

Delphos City Preschool Post

DEAR FAMILIES

We are looking forward to seeing everyone who signed up for the holiday evening event on Thursday, December 7th. If you missed turning in your RSVP for the evening event, please email Mrs. Braun at sbraun@delphoscitieschools.org. This newsletter will discuss upcoming information for December including important dates in the Upcoming Dates section. We will be celebrating Christmas in each class on Wednesday, December 20th and Thursday, December 21st. The students are not required to participate; however, we wanted to offer some fun ways to celebrate the upcoming holidays.

Dress Up Days

Mon., December 18th - Holiday shirt/sweater or Red/Green/White clothes

Tues., December 19th - Holiday shirt/sweater or Red/Green/White clothes

Wed., December 20th - Pajama Day

Thurs., December 21st - Pajama Day

With the temperatures getting colder, please make sure your child is wearing a coat so they are warm when we go outside for recess. If you are able to send in an extra hat and gloves for your child, they will be kept in their locker for the days when we go outside for recess.

Morning Doors

Reminder doors open in the morning at 8:30 am. If a preschooler arrives before 8:30 am a latchkey fee of \$3.75 for the morning will be charged.

ACADEMICS

The teachers have been sharing activities in each child's folder weekly. ***These activities are not mandatory***, but are being given so you can see what the students are learning each week in class. If your child would like to complete the worksheets or part of the worksheets, please return them in your child's folder the following week. Again, these activities are not mandatory!

Preschool Pictures

Monday, Dec. 4th and Tuesday, Dec. 5th - please return envelope with your money and items being purchased

December Evening Event

We are looking forward to seeing everyone who has signed up for the Holiday Celebration in the high school cafeteria on Thursday, December 7th from 6:00 pm - 7:00 pm.

Attached Information

Attached to the newsletter are CDC Milestones broken down by your child's age including checklists for social/emotional, language/communication, cognitive, and movement/physical development milestones, information to share with your doctor and ways to help your child learn and grow through simple tips and activities.

Upcoming Dates

Fri., Dec. 1st - Tues/Thurs day

Thurs., Dec. 7th - December Evening Event 6:00-7:00 pm

Fri., Dec. 8th - Mon/Wed day

Fri., Dec. 15th - Tues/Thurs day

Thurs., Dec. 21st - 12:30 dismissal for preschool - 1:30 dismissal for district - latchkey will end at 1:30 - Christmas break

Fri., Dec. 22nd through Tues., Jan. 2nd - No school for Christmas break

Wed., Jan. 3rd - School resumes

Fri., Jan. 5th - Mon/Wed day

Fri., Jan. 12th - No School - Full day teacher In-service

Mon., Jan. 15th - No school - Martin Luther King Jr. Day

Delphos City Schools Preschool Positive Behavior Expectations



The students and staff are continuing to focus on Positive Behavior Expectations. Several students have been receiving Positive Behavior Referrals.

Being a Leader

The preschoolers have been working on Being a Leader by looking at the speaker, listening, and using a quiet voice as seen in the pictures below when Jennifer McConnahea came in and talked to the preschoolers about their health. The preschoolers were able to listen to their heart beat through a stethoscope and tried taking their own blood pressure.



Thanksgiving Activities

The preschoolers enjoyed Thanksgiving activities including games and hand painting.



Flexible Seating

Thanks to an Extended Learning Grant from the Allen County ESC the preschoolers are enjoying some new flexible seating options in both classrooms including scoop rockers, floor rockers, soft scape wave chairs, modular stools, wave seats, floor cushions, go anywhere chairs, and bean bag chairs.



Your child at 3 years

Child's Name _____

Child's Age _____

Today's Date _____

Milestones matter! How your child plays, learns, speaks, acts, and moves offers important clues about his or her development. Check the milestones your child has reached by age 3. Take this with you and talk with your child's doctor at every well-child visit about the milestones your child has reached and what to expect next.



What most children do by this age:

Social/Emotional Milestones

- ☐ Calms down within 10 minutes after you leave her, like at a childcare drop off
- ☐ Notices other children and joins them to play

Language/Communication Milestones

- ☐ Talks with you in conversation using at least two back-and-forth exchanges
- ☐ Asks "who," "what," "where," or "why" questions, like "Where is mommy/daddy?"
- ☐ Says what action is happening in a picture or book when asked, like "running," "eating," or "playing"
- ☐ Says first name, when asked
- ☐ Talks well enough for others to understand, most of the time

Cognitive Milestones (learning, thinking, problem-solving)

- ☐ Draws a circle, when you show him how
- ☐ Avoids touching hot objects, like a stove, when you warn her

Movement/Physical Development Milestones

- ☐ Strings items together, like large beads or macaroni
- ☐ Puts on some clothes by himself, like loose pants or a jacket
- ☐ Uses a fork

Other important things to share with the doctor...

