USIA & PERINGKAT : 2–6 TAHUN

Dibawakan oleh
MENDAKI

USIA & PERINGKAT

Bahagian ini akan menyenaraikan tahap-tahap pencapaian perkembangan pada setiap peringkat usia. Kanak-kanak yang dilahirkan pra-matang (kurang dari 37 minggu), perlu diperbetulkan tahap kepramatangan sehingga mereka berumur 2 tahun. Doktor anda akan bantu megira umur yang diperbetulkan.

Aktiviti-Aktiviti Pembangunan Berdasarkan Umur Dan Peringkat:

Muka Surat

01 2 - 3 Tahun: Kanak-kanak Kecil

08 4 - 6 Tahun: Pra- sekolah

14 Membaca Dan Buku-Buku Yang Disarankan Untuk Kanak-Kanak Berumur 0-6 Tahun

16 Kanak-Kanak Istimewa

17 Aktiviti Untuk Kanak-Kanak Berisiko Mengalami Kelewatan Perkembangan

Panduan:

* *Rujuk kepada bahagian sesuai dengan usia anak anda*
* *Pastikan tahap perkembangan anak anda*
* *Jalankan aktiviti yang disarankan dan perhatikan perkembangan anak anda*
* *Kandungan buku ini hanyalah sebagai sebuah panduan. Anak anda mungkin mencapai tahap perkembangan lebih cepat atau lambat. Sekiranya, perkembangan anak anda diperhatikan seperti sedikit kebelakang, dapatkan nasihat dari klinik, doktor dan pakar untuk mengesahkan ketidakpastian anda.*

KANAK-KANAK KECIL

PANDUAN BAGI IBU BAPA

SENTIASA BERSIKAP POSITIF!

Sentiasa bersikap positif dan **menggunakan kata-kata yang positif di hadapan anak anda.** Kanak-kanak di bawah umur tiga tahun secara semula jadinya berfikiran positif dan tidak mengendahkan kata-kata negatif. Sebagai contoh, dia akan mentafsir "Jangan buka pintu" sebagai "Buka pintu". Sebaliknya, anda perlu mengatakan "Tutup pintu".

Kanak-kanak kecil yang menjerit "saya punya!" kelihatan mementingkan diri sendiri dan tidak mahu berkongsi, tetapi sebenarnya dia telah menunjukkan satu pencapaian kognitif egoisme dan mula memahami bahawa orang lain itu berbeza daripada dirinya sendiri.

PEMAKANAN

Berikut merupakan diet yang disyorkan untuk kanak-kanak yang berumur lebih daripada satu tahun.

Jenis Makanan	Hidangan Seharian Untuk Kanak-kanak Berusia 2-3 Tahun	
	Jumlah Hidangan	Contoh Makanan
Bijirin	3 – 4	Pagi: 1 keping roti Petang: ½ cawan nasi Malam: ½ cawan pasta
	Contoh 1 Hidangan	
	1 keping roti	1/2 cawan nasi
	1/2 cawan pasta	1/2 cawan bijirin

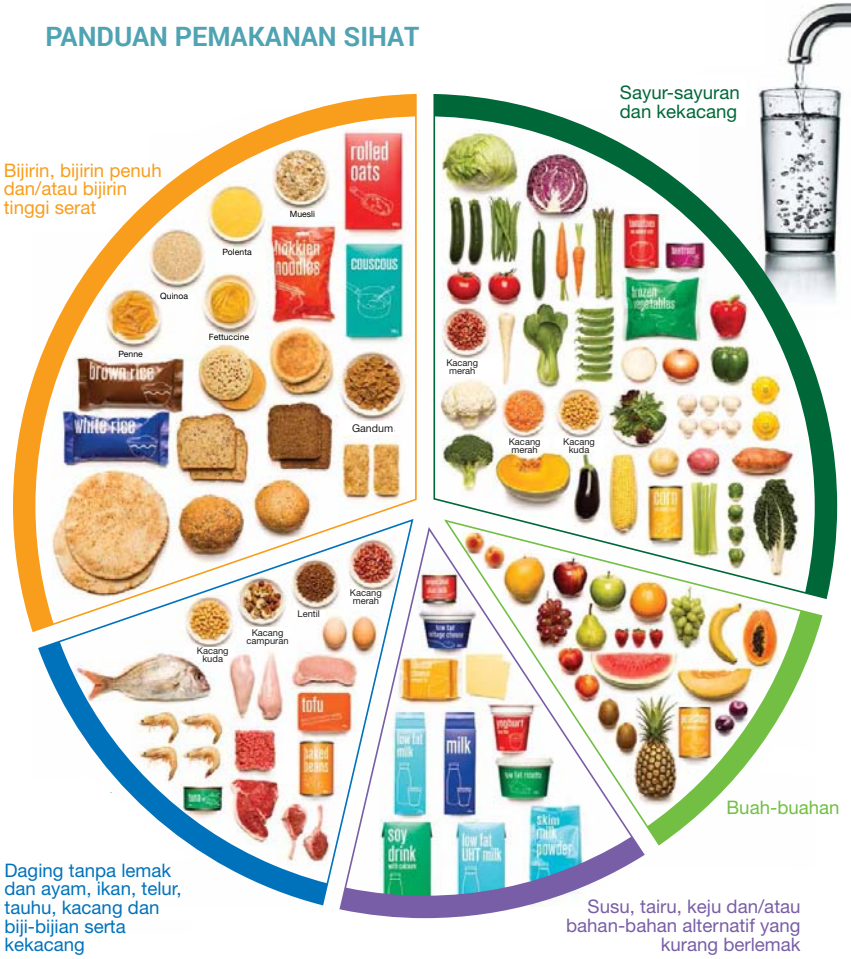
Jenis Makanan	Hidangan Seharian Untuk Kanak-kanak Berusia 2-3 Tahun	
	Jumlah Hidangan	Contoh Makanan
Sayur-sayuran	1	Petang: ½ cawan nasi Malam: ½ cawan sayuran dimasak
	Contoh 1 Hidangan	
	100g sayuran dimasak	150g sayuran berdaun yang belum dimasak

Jenis Makanan	Hidangan Seharian Untuk Kanak-kanak Berusia 2-3 Tahun	
	Jumlah Hidangan	Contoh Makanan
Buah-buahan	3 – 4	Petang: ½ epal Malam: ½ cawan jus buah-buahan
	Contoh 1 Hidangan	
	1 biji epal / pisang yang kecil	30g buah-buahan kering
	1 cawan jus buah-buahan	

Jenis Makanan	Hidangan Seharian Untuk Kanak-kanak Berusia 2-3 Tahun	
	Jumlah Hidangan	Contoh Makanan
Susu	1.5 – 2	Pagi: ½ cawan susu Petang: ½ cawan yoghurt Malam: ½ cawan susu
	Contoh 1 Hidangan	
	250ml susu / susu tin	1 cawan yoghurt
	56g keju diproses	

Jenis Makanan	Hidangan Seharian Untuk Kanak-kanak Berusia 2-3 Tahun	
	Jumlah Hidangan	Contoh Makanan
Daging dan lain-lain	1	Petang: 1 telur rebus Malam: 45g ikan yang dimasak
	Contoh 1 Hidangan	
	90g daging / ikan	150g kekacang dimask
	2 biji telur	

PANDUAN PEMAKANAN SIHAT



TAHAP PENCAPAIAN PERKEMBANGAN

USIA	PENCAPAIAN	PERKARA MEMBIMBANGKAN
2 tahun	• Menyuap diri sendiri menggunakan sudu dan terdapat sedikit makanan tertumpah. • Bermain bersama rakan-rakan; bermain sambil berimaginasi • Tidak membuang air kecil atau besar di dalam lampin pada waktu siang • Menggunakan 2 patah perkataan apabila berbual, nama-nama, objek-objek serta gambar-gambar yang biasa dilihatnya. • Memahami arahan yang mempunyai sekurang-kurangnya 2 langkah • Membina sebuah menara menggunakan 6 blok-blok permainan, memegang pensel dengan telapak tangannya, meniru contoh-contoh ayat • Naik dan turun tangga dengan bantuan seseorang • Melompat, menendang dan membaling bola	• Tidak mengetahui sekurang-kurangnya sepatah perkataan • Susah untuk berjalan • Tidak mengenali ahli keluarga dan tidak memberikan respons kepada ahli keluarga apabila disapa • Tidak bermain sendiri ataupun menghiburkan diri sendiri bagi jangka waktu yang singkat
3 tahun	• Memakai bajunya sendiri • Bermain bersama kanak-kanak yang lain • Menggunakan sekurang-kurangnya 3 perkataan dalam sebuah ayat sewaktu berbual • Mengetahui nama, umur dan jantina • Melukis barisan yang lurus atau bulat • Mengimbangi diri dengan satu kaki tanpa bantuan, mengayuh basikal tiga roda	• Tidak mampu menggunakan sekurang-kurangnya dua perkataan secara spontan • Mempunyai masalah mengekspresikan perasaan • Sering tidak mahu membuat tugas-tugas kecil • Sering berasa terlalu takut, walaupun berada di dalam situasi yang selamat

AKTIVITI PEMBANGUNAN

1½ - 2 TAHUN

Koyakkan
- Berikan anak anda sehelai kertas dan biarkannya mengoyak-ngoyakkan kertas itu dan masukkannya ke dalam botol.
- Mengoyak dan merenyukkan kertas juga merupakan satu latihan motor halus/ otot tangan

Seronok Dengan Perkataan
- Bermain watak/karakter bersama anak anda. Anda boleh berpura-pura bercakap di telefon atau pergi membeli-belah.
- Berbual dengan anak anda semasa anda bermain dan galakkan anak anda untuk bercakap dengan anda.

