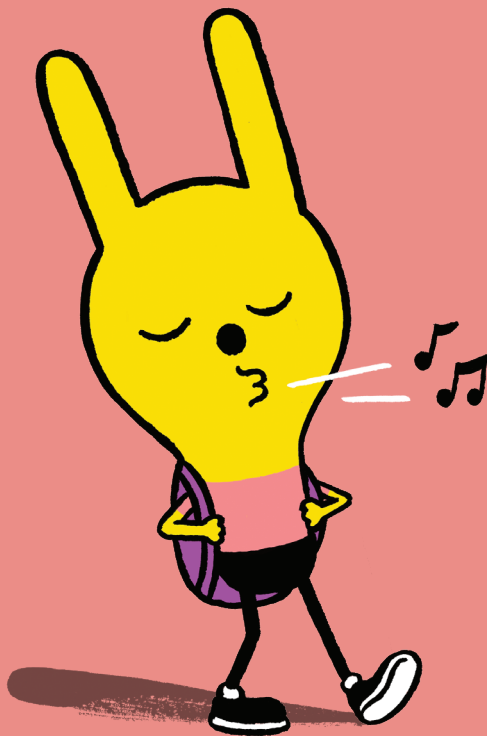
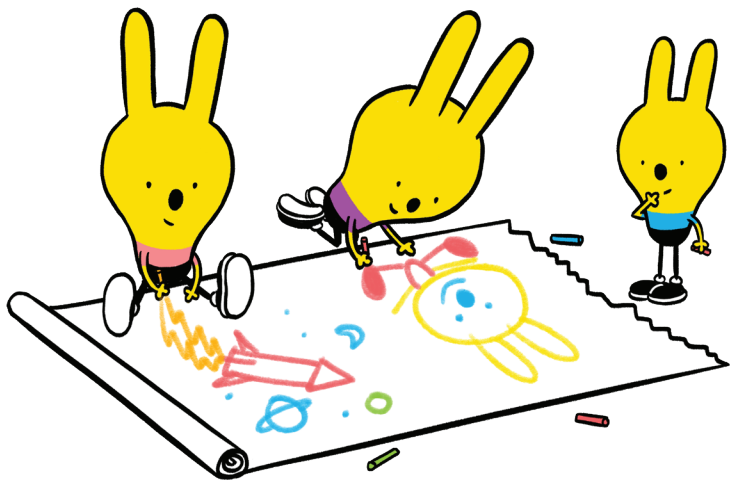


나를 보세요! 나는 3세입니다!

모든 아이들이 5세까지 잘 자라고 있는지 확인하는 방법.





나는 유치원에 대해 궁금합니다! 아직 몇 년 뒤의 일이지만 그 때 까지 해야 할 몇 가지 능력들입니다.

- 조금의 도움으로 혼자 옷 입기.
- 혼자서 화장실 가기.
- 도시락 열기.
- 도움 요청하기.
- 친구들과 교대하기
- 정해진 규칙과 일정 준수하기.
- 안내를 듣고 따르기
- 기본적인 안전규칙 이해하기
- 새로운 시도에 대한 좋은 기분.
- 그룹활동에서의 역할 맡기
- 호기심 갖기.
- 달리고, 잡고, 던지고, 뛰고 구르기 .
- 협력하기.
- 상상하는 것 색칠하고, 그리고, 조각하고 만들기.

안녕하세요. 나의 뇌에 오신 걸 환영합니다.

처음 5년의 삶은 정말로 중요합니다.
대부분의 나의 두뇌가 연결되는 때이기
때문입니다. 과학자들은 내가 태어난
날부터 수백 만의 신경들이 수십 억 개의
연결된다고 말합니다. 나의 모든 삶의
순간 속에서 나는 배웁니다. 나를 둘러싼
모든 것이 나를 가르칩니다. 그러나
가장 중요한 선생님은 바로 당신입니다.
당신은 나를 둘러싼 모든 환경의 이해를
위한 나의 통역가이고, 나의 안내이자,
나의 승무원이자, 나의 보안경비원이자,
나의 연결다리가 됩니다.