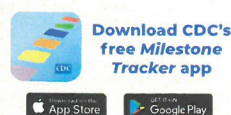
- What are some things you and your child do together?
- What are some things your child likes to do?
- Is there anything your child does or does not do that concerns you?
- Has your child lost any skills he/she once had?
- Does your child have any special healthcare needs or was he/she born prematurely?

You know your child best. Don't wait. If your child is not meeting one or more milestones, has lost skills he or she once had, or you have other concerns, act early. Talk with your child's doctor, share your concerns, and ask about developmental screening. If you or the doctor are still concerned:

1. Ask for a referral to a specialist who can evaluate your child more; and
2. Call any local public elementary school for a free evaluation to find out if your child can get services to help.

For more on how to help your child, visit [cdc.gov/Concerned](https://www.cdc.gov/Concerned).

**Don't wait.
Acting early can make
a real difference!**



American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

Help your child learn and grow

As your child's first teacher, you can help his or her learning and brain development. Try these simple tips and activities in a safe way. Talk with your child's doctor and teachers if you have questions or for more ideas on how to help your child's development.



- Encourage your child to solve her own problems with your support. Ask questions to help her understand the problem. Help her think of solutions, try one out, and try more if needed.
- Talk about your child's emotions and give him words to help him explain how he's feeling. Help your child manage stressful feelings by teaching him to take deep breaths, hug a favorite toy, or go to a quiet, safe place when he is upset.
- Set a few simple and clear rules that your child can follow, such as use gentle hands when playing. If he breaks a rule, show him what to do instead. Later, if your child follows the rule, recognize and congratulate him.
- Read with your child. Ask questions, such as "What is happening in the picture?" and/or "What do you think will happen next?" When she gives you an answer, ask for more details.
- Play counting games. Count body parts, stairs, and other things you use or see every day. Children this age are starting to learn about numbers and counting.
- Help your child develop his language skills by speaking to him in longer sentences than his, using real words. Repeat what he says, for example, "need nana," and then show how to use more "grown-up" words by saying, "I want a banana."
- Let your child help with making meals. Give him simple tasks, such as washing fruits and vegetables or stirring.
- Give your child instructions with 2 or 3 steps. For example, "Go to your room and get your shoes and coat."
- Limit screen time (TV, tablets, phones, etc.) to no more than 1 hour per day of a children's program with an adult present. Don't put any screens in your child's bedroom. Children learn by talking, playing, and interacting with others.
- Teach your child simple songs and rhymes, such as "Itsy Bitsy Spider" or "Twinkle, Twinkle, Little Star."
- Give your child an "activity box" with paper, crayons, and coloring books. Color and draw lines and shapes with your child.
- Encourage your child to play with other children. This helps him learn the value of friendship and how to get along with others.

To see more tips and activities download CDC's Milestone Tracker app.

This milestone checklist is not a substitute for a standardized, validated developmental screening tool. These developmental milestones show what most children (75% or more) can do by each age. Subject matter experts selected these milestones based on available data and expert consensus.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Download CDC's
**free Milestone
Tracker app**



Learn the Signs. Act Early.

Su hijo a los 3 años

El nombre del niño

La edad del niño

Fecha

¡Los indicadores son clave! La manera en que su hijo juega, aprende, habla, actúa y se mueve, ofrece información importante sobre su desarrollo. Marque los indicadores que su hijo ha alcanzado a los 3 años. Lleve esta información y en cada visita médica de rutina del niño hable con el médico sobre los indicadores que su bebé ha alcanzado y qué esperar a continuación.



Lo que la mayoría de los niños hacen a esta edad:

En las áreas social y emocional

- ☐ Se tranquiliza dentro de 10 minutos después de que lo deja; por ejemplo, en la guardería
- ☐ Nota a los otros niños y se une a ellos para jugar

En las áreas del habla y la comunicación

- ☐ Conversa con usted usando por lo menos dos frases de intercambio
- ☐ Hace preguntas con “quién”, “qué”, “dónde” o “por qué”; por ejemplo, “¿dónde está mami o papi?”
- ☐ Dice la acción que está ocurriendo en una imagen o en un libro cuando se lo preguntan; por ejemplo, “corriendo”, “comiendo” o “jugando”
- ☐ Dice su nombre cuando se lo preguntan
- ☐ Habla lo suficientemente bien como para que otros lo entiendan, la mayor parte del tiempo

En el área cognitiva (aprendizaje, razonamiento, resolución de problemas)

- ☐ Dibuja un círculo cuando le muestra cómo hacerlo
- ☐ Evita tocar los objetos calientes, como la estufa, cuando usted se lo advierte

En las áreas motora y de desarrollo físico

- ☐ Inserta objetos en un hilo, como cuentas grandes, cereal o macarrones
- ☐ Se pone alguna ropa solito, como pantalones flojos o una chaqueta
- ☐ Usa el tenedor

Otras cosas importantes para compartir con el médico...