Lagu Kanak-Kanak
- Perkenalkan anak anda kepada lagu-lagu yang baru dengan menyanyinya sepanjang hari supaya anak anda membiasakan diri mereka dengannya.
- Pegang tangannya sambil bergerak bersama-samanya.

Permainan Meniru Gaya
- Biarkan anak anda menggunakan mainan atau bahan untuk meniru tindakan orang dewasa.
- Bincangkan tentang apa yang anda lakukan dan zahirkan tindakan anda itu dalam bentuk kata-kata: *"Bayi ini lapar. Bayi ini hendak makan."*

Visualisasi Kreatif
- Biarkan anak anda duduk di atas kerusi, buat bunyi-bunyi kenderaan, dan berpura-pura untuk memandu.
- Secara bertahap-tahap, kurangkan interaksi secara langsung dengan anak anda untuk membenarkan anak anda fokus bermain sendirian untuk seminit dua.

Golek
- Tunjukkan kepada anak anda bagaimana untuk meletakkan bola di atas papan dan biarkan ia bergolek ke bawah.
- Letakkan sasaran seperti kotak atau botol di bahagian bawah papan dan biarkan bola bergolek ke arahnya.
- Adakah anak anda akan cuba menggolekkan bola yang berbeza-beza saiz ataupun menggunakan hanya satu saiz yang sama?

Padankan Objek
- Ketika anak anda sedang memakai kasut, sembunyikan salah satu kasutnya dan biarkan anak anda mencarinya.

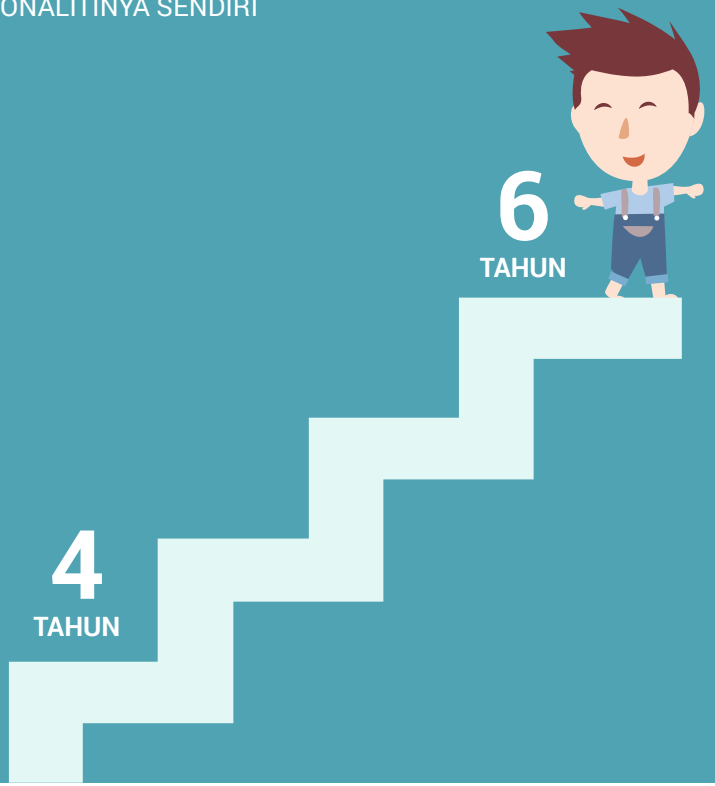
Cari Mainan
- Biarkan anak anda membantu anda mencari gambar-gambar mainan beliau dalam sebuah buku.
- Lihat jika anak anda boleh membuat rumusan daripada gambar tersebut dan mencari objek yang mempunyai fungsi yang sama di dalam bilik.

AKTIVITI PEMBANGUNAN

	2 - 2½ TAHUN	2½ - 3 TAHUN
	Langkah Kecil & Besar • Selang-selikan langkah "besar" dan "kecil" sambil menerangkan konsep "besar" dan "kecil". **Tepat Pada Sasaran** • Biarkan anak anda menggolekkan bola ke arah sebuah sasaran. Ini meningkatkan koordinasi mata dan tangan.	**Basahkan & Perah** • Letakkan beberapa span kecil di dalam air serta beberapa cawan dan mangkuk plastik. Tunjukkan kepada anak anda bagaimana dia boleh mengisi span dengan air dan memerah air ke dalam mangkuk.
	Ikut Saya • Sediakan objek di lantai untuk dipadankan dengan arahan berikut - Berdiri di atas kertas. - Merangkak di bawah selimut. • Gunakan aksi lain, seperti melompat, dan berjalan dengan senyap. **Teka Siapa?** • Buka halaman buku satu demi satu untuk menunjukkan sebahagian gambar di bawah halaman. • Biarkan anak anda meneka. • Sediakan soalan rangsangan: "Siapakah ini? Siapakah yang ada bulu kuning?"	**Apabila Saya Bangun Tidur** • Terangkan kepada anak anda rutin anda dari masa bangun tidur hingga masa untuk tidur. **Berjalan Lurus** • Letakkan sebaris pita pelekat di atas lantai. • Tunjukkan kepada anak anda bagaimana untuk berjalan di atas pita pelekat, dengan mengambil satu langkah sahaja setiap waktu. • Kira bilangan langkah yang diperlukan. Buat garis bengkang-bengkok seterusnya. • Gunakan perkataan seperti "lurus", "bengkok", "panjang" dan "pendek."
	Mari Buat Bersama • Gunakan aktiviti kolaboratif untuk menggalakkan interaksi: menyediakan meja untuk makan tengah hari, menyapu lantai. **Sayang Pada Binatang** • Bincang dengan anak anda tentang bagaimana haiwan boleh tercedera: bagaimana kaki mereka boleh tercedera atau sayap mereka boleh patah.	**Tangan Bercerita** • Beritahu anak anda, "Masa untuk bercerita." Gunakan tangan anak anda, urut jari kelingkingnya dan berkata, "Jari yang ini mahu belajar bagaimana untuk menunggang basikal dua roda." Pergi ke jari yang seterusnya dan urutnya sambil berkata, "Jari ini pula takut jatuh."
	Membina Menara • Bantu anak anda membuat jalan raya, kereta api, dan lain-lain lagi menggunakan pelbagai blok dan kotak.	**Saya Nampak!** • Tanya anak anda apa yang dia lihat ketika anda sedang berjalan di luar atau memandu kereta.
	Padankan Bentuk • Main permainan memadankan bentuk. • Anak anda perlu mencari bentuk yang sama dengan apa yang anda pegang. • Gunakan hanya bentuk bulat, segi empat dan segi tiga. **Kata Kerja** • Gunakan rutin seharian untuk mengajar makna kata-kata kerja. • Beritahu anak anda apa yang anda atau ahli keluarga yang lain lakukan dalam aktiviti harian. "Saya mencuci tangan saya." **Hanya "Satu"** • Gunakan objek berpasangan untuk menekankan konsep satu. • Apabila anak anda mencari kasut beliau, katakan, "Kamu jumpa hanya satu kasut. Di mana satu lagi?"	**Mendengar & Bertutur** • Bantu anak anda yang akan cenderung untuk bercakap mengenai masa kini," pelajari perkataan-perkataan baru untuk bercakap tentang apa yang dilakukannya pada masa lalu dan pada masa akan datang: "Semalam kamu bermain gelongsor di taman. Seronoknya!" atau, "Esok kita akan pergi ke kedai." **PANDUAN MEMILIH BUKU** **KANAK-KANAK KECIL (24-36 BULAN)** Buku-buku cerita mudah, puisi kanak-kanak yang mudah dihafal dan buku "pop-up". Pilih buku tentang nombor, huruf, bentuk atau saiz, haiwan, dan kenderaan.