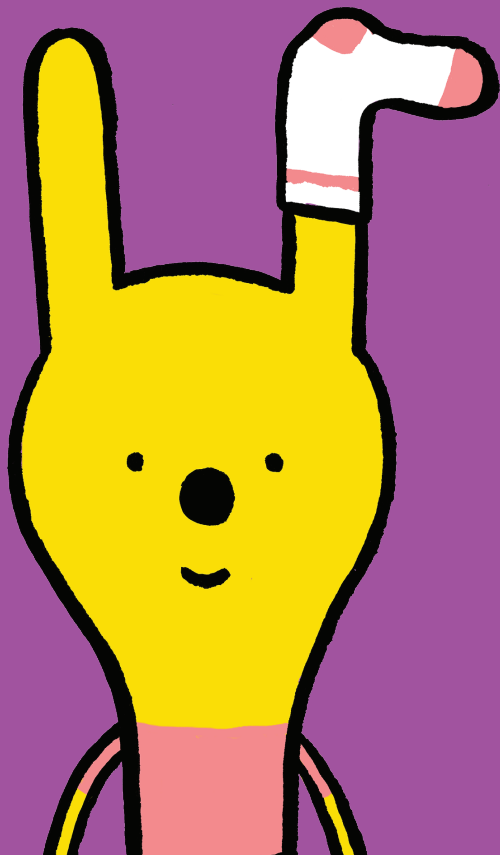
이것은 매뉴얼입니다.

나는 계속 배우고 있지만, 5살인 시점에서 가장 잘 할 수 있도록 가장 기본적인 것을 학습하고 있습니다. 이것들은 중요한 단계라고 불리며, 많은 도움, 당신의 도움 없이는 그것들을 할 수 없습니다. 따라서 시간을 내서 이러한 중요한 단계들을 확인해주시고, 나의 몇 가지 제안을 준수해주세요. 대부분의 것들은 많이 노는 것으로 우연한 것이 아님을 알게 될 것입니다. 배운다는 것은 즐거운 일이지요. 그렇지 않나요?

세 살로서, 나는 다음에 안내된 모든 것들, 그리고 아마 더 많은 것들을 할 수 있어야 합니다.

신체적 건강과 정신적 건강 - 활동

DOING



나는 3세로 이런 것들을 할 수 있어요:

- 뛰고, 구르고, 오르고 세 발 자전거를 탈 수 있어요.
- 앞으로, 뒤로, 옆으로 걸을 수 있어요.
- 무릎을 구부리지 않고 발가락을 만질 수 있어요.
- 잡아서 가위로 한번에 자를 수 있어요.
- 신발끈을 묶을 수 있어요.

이제 시작해 봅시다:

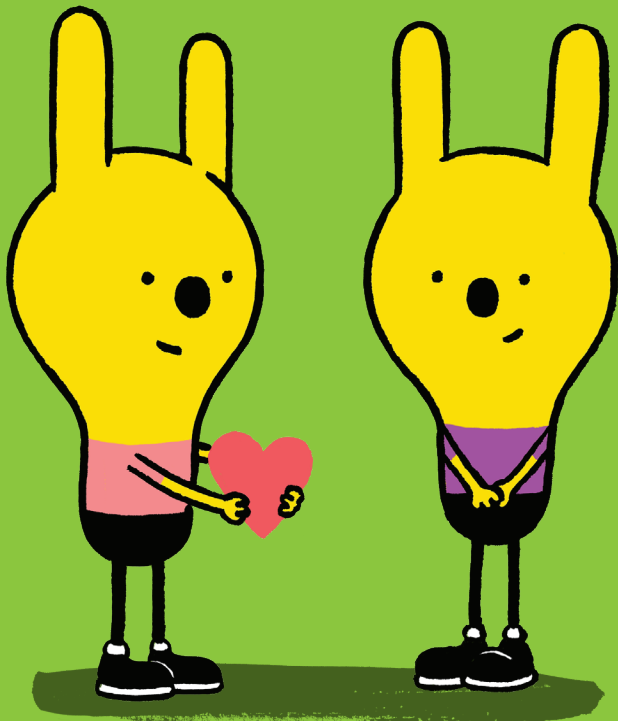
- 공을 잡고 던집니다.
- 따라서 몸을 움직이며 게임으로 만들어 봅시다.
- 몸의 균형 활동과 더 많은 활동을 하게 해주세요!
- 모양대로 자르고, 간단한 모양 및 사람모습을 따라 그립니다. 이것도 게임이 될 수 있을까요?

나를 따라 주세요!

