica | | |
| Bierze udział w robótkach ręcznych/czynnościach, które obejmują mokre tekstury, takie jak klej | | |
| Jest zainteresowane poznawaniem różnych otoczeń, takich jak nowy plac zabaw lub dom kolegi | | |
| Jest w stanie bawić się w nowych sytuacjach towarzyskich i przyzwyczajać się do nich | | |
| Lubi brutalną, lecz bezpieczną zabawę z rówieśnikami, rodzeństwem lub rodzicami | | |
| Lubi bawić się nowymi zabawkami | | |
| Lubi bujać się na huśtawkach na placu zabaw | | |
| Jest w stanie lokalizować obiekty, na które wskazujesz | | |
| Lubi bawić się różnorodnymi zabawkami przeznaczonymi dla dzieci w tym samym wieku | | |
| Jest świadome ryzykownych i niebezpiecznych otoczeń i zachowań | | |
| Zwykle nie bierze do buzi przedmiotów, które nie są jedzeniem | | |
| Jest w stanie wymyślić różne sposoby, aby bawić się jedną zabawką | | |
| Nie kontroluje nadmiernie zabawy z innymi dziećmi | | |
| Udawana zabawa jest bogata i różnorodna oraz nie wymaga poleceń dorosłego | | |
| Potrafi rozpoczynać i kończyć odpowiednie dla wieku czynności w odpowiednim czasie | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 6 lat i wzwyż

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Koordynacja | | |
| Lubi i poszukuje różnych sposobów, aby poruszać się i się bawić | | |
| Ma odpowiednią wytrzymałość i siłę, aby bawić się z rówieśnikami | | |
| Koordynuje ruchy potrzebne, aby bawić się i poznawać | | |
| Zwykle chodzi wzorcem pięta-palce, a nie głównie na palcach | | |
| Potrafi utrzymać równowagę, aby złapać piłkę lub gdy delikatnie uderzone przez rówieśników | | |
| Jest w stanie chodzić i utrzymywać równowagę na nierównych powierzchniach | | |
| Przechodzi przez nowe pomieszczenie bez wpadania na przedmioty lub ludzi | | |
| Opiera się o meble, ściany lub ludzi i siedzi osunięte tylko, gdy jest zmęczone | | |
| Koordynuje ruchy potrzebne dla szybszych czynności typu sportowego (np. piłka nożna, kickball [gra dziecięca oparta na regułach baseballu – przyp. tłum.], gra w klasy i gry video wymagające ruchów z motoryki dużej) | | |
| Koordynuje ruchy dłoni i palców potrzebne, aby uczestniczyć w grach i czynnościach na powierzchni stołu | | |
| Używa odpowiedniej siły, gdy bawi się z rówieśnikami lub zwierzętami albo gdy trzyma przedmioty | | |
| Jest w stanie utrzymać dobrą postawę potrzebną do zadań szkolnych | | |
| Jest w stanie szybko manewrować wokół rówieśników poruszających się na placu zabaw | | |
| Bierze udział w wyzywających zadaniach, które wymagają równowagi, takich jak jazda na rowerze | | |
| Jest w stanie używać czubków palców do podnoszenia małych przedmiotów, takich jak monety ze stołu lub małych elementów gry (np. z gry Lite Brite) | | |
| Jest w stanie przerysowywać proste wzory | | |
| Bierze udział w czynnościach wymagających ruchów z motoryki małej, takich jak kolorowanie, pisanie i cięcie | | |
| Ma ustaloną preferencję ręki | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 6 lat i wzwyż

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|--|-----|-----|
| Codziennie czynności | | |
| Jest w stanie używać sztućców do podnoszenia kawałków jedzenia | | |
| Ma ustalony rozkład snu | | |
| Zwykle jest w stanie uspokoić się, aby usnąć | | |
| Jest w stanie tolerować i nosić tekstury nowych i różnorodnych części garderoby | | |
| Jest w stanie brać odpowiednie gryzy jedzenia, nie zawsze zapycha buzię | | |
| Jest w stanie tolerować obcinanie włosów i paznokci | | |
| Jest w stanie adaptować się do zmian w rutynie | | |
| Potrąfi brać kąpiel lub prysznic, mimo że preferencja może być obecna | | |
| Spożywa dietę bogatą w różne jedzenie, temperatury i tekstury | | |
| Potrzeba zderzania się, uderzania i poruszania się szybko nie koliduje z udziałem w czynnościach i życiu rodziny | | |
| Jest w stanie samodzielnie wykonywać codzienne zadania, które mają wiele etapów, takie jak ubieranie się | | |
| Często budzi się wypoczęte i gotowe na nowy dzień | | |
| Jest w stanie jeść bez robienia bałaganu | | |
| Jest świadome, gdy jedzenie jest na buzi lub twarzy | | |
| Jest w stanie wykonywać polecenia składające się z wielu etapów, gdy jest zmotywowane | | |
| Potrąfi zorganizować siebie i dzień, aby samodzielnie wykonać odpowiednie dla wieku zadania | | |
| Potrąfi zwracać uwagę w zatłoczonym otoczeniu, takim jak klasopracownia | | |
| Lubi brać udział w głośnych, zabawnych otoczeniach, takich jak przyjęcia urodzinowe | | |
| Nie kontroluje nadmiernie codziennych zadań, takich jak ubieranie się lub czas na posiłek | | |



Lista Kontrolna Umiejętności w wieku 6 lat i wzwyż

Ważne jest, aby spojrzeć na ogólne tendencje i grupy zachowań Twojego dziecka. Jeden lub dwa problemy nie powinny powodować obaw. Jednakże, jeśli Twoje dziecko nie wykazuje często i stale więcej niż kilku pozycji wymienionych w każdej kategorii wiekowej, wydrukuj następującą listę, zaznacz swoje obawy i omów je ze swoim pracownikiem służby zdrowia.

| | Tak | Nie |
|---|-----|-----|
| Uzewewnętrznianie | | |
| Zwykle jest wesołe, gdy nie jest głodne lub zmęczone | | |
| Przyzwyczało się do codziennych dźwięków i zwykle nie wdryga się, gdy je słyszy | | |
| Ma ustalony i solidny rozkład snu | | |
| Jest w stanie cieszyć się szerokim zakresem dotyku, dźwięków i zapachów | | |
| Płacze i zauważa, gdy jest zranione | | |
| Jest w stanie uspokoić się po wzburzającym wydarzeniu | | |
| Jest w stanie przejść do nowego środowiska lub nowej czynności | | |
| Jest w stanie zwracać uwagę i nie jest rozpraszone przez dźwięki niesłyszane przez innych | | |
| Jest w stanie poradzić sobie z nieoczekiwaną zmianą | | |
| Jest w stanie przyzwyczać się do nieoczekiwanego dotyku innych | | |
| Używa prostych strategii, aby pozostać spokojnym, gdy doświadcza stresu | | |
| Nie potrzebuje nadmiernego pocieszenia, gdy jest smutne | | |