PRA-SEKOLAH

DI PERINGKAT INI, CABARAN YANG BAKAL ANDA LALUI SEBAGAI IBU BAPA BERBEZA KERANA ANAK ANDA SEDANG MENINGKATKAN PERSONALITINYA SENDIRI



PANDUAN UNTUK IBU BAPA

SEDIAKAN MATLAMAT YANG MAMPU DICAPAI

Sediakan matlamat yang selari dengan keupayaan anak anda. Fokus kepada apa yang boleh mereka lakukan dan bukan sebaliknya.

Hukuman dera akan menghalang perkembangan intelek - terdapat hubungan antara pukulan dengan IQ yang rendah.

PANDUAN UNTUK IBU BAPA

KATAKAN "TIDAK"

Walaupun sikap dan kata-kata positif itu penting, kita perlu mengatakan "tidak" atau "jangan" untuk menghentikan kanak-kanak itu jika:

- Dia sedang melakukan sesuatu yang membahayakan dirinya serta orang lain.
- Dia sedang mengganggu ketenteraman awam dengan menghentak permainan atau menangis dengan kuat.
- Dia merosakkan harta benda awam dengan melukis di dinding atau lantai, serta mengoyakkan buku-buku.

MEMBINA PERWATAKAN

Pupuk sikap dan tingkah laku yang positif dalam diri anak anda dengan menunjukkan sikap pemurah, tolak-ansur dan baik hati di rumah.

Perhatikan perkara-perkara berikut:

- Setiap amalan bersandarkan agama dan untuk memastikan keluarga yang aman dan harmoni.
- Peraturan di rumah mestilah jelas, mudah difahami, dan dipatuhi. Peraturan mesti dipatuhi oleh setiap ahli keluarga supaya adil untuk kanak-kanak, lantas membuat kanak-kanak ingin mematuhi peraturan tersebut.
- Memberi tugasan kepada anak-anak sejak kecil lagi seperti membersihkan mainan selepas bermain. Lakukannya dengan cara yang menyeronokkan.

PENJAGAAN & PEMAKANAN

Anak anda mampu menyatakan sama ada dia berasa lapar atau tidak dan akan memilih makanannya.

Walau bagaimanapun, anda harus mengawal pemakanan anak anda:

- Hasilkan jadual untuk waktu makan dan waktu makan ringan(kudapan).
- Jangan paksa anak anda menghabiskan makanan yang ada di pinggannya.
- Jangan gunakan makanan sebagai ganjaran atau umpan bagi sesuatu perkara.
- Jangan gunakan makanan untuk menunjukkan kasih sayang.

Tidur Pada Waktu Malam & Siang Hari

Pada usia ini, anak anda perlu tidur sekurang-kurangnya 11-12 jam, termasuk tidur petang. Penetapan jadual waktu tidur sangat penting untuk memastikan anak anda mendapat tidur yang secukupnya.

Pencegahan Miopia (rabun jauh)

Anak anda besar kemungkinan akan menghidapi miopia jika:

- Anda dan/atau pasangan anda menghidapi miopia (rabun jauh).
- Anak anda sentiasa terlibat dalam aktiviti visual dekat, misalnya, membaca, menulis, kraftangan dan bermain alat permainan mudah alih seperti telepon bimbit.
- Anda seharusnya menggalakkan anak anda berehat sebentar selama 3-5 minit selepas 30-40 minit.
- Lihat di luar tingkap atau keluar rumah untuk merehatkan mata.
- Bersukan atau berjalan bersama keluarga untuk menikmati udara yang segar dan sinaran matahari.
- Waktu di luar rumah mampu membantu melewatkan perkembangan miopia.
- Kurangkan jumlah permainan yang anak anda main di telefon bimbit atau alat teknologi mudah-alih yang lain.

Pembelajaran & Waktu Bermain

TAHAP PENCAPAIAN PERKEMBANGAN

UMUR	PENCAPAIAN	PERKARA YANG MEMBIMBANGKAN
4-5 tahun	• Menamakan seorang kawan • Mengira 1-10 secara hafalan • Bertutur dengan lancar menggunakan tatabahasa yang betul (5 tahun) • Menanyakan soalan seperti apa, mengapa dan bagaimana. Boleh menjawab soalan-soalan yang sama. • Menggunakan ayat-ayat yang mengandungi 5-6 perkataan, boleh bercerita • Mengenal pasti 4 atau lebih warna • Meniru bentuk pangkah, segi empat (4 tahun), segi tiga (5 tahun) • Boleh melukis 3-6 anggota badan • Mengayuh basikal menggunakan roda pentsabil atau tidak • Lompat menggunakan satu kaki, memanjat dengan baik • Mampu mengimbangkan diri ketika berjalan atau berlari ke depan dan ke belakang. • Cuba menyelesaikan masalah dari satu sudut sahaja dan mengenal pasti huraian kepada masalah tersebut. • Lebih bersetuju dengan peraturan.	• Tidak mampu berlari, melompat atau memanjat dengan mudah • Terlalu agresif dan ganas terhadap rakan-rakan sebaya • Sukar berenggang dan sangat sedih apabila ibu bapa meninggalkan mereka • Tidak menggunakan ayat yang lengkap apabila bercakap dan sukar difahami oleh orang lain • Kelihatan malu dan takut apabila bersama kanak-kanak lain • Tidak pernah berkongsi atau mengambil giliran • Selalu bermasalah apabila perlu menggunakan tandas
6 tahun	• Membaca perkataan dan ayat pendek. • Berbangga dan seronok menguasai kemahiran baru • Mempunyai lebih kawalan diri atas emosi dan sikap. • Menunjukkan kesedaran yang meningkat antara yang baik dan yang buruk.	• Selalu sedih, risau, takut, atau mendiamkan diri. • Mudah kecil hati • Buli kanak-kanak yang lain • Menyebabkan fobia yang tidak realistik.

PANDUAN UNTUK IBU BAPA

DISIPLIN SECARA POSITIF

Melalui rutin, kanak-kanak akan belajar bagaimana untuk dikenakan tindakan disiplin. Mendisiplinkan anak bukan tentang membetulkan tingkah laku yang salah, tetapi menggalakkan tingkah laku yang betul.

- Semasa membaca, **berbincang dan berceritalah** dengan anak anda mengenai kebaikan dan keburukan sesebuah keadaan.
- **Solat bersama-sama.** Ini akan meningkatkan nilai-nilai agama keluarga tersebut dan memastikan keluarga itu sentiasa mengingati Allah dalam tindakan kehidupan seharian mereka.
- **Makan bersama-sama.** Ini masa yang baik untuk bercerita mengenai aktiviti seharian masing-masing. Kanak-kanak boleh diajar untuk berinteraksi.
- **Pastikan waktu tidur dan bangun yang tetap.** Semua ahli keluarga mesti mengamalkan peraturan ini supaya anak-anak tahu tidak ada pengecualian.
- Terangkan kepentingan **kebersihan** dengan menunjukkan bagaimana untuk mandi dan membersihkan diri sendiri sejak kecil lagi.