- ¿Qué es lo que más disfruta hacer usted con su hijo?
- ¿Cuáles son algunas cosas que su hijo disfruta hacer o que hace bien?
- ¿Hay algo que su hijo hace o que no hace y que le preocupa?
- ¿Ha perdido su hijo alguna habilidad que antes tenía?
- ¿Nació su hijo prematuro o tiene alguna necesidad especial de atención médica?

Usted conoce a su hijo mejor que nadie. Si su hijo no está alcanzando los indicadores del desarrollo, si ha perdido destrezas que antes tenía, o si usted está preocupado por algo más, no espere. Reaccione pronto. Hable con el médico de su hijo, comparta sus preocupaciones y pregunte sobre las pruebas del desarrollo. Si usted o el médico siguen preocupados:

1. pida una remisión a un especialista y,
2. llame a cualquier escuela primaria pública para solicitar pruebas gratuitas a fin de averiguar si su hijo puede obtener servicios para ayudarlo.

Para obtener más información sobre cómo ayudar a su hijo, visite cdc.gov/Preocupado.

No espere. ¡Reaccionar pronto puede marcar una gran diferencia!



American Academy
of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



Ayude a su hijo a aprender y a desarrollarse

Como primer maestro de su hijo, usted puede ayudarlo a aprender y a desarrollar su cerebro. Pruebe estos sencillos consejos y actividades de una manera segura. Hable con el médico y los maestros de su hijo si tiene preguntas o si desea obtener más ideas acerca de cómo ayudarlo en su desarrollo.



- Anime a su hijo a que resuelva sus propios problemas con su apoyo. Hágle preguntas para ayudarlo a comprender el problema. Ayúdelo a pensar en soluciones, probar una y probar otra más si es necesario.
- Hable sobre las emociones de su hijo y dele palabras para ayudarlo a explicar cómo se siente. Ayude a su hijo a manejar los sentimientos estresantes enseñándole a respirar profundamente, abrazar a su juguete favorito o ir a un lugar tranquilo y seguro cuando esté molesto.
- Establezca algunas reglas simples y claras que su hijo pueda seguir, como usar las manos sin brusquedad al jugar. Si no cumple la regla, muéstrole qué hacer en su lugar. Más tarde, si su hijo sigue la regla, reconózcalo y felicítelo.
- Lea con su hijo. Hágle preguntas como “¿qué está pasando en la imagen?” o “¿qué piensas que pasará después?”. Cuando le dé una respuesta, pídale más detalles.
- Juegue a contar. Cuente las partes del cuerpo, los escalones y otras cosas que use o vea todos los días. A esta edad, los niños están comenzando a aprender los números y a contar.
- Ayude a su hijo a desarrollar sus habilidades del lenguaje hablándole en oraciones más largas de las que él diga, usando palabras reales. Repita lo que él diga; por ejemplo, repita “quiero nana”, y luego muéstrole cómo usar palabras más “adultas” diciendo “quiero una banana”.
- Permítale que lo ayude a preparar comidas. Dele tareas sencillas, como lavar las frutas y verduras o revolver.
- Dele a su hijo instrucciones de 2 o 3 pasos. Por ejemplo, “ve a tu cuarto y trae tus zapatos y tu abrigo”.
- Limite el tiempo frente a una pantalla (televisión, tabletas, teléfonos, etc.) a no más de 1 hora al día para ver un programa para niños con un adulto presente. No coloque cosas que tengan pantalla en el cuarto de su hijo. Los niños aprenden hablando, jugando e interactuando con otras personas.
- Enséñele a su hijo canciones y rimas sencillas, como “La araña pequeñita” (“Itsy Bitsy Spider”) o “Arroz con leche”.
- Dele a su hijo una “caja con útiles” con papel, crayones y libros para colorear. Coloree y dibuje líneas y formas con su hijo.
- Anímelo a que juegue con otros niños. Esto lo ayuda a aprender el valor de la amistad y cómo llevarse bien con los demás.

Para ver más consejos y actividades, descargue la aplicación de los CDC *Sigamos el Desarrollo*.

Esta lista de verificación de los indicadores del desarrollo no es un sustituto de las herramientas estandarizadas y validadas para la evaluación del desarrollo. Estos indicadores del desarrollo muestran lo que la mayoría de los niños (75% o más) pueden hacer a cada edad. Los expertos en la materia seleccionaron estos indicadores con base en los datos disponibles y por consenso.

www.cdc.gov/pronto | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Descargue la
aplicación gratuita
de los CDC *Sigamos
el desarrollo*



Aprenda los signos. Reaccione pronto.