AKTIVITI PEMBANGUNAN

	3 - 3½ TAHUN	3½ - 4 TAHUN
	Boling! • Berikan anak anda peluang untuk bermain boling. • Kira jumlah objek yang masih berdiri teguh dan jumlah objek yang telah dijatuhkannya. • Bantunya untuk menyusun semula.	**Indahnya Alam** • Berjalan sambil mengumpul beberapa objek seperti daun, batu, ranting-ranting ataupun cangkerang. • Gunakan ia untuk membuat sebuah lukisan.
	Tepuk Sepatah Kata! • Terangkan bahawa setiap suku kata mempunyai bunyi yang berbeza ataupun disebut secara berasingan. • "Mop" misalnya mempunyai satu suku kata, oleh itu tepuk tangan hanya sekali. "Gajah" dua suku kata maka tepuk dua kali. • Berikan contoh dan tepuk hanya sekali bagi setiap suku kata.	**Permainan Nama** • Tuliskan 1 huruf di sekeping kertas. Tuliskan huruf tersebut di dalam huruf besar dan huruf kecil. • Anak anda boleh cuba meneka nama-nama barang dan haiwan yang bermula dengan huruf tersebut. **Saya Nampak** • Gunakan bahan-bahan yang mudah seperti kadbod tisu gulung ataupun kertas dan dapatkan anak anda untuk melihat dunia melalui 'teropong' tersebut. • Tumpukan seketika pada suatu benda dan beri peluang kepada anak anda untuk menerangkan benda yang dilihat.
	Aktiviti kegemaran saya ialah... • Dapatkan anak anda untuk melukis gambar aktiviti kegemarannya, misalnya pergi ke taman ataupun membina bangunan dengan permainan blok. • Sekiranya anak anda mempunyai masalah memikirkan gambar yang boleh dilukis, galakkan anak anda untuk berfikir tentang sesuatu ataupun seseorang yang membuat dirinya rasa istimewa ataupun gembira. • Setelah anak anda selesai dengan lukisannya, dapatkan anak anda untuk menyelesaikan ayat "Aktiviti kegemaran saya ialah..."	**Mengapa Dengan Rupa Itu?** • Baca dengan kuat sebuah buku yang mana watak-wataknya menunjukkan perasaan marah, sedih, gembira dan ghairah. • Berbual tentang watak-watak tersebut dan apa yang membuat watak-watak tersebut rasa sedemikian. • Lukiskan wajah gembira pada sekeping kertas dan dapatkan anak anda untuk menulis perkara-perkara yang membuatnya gembira. • Tanya kepada anak anda apa yang membuatnya gembira. • Lukiskan pula wajah hiba dan ulangi proses tersebut. Tanya kepada anak anda apa yang boleh dilakukannya apabila kawannya sedih atau marah.
	Kolaj Alam Mesra • Tuliskan nama-nama warna menggunakan pena yang merupakan warna tersebut pada beg-beg plastik. • Gunakan warna-warna yang berkaitan dengan alam misalnya coklat dan hijau. • Galakkan anak anda untuk mengumpul daun, ranting-ranting, batu dan buah dan simpannya di dalam beg.	**Sembunyi-sembunyi** • Beritahu anak anda bahawa ada seekor haiwan berada di dalam biliknya tetapi ia sudah menghilangkan diri. • Berbual dengan anak anda mengenai saiznya, apa yang dimakannya dan sebagainya. • Dapatkan anak anda untuk meneka apakah haiwan tersebut.
	Tenggelam atau Timbul? • Isikan air di dalam sebuah baldi. • Jatuhkan objek-objek ke dalam air dan pastikan anak anda melihatnya. • Dapatkan anak anda untuk meneka objek mana yang akan timbul dan cuba minta penerangannya.	**Serangga Berwarna Warni** • Kenalkan anak anda kepada buku mengenai serangga dan ulat bulu. • Berbual dengan anak anda mengenai hidup seekor ulat bulu dan proses ia menjadi seekor rama-rama. Read The Very Hungry Caterpillar by Eric Carle. • Gunting 5-10 bentuk bulat dan hasilkan bentuk tubuh seekor ulat bulu. **Warna Utama ke Warna Sekunder** • Gunakan dua warna asas untuk menghasilkan warna ketiga. • Dapatkan anak anda untuk meneka kesan daripada mencampur dua warna menggunakan pensel warna, krayon dan cat air.
	Si cilik yang berusia 1-4 tahun mempunyai minda yang amat terbuka untuk mempelajari Matematik dan logik. **Fokus kepada "Apa"** • Apabila anda bertanyakan soalan bermula dengan "apa", anda sedang memulakan perbualan dan meneroka pemahaman anak anda bersama dengannya. • Soalan yang bermula dengan "Apa" memberi fokus kepada apa yang sedang berlaku dan apa yang diperhatikan.	**Saksikan ini** • Bagi aktiviti ini, anak anda dikehendaki meniup tangannya dan melambaikan tangan. Tanya kepadanya, "Apa yang kamu rasa?" dan "Bolehkah kamu memegang angin?" Aturkan beberapa mainan di dalam air dan gunakan straw untuk meniup mainan tersebut. BACA BUKU "I Wonder Why the Wind Blows" oleh Anita Ganeri

AKTIVITI PEMBANGUNAN

4 - 4½ TAHUN	4½ - 5 TAHUN
Merentas Lautan • Anak anda dikehendaki berdiri dan mengimbangi diri di palang imbangan, papan atau garisan di lantai. • Bayangkan dia berada di tengah lautan dan harus berjalan di atas alang imbangan tersebut.	**Membentuk Badan** • Anak anda baring di tempat yang lapang. • Letakkan kakinya di hadapan dengan bentuk "L" (kemudian, cuba membuat huruf-huruf yang lain dengan tubuhnya.)
Berlawanan • Lukiskan gambar atau gunting gambar daripada majalah. • Bincangkan kata berlawan: Hitam-Putih, Berlari-berjalan, Tinggi-rendah, Berdiri-duduk, Ketawa-menangis. **Objek Misteri** • Letakkan beberapa objek di dalam sebuah beg. • Anak anda dikehendaki memegang objek tersebut tanpa melihatnya dan meneka apakah objek itu. • Gunakan objek yang hampir sama tetapi baharu.	**Mari Bercerita** • Tulis sebuah perkataan di sekeping kertas dan berikannya kepada anak anda untuk membuat sebuah cerita. Perkataan ini harus digunakan di dalam ceritanya. • Berikan anak anda perkataan-perkataan baharu untuk menyambung cerita tersebut. **Merasa dengan Hidung** • Anak anda dikehendaki memegang sebiji oren. Tangannya yang satu akan menutup hidungnya sambil mengunyah oren yang dipotong itu. Tanya kepada anak anda soalan mengenai oren itu. "Bolehkah kamu rasa apa-apa? • Bernafas buat seketika dan tutup hidung kamu semula. Bolehkah kamu merasa oren itu sekarang?
Bantu Tugasan Rumah • Didik anak anda untuk bertanggungjawab dengan meminta bantuan mereka untuk membuat kerja-kerja rumah yang mudah.	**Berjenis Ikatan** • Didik anak anda untuk mengikat berbagai jenis ikatan. Seperti contoh, mengikat tali kasut, beg plastik dan rambut.
Topi Berfikir • Baca buku dengan kuat. • Berbual dengan anak anda mengenai cerita tersebut: Apa yang ingin dilakukan oleh watak? Kenapa ianya sukar untuk watak itu? • Hasilkan "topi berfikir" untuk mengingatkan anak anda supaya "berfikir, berfikir, berfikir." **Rancangan Bercuti** • Rancang sebuah percutian imaginasi dengan anak anda. • Tanya kepadanya cara untuk pergi ke tempat tersebut, apa yang akan dibawanya dan apa yang akan dilakukannya sebaik sahaja dia tiba di tempat itu.	**Bicara Tentang Angin** • Bincangkan dengan anak anda mengenai jenis-jenis tiupan angin; hembusan angin yang lembut atau ribut yang berlaku sewaktu sebuah taufan. • Pastikan anda gunakan perkataan "lembut" dan "kencang".
Habitat Haiwan • Galakkan anak anda untuk menyusun kad-kad haiwan mengikut habitat haiwan. • Misalnya, ladang, hutan rimba ataupun di dasar lautan. **Pusing & Teriak** • Bandingkan bunyi yang kuat dan perlahan. Bagi aktiviti ini, anak anda dikehendaki berdiri dan menyanyi sebuah lagu dengan nada suara yang biasa. • Kemudian, anak anda harus memusingkan serta merendahkan badan dan nyanyikan lagu tersebut dengan nada suara yang perlahan iaitu berbisik sahaja. Apabila anak anda memusingkan tubuh untuk berdiri semula, dia dikehendaki meninggikan nada suaranya.	**Mengukur Benda** • Berikan anak anda seutas tali. • Terangkan kepadanya bahawa dia akan bermain permainan "Memburu" untuk mencari objek yang mempunyai ukuran hampir sama dengan talinya. • Tunjukkan anak anda cara mengukur dengan meletakkan hujung tali tersebut bersebelahan dengan hujung objek yang dijumpainya. PANDUAN MEMILIH BUKU **KANAK-KANAK TADIKA (36 HINGGA 60 BULAN)** Buku yang mempunyai teks yang mudah dibaca atau dihafal, mengenai saiz, masa atau "sains" mudah.
Jurutera Cilik • Gunakan beberapa set mainan. • Seperti blok mainan, permainan lego atau permainan batu-bata dan tin. • Cabar anak anda; "Berapa tinggi bangunan yang boleh kamu bina?" BACA BUKU "Changes, Changes" oleh Pat Hutchins	**Berapa Banyak Adam [Nama anak anda]?** • Ukuran badan. Kanak-kanak menggunakan badan mereka untuk mengukur. • Misalnya, berapa banyak Adam yang diperlukan untuk memenuhi atau merentas bilik ini? BACA BUKU Count on Math: Activities for Small Hands and Lively Minds oleh Pam Schiller and Lynne Peterson

MEMBACA

Mari Kita Mulakan Budaya Membaca Di Rumah!

Jenis buku yang anda bacakan kepada anak anda menyumbang kepada tahap pelajaran mereka!

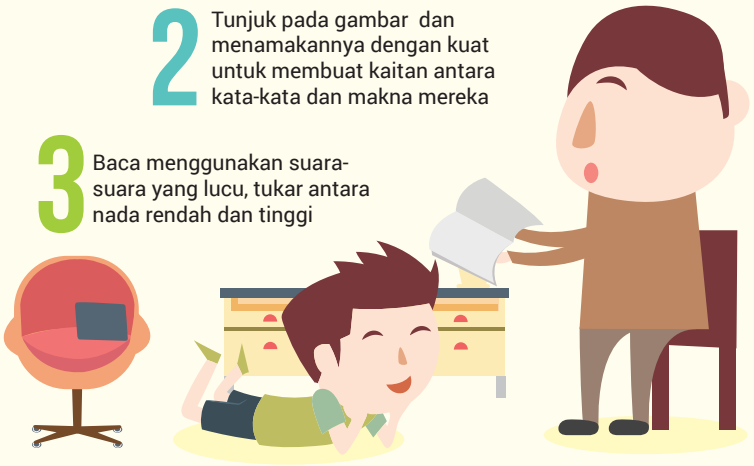
(Rujuk kepada "Panduan Memilih Buku" di mukasurat Aktiviti Pembangunan)

Apa yang boleh anda lakukan?

1. Main dengan buku-buku secara fizikal. Biarkan anak anda mengambil buku tersebut, membelek dari depan ke belakang, dan menyelak halaman-halaman yang ada

2. Tunjuk pada gambar dan menamakannya dengan kuat untuk membuat kaitan antara kata-kata dan makna mereka

3. Baca menggunakan suara-suara yang lucu, tukar antara nada rendah dan tinggi



4. Ikut perkataan menggunakan jari ketika membaca. Bincangkan tentang huruf-huruf. Bincangkannya menerusi buku yang dibaca; "perkataan bola bermula dengan huruf 'b'."

5. Baca buku yang sama sekali lagi tetapi pastikan topik yang pelbagai

6. Daftarkan anak anda sebagai ahli perpustakaan berdekatan dengan rumah anda

Berlatih Membaca Secara Berdialog

Galakkan anak anda untuk melibatkan diri secara aktif dalam dalam sebuah sesi pembacaan dengan memberikannya soalan-soalan dan berbincang. Berikan anak anda peluang untuk menjadi pencerita!

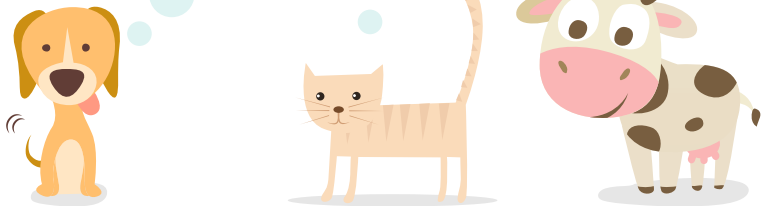
Setelah membaca buku itu beberapa kali, gunakan turutan PEER sebagai panduan:

P – Cungkil respon *(Prompt)* anak tentang buku tersebut "Apakah yang dikatakan oleh seekor anjing?"

E – Berikan penilaian *(Evaluate)* terhadap respon anak "Betul, anjing berkata woof woof!"

E – Kembangkan *(Expand)* respon anak "Dan seekor kucing akan berkata meow!"

R – Ulangi soalan cungkilan *(Repeat)* "Apakah yang dikatakan oleh seekor lembu?"



Sumber Bacaan dan Bahasa Tempatan

1. **Perpustakaan Negara (NLB)**

Imbas Kod ini

2. **Lelaman Anugerah Persuratan The Book Council**

Imbas Kod ini

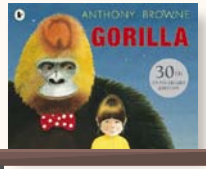
3. **Aplikasi Pintar Kata**

Aplikasi Pintar Kata ialah permainan yang menggalakkan pembelajaran perbendaharaan kata, dan boleh dimuat turun di kedua-dua IOS dan Android dari Apple App Store dan Google Play Store.

Buku-buku yang disarankan oleh Lembaga Perpustakaan Nasional (NLB) untuk kanak-kanak berumur 0-6 tahun

Buku-buku pilihan kanak-kanak

Gorilla
oleh Anthony Browne



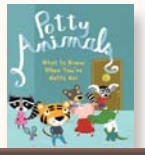
Clarice Bean, That's Me
oleh Lauren Child

Don't Let the Pigeon Drive the Bus
oleh Mo Willems

Pencapaian Jangka Masa Panjang

I Don't Want to Go to School!
oleh Stephanie Blake

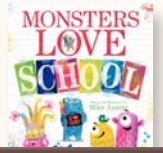
Potty Animals: What to Know When You've Gotta Go!
oleh Hope Vestergaard



Permulaan Alam Persekolahan

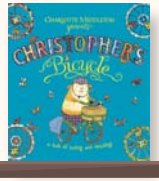
Splat the Cat
oleh Rob Scotton

Monsters Love School
oleh Mike Austin



Dunia Di Sekeliling Kita

Christopher's Bicycle: A Tale of Cycling and Recycling
oleh Charlotte Middleton

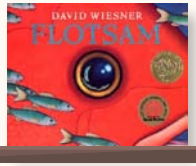


Recycling Is Fun
oleh Charles Ghigna

The Bear with the Sword
oleh Davide Cali & Gianluca Foli

Buku Pingat Penghormatan Caldecott (3-6 tahun)

Flotsam
oleh David Wiesner

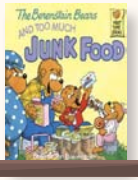


The Hello, Goodbye Window
oleh Norton Juster

Zen Shorts
oleh Jon Muth

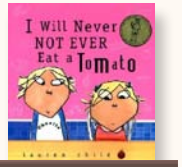
Khas Untuk Pemakan Cerewet (3-6 tahun)

The Berenstain Bears and Too Much Junk Food
oleh Stan Berenstain



D.W., the Picky Eater
oleh Tolon Brown

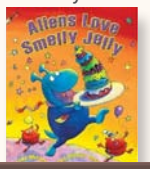
I Will Not Ever Never Eat a Tomato
oleh Lauren Child



Sains & Penerokaan (Makhluk Asing dan Robot)

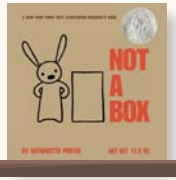
When Angus Met Alvin
oleh Sue Pickford

Aliens Love Smelly Jelly
oleh Tony Mitton



Buku untuk BERMAIN bersama anak anda!

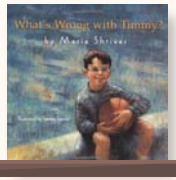
Not a Box
oleh Antoinette Portis



Press Here
oleh Hervé Tullet

Hubungan Antara Adik Beradik (3-6 tahun)

What's Wrong with Timmy?
oleh Maria Shriver



Waiting for May
oleh Janet Morgan Stoeke

Buku-buku Melayu

Mengapakah Awak Tersenyum
oleh Ummu Shahzeb

Melawat Zoo

Si Kucing Kecil

KANAK-KANAK ISTIMEWA

Waktu Untuk Mendapatkan Nasihat Perubatan

Ibu bapa perlu mengenal pasti sebarang jenis perkembangan yang lewat ataupun sebarang kurang keupayaan seawal mungkin supaya anak anda boleh menerima bantuan secepat mungkin. Ini mampu menyumbang kepada potensi anak anda dalam jangka masa yang panjang.