Your child at 4 years

Child's Name _____

Child's Age _____

Today's Date _____

Milestones matter! How your child plays, learns, speaks, acts, and moves offers important clues about his or her development. Check the milestones your child has reached by age 4. Take this with you and talk with your child's doctor at every well-child visit about the milestones your child has reached and what to expect next.



What most children do by this age:

Social/Emotional Milestones

- ☐ Pretends to be something else during play (teacher, superhero, dog)
- ☐ Asks to go play with children if none are around, like "Can I play with Alex?"
- ☐ Comforts others who are hurt or sad, like hugging a crying friend
- ☐ Avoids danger, like not jumping from tall heights at the playground
- ☐ Likes to be a "helper"
- ☐ Changes behavior based on where she is (place of worship, library, playground)

Language/Communication Milestones

- ☐ Says sentences with four or more words
- ☐ Says some words from a song, story, or nursery rhyme
- ☐ Talks about at least one thing that happened during his day, like "I played soccer."
- ☐ Answers simple questions like "What is a coat for?" or "What is a crayon for?"

Cognitive Milestones (learning, thinking, problem-solving)

- ☐ Names a few colors of items
- ☐ Tells what comes next in a well-known story
- ☐ Draws a person with three or more body parts

Movement/Physical Development Milestones

- ☐ Catches a large ball most of the time
- ☐ Serves himself food or pours water, with adult supervision
- ☐ Unbuttons some buttons
- ☐ Holds crayon or pencil between fingers and thumb (not a fist)

Other important things to share with the doctor...

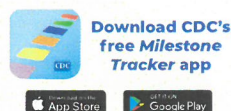
- What are some things you and your child do together?
- What are some things your child likes to do?
- Is there anything your child does or does not do that concerns you?
- Has your child lost any skills he/she once had?
- Does your child have any special healthcare needs or was he/she born prematurely?

You know your child best. Don't wait. If your child is not meeting one or more milestones, has lost skills he or she once had, or you have other concerns, act early. Talk with your child's doctor, share your concerns, and ask about developmental screening. If you or the doctor are still concerned:

1. Ask for a referral to a specialist who can evaluate your child more; and
2. Call any local public elementary school for a free evaluation to find out if your child can get services to help.

For more on how to help your child, visit [cdc.gov/Concerned](https://www.cdc.gov/Concerned).

**Don't wait.
Acting early can make
a real difference!**



American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

Help your child learn and grow

As your child's first teacher, you can help his or her learning and brain development. Try these simple tips and activities in a safe way. Talk with your child's doctor and teachers if you have questions or for more ideas on how to help your child's development.



- Help your child be ready for new places and meeting new people. For example, you can read stories or role play (pretend play) to help him be comfortable.
- Read with your child. Ask him what's happening in the story and what he thinks might happen next.
- Help your child learn about colors, shapes, and sizes. For example, ask the color, shapes, and size of things she sees during the day.
- Encourage your child to use "his words" to ask for things and solve problems but show him how. He may not know the words he needs. For example, help your child say, "Can I have a turn?" instead of taking something from someone.
- Help your child learn about others' feelings, and about positive ways to react. For example, when he sees a child who is sad, say "He looks sad. Let's bring him a teddy."
- Use positive words and give attention to behaviors you want to see ("wanted behaviors"). For example, say "You're sharing that toy so nicely!" Give less attention to those you don't want to see.
- Tell your child in a simple way why she can't do something you don't want her to do ("unwanted behavior"). Give her a choice of what she can do instead. For example, "You can't jump on the bed. Do you want to go outside and play or put on some music and dance?"
- Let your child play with other children, such as at a park or library. Ask about local play groups and pre-school programs. Playing with others helps you child learn the value of sharing and friendship.
- Eat meals with your child when possible. Let her see you enjoying healthy foods, such as fruits, vegetables, and whole grains, and drinking milk or water.
- Create a calm, quiet bedtime routine. Avoid any screen time (TV, phone, tablet, etc.) for 1 to 2 hours before bed and don't put any screens in your child's bedroom. Children this age need 10 to 13 hours of sleep a day (including naps). Consistent sleep times make it easier!
- Give your child toys or things that encourage his imagination, such as dress-up clothes, pots and pans to pretend cook, or blocks to build with. Join him in pretend play, such as eating the pretend food he cooks.
- Take time to answer your child's "why" questions. If you don't know the answer, say "I don't know," or help your child find the answer in a book, on the Internet, or from another adult.

To see more tips and activities download CDC's Milestone Tracker app.

This milestone checklist is not a substitute for a standardized, validated developmental screening tool. These developmental milestones show what most children (75% or more) can do by each age. Subject matter experts selected these milestones based on available data and expert consensus.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Download CDC's
free Milestone
Tracker app



Learn the Signs. Act Early.