1. Terlalu malu, takut dan agresif.
2. Terlalu resah apabila berjauhan dengan ibu bapa atau penjaganya.
3. Tidak boleh memberi fokus kepada sesuatu perkara selama 5 minit atau lebih dan tidak mempunyai minat yang kekal dalam sebarang perkara hampir setiap waktu.
4. Tidak mahu bermain dengan kanak-kanak lain dan tidak mahu bertentang mata.
5. Tidak boleh menyebut nama penuhnya.
6. Tidak berimaginisasi ataupun tidak mampu membezakan antara alam fantasi dan realiti.
7. Sentiasa berasa sedih dan resah dan tidak mampu mengekspresikan pelbagai emosi.
8. Tidak mampu mengatur atau membina sebuah konstruksi menggunakan lebih daripada 8 blok permainan.
9. Mempunyai masalah memegang pensel atau krayon.
10. Mempunyai masalah makan, tidur, ke tandas, memberus gigi, membasuh atau mengeringkan tangan tanpa bantuan.

Jika anak anda mampu membuat perkara-perkara yang disebut di atas dan secara mendadak hilang keupayaan untuk melakukannya lagi, sila rujuk kepada seorang pakar/doktor dengan segera.

Beberapa Tanda Kecemasan Yang Harus Diambil Kira

- Tidak mencapai tahap pencapaian perkembangan yang dijangkakan di dalam buku kesihatan
- Tidak memberi senyuman atau sebarang bentuk respon pada usia 3 bulan
- Kawalan urat kepala dan tengkuk yang tidak kuat pada usia 4-5 bulan
- Kelihatan kaku
- Tidak mampu duduk tanpa bantuan pada usia 10 bulan
- Mencapai objek-objek menggunakan satu tangan sebelum usia setahun
- Tidak boleh berjalan secara berdikari pada usia 18 bulan
- Tidak mampu menggunakan sepatah perkataan, terutama sekali jika anak anda tidak mempunyai sebarang hasrat untuk berkomunikasi
- Tidak meniru perbuatan atau perkataan pada usia 2 tahun
- Tidak menggunakan sekurang-kurangnya 2 perkataan secara spontan apabila berusia 2 tahun.
- Telah kehilangan keupayaan berbahasa atau bersosial
- Tidak menggunakan isyarat sosial yang biasanya mampu ditunjukkan oleh seorang kanak-kanak kecil dalam lingkungan usia yang sama
- Tidak memberi respon kepada belaian
- Bermain sendirian walaupun telah melepasi usia 2 tahun
- Tiada huruf atau nombor yang dikenalinya ketika usianya mencapai 5 tahun.

AKTIVITI UNTUK KANAK-KANAK BERISIKO MENGALAMI KELEWATAN PERKEMBANGAN

Nota

Aktiviti ini tidak melebihi 36 bulan kerana jangka waktu yang penting untuk mengenal pasti sebarang risiko lewat perkembangan ialah sebelum 3 tahun. Kanak-kanak berusia 3 tahun ke atas biasanya akan mula menerima bantuan kerana perkembangan mereka yang lewat ini boleh dikenal pasti.

Perkembangan semasa usia 0-3 tahun adalah yang paling penting. Namun kelewatan dari segi akademik, seperti disleksia, dikenal pasti hanya selepas 4-5 tahun atau lebih. Kanak-kanak berusia 3 tahun ke atas disyorkan diberi aktiviti-aktiviti rangsangan.

Ikon Aspek Perkembangan (untuk Kanak-Kanak Istimewa)

- Motor Kasar
- Motor Halus
- Oral Motor
- Menvisualisasi ruang

0 - 6 BULAN

"Waktu Perut"

- Harus dilakukan setiap hari dari lahir hingga sekurang-kurangnya 10 bulan. Ibu bapa harus memantau dengan teliti bagi bayi di bawah umur 4 bulan.
- Posisikan bayi supaya meniarap dengan kepala ke satu arah, lengan dibengkokkan dan diletakkan betul-betul di bawah bahu berdekatan dengan badan, kaki dibengkokkan di lutut dan pinggang.
- Apabila bayi berusia kira-kira 3 bulan, bayi tersebut mampu mengangkat kepalanya dari lantai.
- Lakukan aktiviti ini setiap hari selama sekurang-kurangnya 10 minit dalam sehari semasa bayi terjaga. Bayi boleh berbaring atas tilam atau dada ibu bapa.

Terbang

- Tiarapkan bayi anda di atas riba anda dan letakkan tangan anda di bahagian perut bayi.
- Kemudian perlahan-lahan angkat bayi anda dan gerakkannya ke atas, ke bawah, ke belakang, dan sebagainya, seperti roket yang berlepas ke angkasa.

Bergolek

- Pada 4/5 bulan, galakkan bayi untuk bergolek ke kiri atau kanan, dengan meletakkan objek yang menarik bersebelahan bayi.
- Bayi harus bergolek dengan dagunya terletak dekat dengan dada dan kakinya dibengkokkan dekat dengan dada.
- Kepala dan badan TIDAK sepatutnya melengkung ke belakang - ini boleh menunjukkan kelemahan.
- Pada kira-kira usia 6 bulan, galakkan bayi anda meniarap dari posisi berbaring.

Mencapai

- Gantung permainan bergerak buatan sendiri (terdiri daripada tekstur yang berbeza, berat, warna dan keupayaan bayi tersebut) di atas bayi, untuk membantu membina sistem sentuhan.
- Selepas 4 bulan, bayi boleh melihat, mencapai dan memahami objek.

Menjejak visual (mata)

- 3 bulan ke atas - Letakkan objek yang menarik di pertengahan paras mata bayi sama ada bayi berbaring terlentang atau meniarap, kemudian gerakkan objek dari tengah ke tepi dan kembali ke tengah-tengah.
- Ulangi gerakan ini ke arah yang lain serta secara melintang, supaya mencapai kawalan pergerakan kepala bayi.

Menyalin Lampin

- Angkat kedua-dua kaki bayi ke udara, palingkan bayi ke arah kiri untuk masukkan lampin ke bawah kemudian palingkan ke kanan untuk menarik lampin supaya lampin boleh dipakaikan dengan sempurna.

Menyusu

- Ketika bayi sedang menyusu badan atau botol, bawa kedua-dua tangan ke bahagian tengah dada ibu / botol dan mulut bayi.
- Apabila bayi anda semakin besar, dia boleh memegang botol dengan sendiri.
- Meletakkan Objek Dalam Mulut – Jangan larang bayi daripada meletakkan tangan atau objek dalam mulut.
- Ini merupakan satu pencapaian penting bagi perkembangan motor halus dan oral.

Membedung

- Membedung digalakkan untuk semua bayi, terutama bagi bayi pramatang, untuk memberi kesan sentuhan tekanan untuk menguruskan dan mempertingkatkan sistem proses sentuhan bayi.
- Bedung bayi beberapa kali sehari, seperti "Waktu Perut". Bedung bayi dengan membengkokkan tangannya dan meletakkannya di bahagian tengah, berhampiran dengan dada dan dagu serta kakinya dibengkokkan pada bahagian pinggang dan lutut. Jangan luruskan anggota badan bayi ketika membedung.

Ekspresi Wajah

- Gunakan banyak ekspresi muka dan nada suara semasa memegang bayi dekat dengan muka anda untuk mendapatkan perhatian bayi tersebut serta menjalin hubungan yang baik.
- Ekspresi muka dan nada suara anda lebih menarik berbanding dengan alunan muzik kerana anda boleh memberi tindak balas bergantung kepada tindak balas bayi anda.

Pendedahan Kepada Skrin

- Kanak-kanak di bawah umur 2 tahun sangat TIDAK digalakkan didedahkan kepada skrin seperti TV, iPad dan telefon bimbit.
- Gantikan dunia 2D dengan objek 3D seperti ekspresi muka anda atau barang yang menarik.

6 - 12 BULAN

Galakkan bayi untuk bermain ketika berbaring atas perutnya pada usia ini.

Mencapai dan Menggenggam

- Sewaktu meniarap, letakkan objek menarik (tekstur yang berbeza) dalam jangkauan bayi untuk menggalakkan bayi mencapai objek tersebut dengan 1 tangan dan mengangkat badannya sendiri dengan 1 lagi tangannya.

Manipulasi Objek

- Berikan objek yang berbeza-beza saiz kepada bayi supaya bayi boleh belajar menggenggam menggunakan tapak tangan dan ibu jari, serta menggunakan kedua tangan pada waktu yang sama. (integrasi tangan dua hala).

Posisi Melutut

- Letak objek-objek menarik di tempat yang lebih tinggi daripada paras mata bayi, supaya dia boleh cuba melutut untuk melihat atau mencapai objek itu.