Su hijo a los 4 años

El nombre del niño

La edad del niño

Fecha

¡Los indicadores son clave! La manera en que su hijo juega, aprende, habla, actúa y se mueve, ofrece información importante sobre su desarrollo. Marque los indicadores que su hijo ha alcanzado a los 4 años. Lleve esta información y en cada visita médica de rutina del niño hable con el médico sobre los indicadores que su bebé ha alcanzado y qué esperar a continuación.



Lo que la mayoría de los niños hacen a esta edad:

En las áreas social y emocional

- ☐ Imagina ser otra persona o cosa cuando está jugando (maestro, superhéroe, perro)
- ☐ Pide ir a jugar con otros niños si no hay ninguno alrededor; por ejemplo, "¿puedo jugar con Alex?"
- ☐ Consuela a otros que están lastimados o tristes; por ejemplo, abraza a un amigo que está llorando
- ☐ Evita peligros; por ejemplo, no salta desde lugares altos en el patio de recreo
- ☐ Le gusta ser un "ayudante"
- ☐ Cambia de comportamiento según donde se encuentre (lugares religiosos, biblioteca, patio de recreo o juegos)

En las áreas del habla y la comunicación

- ☐ Forma oraciones con 4 o más palabras
- ☐ Dice algunas de las palabras de una canción, cuento, o rima infantil
- ☐ Habla de al menos una cosa que haya sucedido durante su día; por ejemplo, "jugué al fútbol"

- ☐ Responde preguntas sencillas como "¿Para qué es el abrigo?" o "¿Para qué es el crayón?"

En el área cognitiva (aprendizaje, razonamiento, resolución de problemas)

- ☐ Dice algunos colores de objetos
- ☐ Dice lo que sigue en un cuento que conoce bien
- ☐ Dibuja personas con 3 o más partes del cuerpo

En las áreas motora y de desarrollo físico

- ☐ Agarra una pelota grande cuando se la arrojan, la mayor parte del tiempo
- ☐ Se sirve comida o agua con la supervisión de un adulto
- ☐ Desabotona algunos botones
- ☐ Sostiene un crayón o lápiz entre los dedos y el pulgar (no con la mano empuñada)

Otras cosas importantes para compartir con el médico...

- ¿Qué es lo que más disfruta hacer usted con su hijo?
- ¿Cuáles son algunas cosas que su hijo disfruta hacer o que hace bien?
- ¿Hay algo que su hijo hace o que no hace y que le preocupa?
- ¿Ha perdido su hijo alguna habilidad que antes tenía?
- ¿Nació su hijo prematuro o tiene alguna necesidad especial de atención médica?

Usted conoce a su hijo mejor que nadie. Si su hijo no está alcanzando los indicadores del desarrollo, si ha perdido destrezas que antes tenía, o si usted está preocupado por algo más, no espere. Reaccione pronto. Hable con el médico de su hijo, comparta sus preocupaciones y pregunte sobre las pruebas del desarrollo. Si usted o el médico siguen preocupados:

1. pida una remisión a un especialista y,
2. llame a cualquier escuela primaria pública para solicitar pruebas gratuitas a fin de averiguar si su hijo puede obtener servicios para ayudarlo.

Para obtener más información sobre cómo ayudar a su hijo, visite cdc.gov/Preocupado.

No espere. ¡Reaccionar pronto puede marcar una gran diferencia!



American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

Ayude a su hijo a aprender y a desarrollarse

Como primer maestro de su hijo, usted puede ayudarlo a aprender y a desarrollar su cerebro. Pruebe estos sencillos consejos y actividades de una manera segura. Hable con el médico y los maestros de su hijo si tiene preguntas o si desea obtener más ideas acerca de cómo ayudarlo en su desarrollo.