Merangkak

- Pada sekitar umur 8 bulan, letakkan objek yang penting kepada bayi lebih jauh supaya bayi merangkak ke arah objek itu.

Nota

Jangan letakkan bayi ke dalam alat-alat seperti alat bantu jalan bayi (*walker*), exersaucers, alat enjutan bayi (*jumpers*) dan kerusi Bumbo kerana ini boleh menghalang perkembangan motor kasar.

Cubaan Untuk Berdiri

- Letak objek menarik di atas perabot yang kukuh (sofa / meja) dan galakkan bayi untuk mendapatkan objek tersebut sehingga mencapai posisi separuh melutut.

Meneroka

- Galakkan bayi untuk meneroka di sekeliling perabot untuk bergerak dari satu tempat ke satu lagi tempat dengan meletakkan objek menarik pada sudut-sudut perabot tersebut.

Nota

Bayi harus mula bertatih seawal usia 11 bulan.

Walaupun bermain muzik klasik tidak banyak membantu perkembangan otak, kanak-kanak yang bermain alat muzik atau bernyanyi membantu meningkatkan kemahiran visual, motor, perhatian, dan matematik.

Pengenalan Kepada Makanan Pepejal

- Pada kira-kira 6 bulan ke atas, bayi yang mempunyai badan yang lebih kuat serta boleh mengawal kepala dan badan ketika sedang duduk, dengan sokongan yang minima, boleh diperkenalkan kepada puri dan makanan ringan untuk pembangunan motor lisan.
  Contoh: lobak/brokoli mentah atau dikukus, biskut bayi, puri avokado dan lain-lain lagi.
- Perkenalkan rasa, tekstur dan suhu yang berbeza ketika bayi membesar dari 6 hingga 12 bulan/setahun.

Bermain Dengan Makanan

- Galakkan bayi untuk makan dengan sendiri menggunakan jari serta sudu atau garfu. Bayi digalakkan untuk bermain dengan makanan untuk membangunkan toleransi kepada kesan sentuhan.

Nota

- Jika kanak-kanak tidak mahu bermain dengan makanannya, dia boleh mengalami masalah sentuhan.
- Ia tidak semestinya merujuk kepada masalah deria, kerana pendedahan ini juga memberi kesan kepada bagaimana kanak-kanak bertindak balas.
- Dapatkan bantuan profesional untuk mengenal pasti, jika ia berterusan.

- Posisikan bayi dalam keadaan duduk di atas permukaan yang teguh serta bercakap dengan bayi pada paras matanya.

Ekspresi muka orang dewasa membantu bayi untuk menentukan perasaan mereka.

1 - 1½ TAHUN

Mengemas

- Nyanyi lagu Barney “Clean Up” dan galakkan anak anda untuk mengambil mainan dan masukkannya ke dalam kotak, selepas bermain.
- Lakukannya sebagai rutin menandakan tamatnya waktu bermain.
- Ini merupakan pengenalan kerja rumah kepada bayi
- Lagu:
  Clean up, clean up
  Everybody, Every where
  Clean up, clean up
  Everybody do your share

Menyuap Makanan

- Walaupun kanak-kanak masih bergantung kepada anda untuk menyuapkannya makan, berikannya satu set mangkuk kosong dan garpu untuk berlatih makan dengan sendiri menggunakan peralatan.
- Anda boleh meletakkan sudu tersebut dalam sos/ kuah tetapi dia hendaklah menggunakan sudu itu ke dalam mulutnya sendiri.
- Namun, teruskan menyuapkan buah-buahan kepada bayi anda.

Jack dan Jill Mendaki Bukit

- Cari sebarang cerun untuk anda dan anak anda daki atau merangkak naik, kemudian turun kembali.
- Jika menggunakan papan gelongsor, galakkan anak anda untuk menggelongsor ke bawah dalam keadaan duduk, berbaring terlentang dan juga meniarap.
- Disyorkan untuk melakukan aktiviti ini dengan berkaki ayam untuk kesan deria dan tindakan otot yang maksima.

Waktu Main Buih

- Tiup buih ke udara dan galakkan kanak-kanak untuk berlari dan meletupkan buih tersebut! Kanak-kanak boleh menggunakan tangan dahulu, diikuti dengan kayu pemukul atau jaring.

Susun dan Tumbang

- Berikan anak anda objek biasa yang besar (blok, kotak, kantung kacang, dan lain-lain) yang boleh disusun menjadi menara lalu ditumbangkannya.
- Anda boleh bergilir-gilir membina menara tersebut.

Kepingan Ajaib

- Galakkan anak anda untuk mengambil dari anda syiling atau butang yang berbeza-beza saiz, dengan menggunakan ibu jari dan jari telunjuknya, kemudian masukkan ke dalam kotak yang berlubang. (contoh: Tabung)

Tarian Selendang

- Mainkan muzik dan galakkan anak anda untuk menggunakan selendang yang berlainan warna dan tekstur untuk dilambai-lambai dengan kesan bunyi yang berbeza.
- Anda boleh menggunakan perkataan yang mudah seperti “atas”, “bawah” , “dalam” , “luar”, “cepat”, “lambat”, ketika melambai-lambai selendang tersebut.

Mesin Rima

- Buat rima/lagu sendiri berdasarkan lagu-lagu lain ketika cuba untuk mendapatkan perhatian anak anda semasa mengambil bahagian dalam aktiviti-aktiviti harian seperti membuka stokin dan kasut.

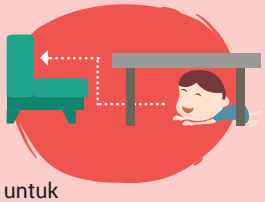
- *Lagu (“My Darling, Clementine”):*
  Take off your shoes
  Take off your shoes
  Take off your shoes, my dear child
  Pull the strap here
  Pull the strap here
  Pull the strap here
  My dear child

Menonton rancangan TV dikaitkan dengan perkembangan bahasa yang lemah - dua jam atau lebih sehari masa skrin sebelum usia satu tahun dikaitkan dengan peningkatan enam kali ganda dalam kelewatan menguasai bahasa.

1½ - 2 TAHUN

Cabaran Mini

- Dalam persekitaran rumah, siapkan 2-3 cabaran kecil menggunakan perabot untuk dilalui oleh anak-anak.
- Contoh: Merangkak di bawah meja, kemudian panjat sofa, berjalan ke hujung sofa dan akhir sekali turun dari sofa untuk mendapatkan mainan atau objek.



- Biarlah dia mengenal pasti cara untuk menggunakan badannya ketika menyelesaikan cabaran-cabaran tersebut tanpa banyak bantuan daripada anda.

Naik Turun Tangga

- Galakkan anak anda untuk naik dan turun tangga menggunakan selusur (railings) sebagai sokongan.
- Ini membantu anak anda untuk membina kekuatan dan persepsi ketinggian yang berbeza.

Seronok Mengecap

- Potong span basuh pinggan menjadi bentuk-bentuk yang pelbagai.
- Tampal beberapa keping surat khabar lama atau kertas mahjong secara menegak di dinding.
- Dengan menggunakan span tadi, celupkannya ke dalam cat dan galakkan anak anda untuk mengecap kertas di dinding untuk mencipta karya sendiri.

Nota

Lakukannya secara menegak untuk membantu membina kestabilan bahu dan kekuatan tangan.

Seronok Melukis

- Anda boleh memberi anak anda krayon untuk melukis di atas kertas.
- Lukis pelbagai saiz barisan mendatar dan menegak kemudian tunggu anak anda untuk meniru baris-baris tersebut.
- Benarkan anak anda untuk menggunakan kedua tangannya ketika melukis.

Menguntai (Stringing)

- Baik untuk integrasi tangan dua hala.
- Penggunaan tali yang tebal dan berhujung keras atau batang kayu, menggalakkan kanak-kanak untuk memasukkan objek tersebut menerusi manik atau butang menggunakan 1 tangan manakala tangan lagi 1 digunakan untuk memegang manik atau butang tersebut.

Meniup Buih

- Benarkan anak anda untuk meniup buih dengan meletakkan lidi buih berhampiran dengan mulutnya.
- Jika ini terlalu mencabar, tangkap 1 buih pada lidi dan letakkannya berhampiran dengan bibir anak anda untuk ditiup.
- Anda boleh juga menggunakan penyedut pendek untuk membantu anak anda meniup buih.

Buka dan Tutup

- Gunakan pelbagai peralatan yang menggunakan kaedah mengunci, galakkan kanak-kanak untuk menggunakan dua tangan untuk membuka dan mengunci peralatan tersebut.
- Contoh: zip / membuka zip dan beg ziplock, buka pelekat Velcro, membuka penutup bekas makanan, membuka penutup balang.

Mengelap Meja

- Selepas makan, galakkan anak anda untuk mengelap sisa makanan di atas meja dan masukkannya ke dalam mangkuk.
- Berikan dia tuala basah atau tisu untuk mengelap meja dengan bersih.
- Aktiviti ini boleh menandakan akhir sesi waktu makan.

Berus Gigi

- Benarkan anak anda untuk meletakkan berus gigi di dalam mulut dan cuba sedaya upayanya untuk memberus gigi. Anda boleh menyanyikan lagu semasa melakukan aktiviti tersebut:

Inilah cara memberus gigi,
berus gigi , berus gigi.
Inilah cara memberus gigi,
berus, berus, berus.

- Setelah selesai, anda boleh memberus gigi anak anda.

Nota

- Jika kanak-kanak tidak mahu memberus gigi, dia boleh mengalami masalah sentuhan.
- Ia tidak semestinya masalah pemprosesan deria; kerana pendedahan ini juga memberi kesan kepada bagaimana kanak-kanak bertindak balas.
- Dapatkan bantuan profesional untuk mengenal pasti, jika ia berterusan.

2 - 2½ TAHUN

Permainan Simbolik

- Galakkan anak anda untuk membayangkan sebuah objek menjadi sesuatu yang lain contoh: kotak kadbod kosong sebagai sebuah kereta, tiub tisu sebagai cawan, pisang sebagai telefon, dan lain-lain.
- Dia boleh memadankan objek tersebut dengan aksi yang mudah serta membuat 1-2 urutan aksi Contoh: Gunakan ranting kayu sebagai sudu, kacau 'air' dalam 'cawan ' (tiub tisu), kemudian berpura-pura untuk meminumnya terlebih dahulu, lalu berkongsi dengan anak patung. Anda boleh menunjukkan contoh kepadanya dan biarkan dia membuatnya dengan sendiri seterusnya.

Lompat keluar dan masuk

- Lekatkan pelekat-pelekat yang berbentuk bulatan di atas lantai dalam barisan yang lurus, menggalakkan kanak-kanak untuk melompat masuk dan keluar dari bulatan tersebut menggunakan kedua-dua kaki.

Menendang Bola

- Menendang bola memang menyeronokkan pada usia begini. Bola boleh ditendang secara rambang ataupun untuk mengena pada sasaran.
- Ini boleh dilakukan di padang berdekatan dengan rumah anda. Tekstur yang pelbagai meningkatkan toleransi kepada input sentuhan.

Memberi 'Ikan' Makan

- Anak anda membayangkan beg kacang sebagai makanan ikan lalu membuang beg kacang tersebut ke dalam sebuah kolam ikan yang boleh diperbuat daripada gelung hula atau kotak kadbod.
- Tingkatkan jarak sasaran selepas setiap lontaran yang masuk. Anak anda boleh bertukar-tukar cara melempar makanan ikan tersebut.

Menimbang Belon

- Baling belon di udara dan galakkan anak anda untuk menimbang belon tersebut sebanyak mana yang anak anda boleh.

PANDUAN KEPADA IBU BAPA

- Ini merupakan peringkat umur yang terpenting untuk membina kemahiran komunikasi dengan menggunakan kata-kata dan isyarat tangan.
- Kemahiran berkomunikasi antara dewasa dan kanak-kanak serta tanggungjawab sebagai ibu bapa yang konsisten memainkan peranan yang penting dalam menguruskan emosi kanak-kanak.

Memakai Kasut dan Stokin

- Galakkan anak anda untuk memakai kasut yang mempunyai pelekat Velcro dengan bantuan minimum daripada anda. Jika dia sudah bersedia, dia boleh cuba menyarung stokin juga.

Makan

- Anak anda akan toleran kepada makanan pepejal pelbagai tekstur.
- Jika dia ingin memuntahkan makanan itu semula, mengunyah sedikit sahaja sebelum menelan, dapatkan bantuan profesional untuk mengenal pasti sebarang isu deria asas yang boleh menjejas toleransi untuk makanan pepejal, jika ini berterusan.

Mengemas!

- Selepas makan, anak anda boleh membawa pinggannya ke sinki dapur, berdiri di atas bangku, mencapai paip lalu membasuh tangannya. Ini amalan baik yang boleh dijadikan rutin.

Lagu Aksi

- Nyanyi dan lakukan aksi yang mudah diikuti oleh anak anda, serta tekankan pada aksi dan perkataan yang digunakan contoh:

Put your hand in
Put your hand out
Put your hand in
And you shake it all about
And you do the hockey pockey and turn around
That's what it's all about

Rancangan pendidikan televisyen untuk bayi tidak menggalakkan perkembangan intelektual, kerana bayi bertindak balas kepada perkara-perkara yang bertindak balas kepada mereka.

2½ - 3 TAHUN

Permainan Simbolik

- Atur sebuah sesi bermain dengan kanak-kanak lain.
- Anak anda akan dapat bermain bersama kanak-kanak yang lain dan meniru aksi kanak-kanak lain.
- Kadang-kala, anak anda boleh meniru aksi yang pernah dia lihat, contoh: doktor menggunakan stetoskop untuk memeriksa seorang 'pesakit' (anak patung / orang dewasa).

Nota

Jika anak anda tidak memberi sebarang tindak balas ketika bermain, dapatkan bantuan profesional untuk mengenal pasti sebarang isu asas yang memberi kesan kepada perkembangan proses bermain.

Lompatlah lompat

- Galakkan anak anda untuk melompat dengan satu kaki seberapa banyak kali yang dia mampu ataupun seberapa lama yang dia boleh mengimbangi dirinya.

Tebuk & Sulam

- Gunakan penebuk lubang untuk kertas, galakkan anak anda untuk menebuk beberapa lubang di kertas. Kemudian, sulami lubang-lubang tadi dengan seutas tali.

Corat-Coret

- Letakkan kertas yang besar di dinding dan dapatkan anak anda untuk meniru bentuk barisan lurus dengan menggunakan krayon dan pensel warna. Proses ini boleh diulangi dengan meletakkan kertas di lantai ataupun di meja.

Play Doh

- Dapatkan anak anda untuk membentuk doh mengikut bentuk bola, lempeng dan sosej.
- Dengan menggunakan acuan biskut, anak anda kemudiannya menerap doh tersebut.
- Cuba buat aktiviti ini menarik dengan mempelbagaikannya. Aktiviti ini sesuai dan baik untuk membina otot dalaman tangan anak anda.

Memakai Pakaian

- Galakkan anak anda untuk menyalin dan memakai pakaian sedaya upaya dahulu, sebelum membantu beliau menyelesaikan tugas tersebut.

Menggunting

- Anda boleh memperkenalkan anak anda kepada kemahiran menggunting, dengan pengawasan ibu bapa.
- Ajar anak anda bagaimana untuk menggunakan gunting dengan membuka serta menutupnya.
- Sediakan kertas tebal untuk anak anda dan benarkan beliau untuk menggunting hujung kertas tersebut sebanyak mana yang dia mampu.
- Anda disyorkan untuk menggunakan gunting tumpul, gunting logam dan bukannya plastik kerana ia memberi maklum balas yang lebih baik apabila digunakan untuk memotong.

Rujukan

Alaska Best Beginnings, http://www.bestbeginningsalaska.org/

Berdasarkan saranan Tampines Regional Library, Lembaga Perpustakaan Negara (NLB) (siri saranan, tepat pada Julai 2016)

KidsHealth, Nutrition Guide for Toddlers, "Nutrition Through Variety", dipetik daripada: http://kidshealth.org/parent/nutrition_center/healthy_eating/toddler_food.html#

Hospital Wanita dan Kanak-Kanak KK (KKH), The Health Booklet

Kementerian Kesihatan (MOH), Health Hub, "Reducing Your Child's Risk of Myopia", dipetik daripada: http://www.healthhub.sg/live-healthy/696/Reducingrisk%20of%20childhood%20myopia

Diterbitkan semula dengan kebenaran daripada Boston Children's Museum.

Stoppard, Miriam (1991), Test Your Child or How to discover and enhance your child's true potential.

"WWC Intervention Report: Dialogic Reading" by U.S. Department of Education Institute for Education Sciences What Works Clearinghouse, 2007, p. 3.

Yayasan MENDAKI, Nota Keibupaan untuk Kanak-Kanak 0-6 Tahun