- Ayude a su niño a estar preparado para cuando vayan a lugares nuevos y conozca gente nueva. Por ejemplo, puede leer historias o jugar a juegos de roles (juegos de “imaginación”) para ayudarlo a sentirse más cómodo.
- Lea con su hijo. Pregúntele qué está sucediendo en la historia y qué cree que podría suceder a continuación.
- Ayude a su hijo a aprender los colores, las formas y los tamaños. Por ejemplo, pregúntele el color, las formas y el tamaño de las cosas que vea durante el día.
- Anime a su hijo a usar “sus propias palabras” para pedir cosas y resolver problemas, pero enséñele cómo hacerlo. Quizás no sepa las palabras que necesita. Por ejemplo, ayúdelo a decir “¿puedo tener un turno?” en lugar de quitarle algo a alguien.
- Ayude a su hijo a aprender sobre los sentimientos de los demás y las formas positivas de reaccionar. Por ejemplo, cuando él vea a un niño que está triste, diga “se lo ve triste. Llévemole un osito de peluche”.
- Use palabras positivas y preste atención a los comportamientos que desee ver (“comportamientos deseados”). Por ejemplo, diga “¡estás compartiendo ese juguete muy bien!” Preste menos atención a los que no quiera ver.
- Dígale a su hijo de una manera simple por qué no puede hacer algo que usted no quiere que haga (“comportamiento no deseado”). Dele la opción de elegir lo que puede hacer a cambio de eso. Por ejemplo, dígale “no puedes saltar en la cama. ¿Quieres ir a jugar afuera o poner música y bailar?”.
- Deje que su hijo juegue con otros niños, como en un parque o una biblioteca. Pregunte sobre los grupos de juego locales y los programas preescolares. Jugar con otros niños ayuda a su niño a aprender el valor de compartir y de la amistad.
- Cuando sea posible, coma las comidas con su hijo. Deje que lo vea disfrutando los alimentos saludables, como frutas, verduras y granos integrales, y bebiendo leche o agua.
- Cree una rutina tranquila y silenciosa para la hora de dormir. Evite el tiempo frente a una pantalla (televisión, teléfono, tableta, etc.) durante 1 o 2 horas antes de acostarse y no coloque cosas que tengan pantalla en el cuarto de su hijo. A esta edad, los niños necesitan de 10 a 13 horas de sueño por día (incluidas las siestas). ¡Mantener los horarios constantes hace que sea más fácil!
- Dele a su hijo juguetes o cosas que estimulen su imaginación, como ropa para disfrazarse, ollas y sartenes para hacer que cocina, o bloques para construir. Juegue con él a los juegos de “imaginación”, como comer la comida de mentira que él cocine.
- Responda con tranquilidad a las preguntas de su hijo sobre los “porqué de las cosas”. Si no sabe la respuesta, diga “no lo sé” o ayude a su hijo a encontrar la respuesta en un libro, en Internet o preguntándole a otro adulto.

Para ver más consejos y actividades, descargue la aplicación de los CDC *Sigamos el Desarrollo*.

Esta lista de verificación de los indicadores del desarrollo no es un sustituto de las herramientas estandarizadas y validadas para la evaluación del desarrollo. Estos indicadores del desarrollo muestran lo que la mayoría de los niños (75% o más) pueden hacer a cada edad. Los expertos en la materia seleccionaron estos indicadores con base en los datos disponibles y por consenso.

www.cdc.gov/pronto | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Descargue la aplicación gratuita de los CDC *Sigamos el desarrollo*



Aprenda los signos. Reaccione pronto.

Your child at 5 years

Child's Name _____

Child's Age _____

Today's Date _____

Milestones matter! How your child plays, learns, speaks, acts, and moves offers important clues about his or her development. Check the milestones your child has reached by age 5. Take this with you and talk with your child's doctor at every well-child visit about the milestones your child has reached and what to expect next.



What most children do by this age:

Social/Emotional Milestones

- ☐ Follows rules or takes turns when playing games with other children
- ☐ Sings, dances, or acts for you
- ☐ Does simple chores at home, like matching socks or clearing the table after eating

Language/Communication Milestones

- ☐ Tells a story she heard or made up with at least two events. For example, a cat was stuck in a tree and a firefighter saved it
- ☐ Answers simple questions about a book or story after you read or tell it to him
- ☐ Keeps a conversation going with more than three back-and-forth exchanges
- ☐ Uses or recognizes simple rhymes (bat-cat, ball-tall)

Cognitive Milestones

(learning, thinking, problem-solving)

- ☐ Counts to 10
- ☐ Names some numbers between 1 and 5 when you point to them
- ☐ Uses words about time, like "yesterday," "tomorrow," "morning," or "night"
- ☐ Pays attention for 5 to 10 minutes during activities. For example, during story time or making arts and crafts (screen time does not count)
- ☐ Writes some letters in her name
- ☐ Names some letters when you point to them

Movement/Physical Development Milestones

- ☐ Buttons some buttons
- ☐ Hops on one foot

Other important things to share with the doctor...

- What are some things you and your child do together?
- What are some things your child likes to do?
- Is there anything your child does or does not do that concerns you?
- Has your child lost any skills he/she once had?
- Does your child have any special healthcare needs or was he/she born prematurely?

You know your child best. Don't wait. If your child is not meeting one or more milestones, has lost skills he or she once had, or you have other concerns, act early. Talk with your child's doctor, share your concerns, and ask about developmental screening. If you or the doctor are still concerned:

1. Ask for a referral to a specialist who can evaluate your child more; and
2. Call any local public elementary school for a free evaluation to find out if your child can get services to help.

For more on how to help your child, visit cdc.gov/Concerned.

**Don't wait.
Acting early can make
a real difference!**



American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

Help your child learn and grow

As your child's first teacher, you can help his or her learning and brain development. Try these simple tips and activities in a safe way. Talk with your child's doctor and teachers if you have questions or for more ideas on how to help your child's development.



- Your child might start to “talk back” in order to feel independent and test what happens. Limit the attention you give to the negative words. Find alternative activities for her to do that allow her to take the lead and be independent. Make a point of noticing good behavior. “You stayed calm when I told you it’s bedtime.”
- Ask your child what she is playing. Help her expand her answers by asking “Why?” and “How?” For example, say “That’s a nice bridge you’re building. Why did you put it there?”
- Play with toys that encourage your child to put things together, such as puzzles and building blocks.
- Use words to help your child begin to understand time. For example, sing songs about the days of the week and let him know what day it is. Use words about time, such as today, tomorrow, and yesterday.
- Let your child do things for himself, even if he doesn’t do it perfectly. For example, let him make his bed, button his shirt, or pour water into a cup. Celebrate when he does it and try not to “fix” anything you don’t have to.
- Talk about and label your child’s and your own feelings. Read books and talk about the feelings characters have and why they have them.
- Play rhyming games. For example, say “What rhymes with cat?”
- Teach your child to follow rules in games. For example, play simple board games, card games, or Simon Says.
- Create a spot in your home for your child to go to when he’s upset. Stay nearby so your child knows he is safe and can come to you for help calming as needed.
- Set limits for screen time (TV, tablets, phones, etc.) for your child, to no more than 1 hour per day. Make a media use plan for your family.
- Eat meals with your child and enjoy family time talking together. Give the same meal to everyone. Avoid screen time (TV, tablets, phones, etc.) during mealtime. Let your child help prepare the healthy foods and enjoy them together.
- Encourage your child to “read” by looking at the pictures and telling the story.
- Play games that help with memory and attention. For example, play card games, Tic Tac Toe, I Spy, or Hot and Cold.

To see more tips and activities download CDC’s Milestone Tracker app.

This milestone checklist is not a substitute for a standardized, validated developmental screening tool. These developmental milestones show what most children (75% or more) can do by each age. Subject matter experts selected these milestones based on available data and expert consensus.

www.cdc.gov/ActEarly | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Download CDC's
free Milestone
Tracker app



Learn the Signs. Act Early.

Su hijo a los 5 años

El nombre del niño

La edad del niño

Fecha

¡Los indicadores son clave! La manera en que su hijo juega, aprende, habla, actúa y se mueve ofrece información importante sobre su desarrollo. Marque los indicadores que su hijo ha alcanzado a los 5 años. Lleve esta información y en cada visita médica de rutina del niño hable con el médico sobre los indicadores que su bebé ha alcanzado y qué esperar a continuación.



Lo que la mayoría de los niños hacen a esta edad:

En las áreas social y emocional

- ☐ Sigue las reglas o se turna cuando juega algún juego con otros niños
- ☐ Canta, baila o actúa para usted
- ☐ Hace tareas de la casa simples, como juntar las medias iguales o levantar la mesa después de comer

En las áreas del habla y la comunicación

- ☐ Cuenta historias que ha escuchado o que ha inventado incluyendo al menos 2 eventos; por ejemplo, un gato que no puede bajar de un árbol y un bombero que lo salva
- ☐ Contesta preguntas sencillas sobre un cuento después de oírlo
- ☐ Mantiene una conversación con más de 3 intercambios
- ☐ Usa o reconoce rimas simples (gato-pato, casa-taza)

En el área cognitiva (aprendizaje, razonamiento, resolución de problemas)

- ☐ Cuenta hasta 10
- ☐ Dice algunos números entre el 1 y el 5 cuando usted se los señala
- ☐ Usa palabras sobre el tiempo, como "ayer", "mañana", "la mañana" o "la noche"
- ☐ Presta atención por 5 a 10 minutos durante una actividad; por ejemplo, cuando le cuenta una historia o hace manualidades (el tiempo delante de la pantalla no cuenta)
- ☐ Escribe algunas de las letras de su nombre
- ☐ Dice algunas letras cuando usted se las señala

En las áreas motora y de desarrollo físico

- ☐ Se abotona algunos botones
- ☐ Salta en un pie

Otras cosas importantes para compartir con el médico...

- ¿Qué es lo que más disfruta hacer usted con su hijo?
- ¿Cuáles son algunas cosas que su hijo disfruta hacer o que hace bien?
- ¿Hay algo que su hijo hace o que no hace y que le preocupa?
- ¿Ha perdido su hijo alguna habilidad que antes tenía?
- ¿Nació su hijo prematuro o tiene alguna necesidad especial de atención médica?

Usted conoce a su hijo mejor que nadie. Si su hijo no está alcanzando los indicadores del desarrollo, si ha perdido destrezas que antes tenía, o si usted está preocupado por algo más, no espere. Reaccione pronto. Hable con el médico de su hijo, comparta sus preocupaciones y pregunte sobre las pruebas del desarrollo. Si usted o el médico siguen preocupados:

1. pida una remisión a un especialista y,
2. llame a cualquier escuela primaria pública para solicitar pruebas gratuitas a fin de averiguar si su hijo puede obtener servicios para ayudarlo.

Para obtener más información sobre cómo ayudar a su hijo, visite cdc.gov/Preocupado.

No espere. ¡Reaccionar pronto puede marcar una gran diferencia!



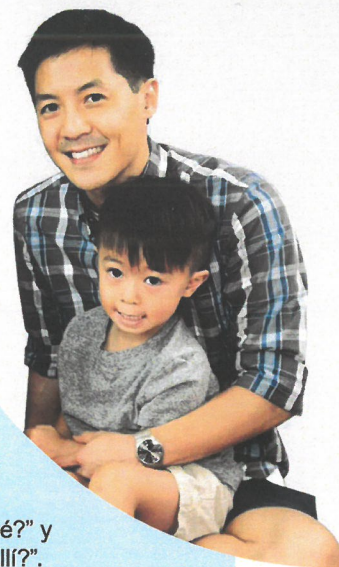
American Academy
of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®



Ayude a su hijo a aprender y a desarrollarse

Como primer maestro de su hijo, usted puede ayudarlo a aprender y a desarrollar su cerebro. Pruebe estos sencillos consejos y actividades de una manera segura. Hable con el médico y los maestros de su hijo si tiene preguntas o si desea obtener más ideas acerca de cómo ayudarlo en su desarrollo.



- Quizás su hijo empiece a “contestarle” para sentirse independiente y probar qué pasa. Limite la atención que le preste a las palabras negativas. Encuentre actividades alternativas para que él haga y que le permitan liderar y ser independiente. Asegúrese de notar el buen comportamiento. “Te mantuviste tranquilo cuando te dije que era la hora de dormir”.
- Pregúntele a su hijo a qué está jugando. Ayúdelo a ampliar sus respuestas preguntándole “¿por qué?” y “¿cómo?” Por ejemplo, diga “el puente que estás construyendo es muy lindo. ¿Por qué lo pusiste allí?”.
- Jueguen con juguetes que alienten a su hijo a armar cosas, como rompecabezas y bloques de construcción.
- Use palabras para ayudar a su hijo a comenzar a entender el tiempo. Por ejemplo, cante canciones sobre los días de la semana y dígame qué día es. Use palabras sobre el tiempo, como hoy, mañana y ayer.
- Deje que su hijo haga las cosas por sí mismo, incluso si no lo hace a la perfección. Por ejemplo, déjelo hacer su cama, abotonarse la camisa o verter agua en una taza. Celebre cuando lo haga y trate de no “arreglar” nada que no sea necesario.
- Hable y nombre los sentimientos de su hijo y los suyos. Léale libros y hablele sobre los sentimientos que tienen los personajes y por qué los tienen.
- Jueguen a juegos de rimas. Por ejemplo, diga “¿qué rima con gato?”.
- Enséñele a su hijo a seguir las reglas de los juegos. Por ejemplo, jueguen a juegos de mesa sencillos, a las cartas o a Simón dice.
- Cree un lugar en su casa al que pueda ir su hijo cuando esté molesto. Quédese cerca para que el niño sepa que está seguro y que puede acudir a usted para que lo ayude a calmarse si es necesario.
- Establezca un límite máximo de 1 hora para el tiempo que su hijo pase frente a una pantalla (televisión, tabletas, teléfonos, etc.). Haga un plan para el uso de los medios de comunicación de su familia.
- Coma las comidas con su hijo y disfrute del tiempo en familia hablando juntos. Sirva la misma comida a todos. Evite el tiempo frente a una pantalla (televisión, tabletas, teléfonos, etc.) durante el horario de las comidas. Deje que su hijo ayude a preparar comidas saludables y disfrútenlas juntos.
- Anime a su hijo a “leer” mirando las ilustraciones y contando la historia.
- Jueguen a juegos que ayuden a desarrollar la memoria y la atención. Por ejemplo, jueguen a las cartas, al tatetí, a veo-veo, o caliente o frío.

**Para ver más consejos y actividades, descargue la aplicación de los CDC
*Sigamos el Desarrollo.***

Esta lista de verificación de los indicadores del desarrollo no es un sustituto de las herramientas estandarizadas y validadas para la evaluación del desarrollo. Estos indicadores del desarrollo muestran lo que la mayoría de los niños (75% o más) pueden hacer a cada edad. Los expertos en la materia seleccionaron estos indicadores con base en los datos disponibles y por consenso.

www.cdc.gov/pronto | 1-800-CDC-INFO (1-800-232-4636)



Available on the
App Store

Descargue la
aplicación gratuita
de los CDC *Sigamos
el desarrollo*

Get it on
Google Play

Aprenda los signos. Reaccione pronto.