- 내가 관심 있어 하는 읽기, 손을 움켜쥐고 구슬 꿰기 및 그림 그리기와 자르기 활동을 하게 해주세요!
- 나에게 자연을 보여주세요. 탐험할 수 있는 안전한 장소를 만들어주세요.
- 매일 최소한 2시간의 운동시간을 만들어주세요! 나를 자연으로 안내해주세요!

사회 능력 - 놀기

PLAYING



나는 나! 나는 나 혼자 할 수 있어요!

- 나는 혼자서 놀고 다른 사람들과도 어울리지요.
- 나는 좋아하는 것, 싫어하는 것을 표현해요.
- 나는 다른 사람의 느낌을 알 수 있어요.
- 나는 나누는 것에 대한 이해를 시작했어요.
- 나는 손으로 잡는 등의 간단한 기술을 가지고 있어요.

이제 시작해 봅시다:

- 나의 기분에 적절한 단어들을 찾아 봅시다.
- 도움을 줍니다.
- 친구들과 함께 놀입니다.
- 예의범절을 지킵니다.

당신은 나의 가장 좋은 친구예요!

- 간단한 규칙으로 놀게 해 주세요. 지는 것과 그것으로 슬퍼하는 연습을 하도록 해주세요.
- 그것들에 대해 내가 어떻게 생각하는지 물어봐 주시고, 내가 선택할 수 있게 해주세요.
- 다른 사람들을 어떻게 돌보는지 알려주세요. 나는 이미 모두가 다름을 알고 있어요.
- 내 감정에 대해 이름을 지어주세요. 비록 부정적인 것들이라도요!
- 슬픔, 실망, 좌절감을 느끼게 해주세요. 나의 눈물은 나를 성장시킬 거예요.

정서적 성숙 - 감정

FEELING



나는 이제 3살이 되었어요!

- 나는 한번에 하나의 감정만을 느껴요.
- 나의 감정은 내 필요에 대한 표현이에요.
- 풍부한 상상력을 진짜로 느껴요.
- 나는 당신과 함께 집을 나서도 편안해요.

이제 시작해 봅시다:

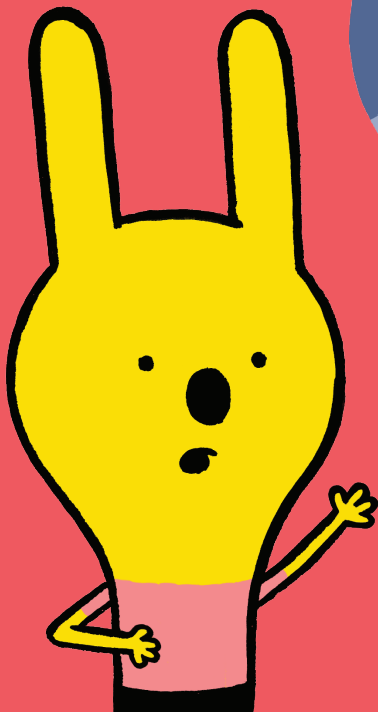
- 내 감정이 진짜 감정이라는 것을 배워요.
- 내 감정을 표현하기 위해 말을 사용해요.

당신은 나를 도울 수 있어요!

- 나에게 눈맞춤과 미소를 보여주세요.
- 나는 최소한 5명의 열광하는 사람이 필요해요!
- 내가 감정을 위해 단어로 표현하도록 도와주세요. 내가 어떻게 느끼는지 나의 상상력을 당신에게 말할 수 있게 해주세요. .
- 언제/만약 내 일상생활이 변경된다면 나에게 알려주세요.
- 내 스스로 뭔가 할 수 있도록 해주세요. 나는 시도하고 때론 실패를 경험해야 해요.

언어 및 인지 발달 - 학습

LEARNING



나는 세 살이에요! 나는 문장으로 말하고, 질문을 합니다. 아주 많은 질문을 하지요!

- 당신의 이야기와 나의 이야기 하는 것에 흥미가 있어요.
- 나는 모양, 색, 크기를 인식할 수 있어요.
- 나는 내가 흥미 있어 하는 것은 쉽게 기억해요. 보여드릴 수 있어요!

이제 시작해 봅시다:

- 게임의 규칙을 이해합니다.
- 암송하고 음률을 흥얼거리고, 찰랑거리는 소리와 노래를 부릅니다.
- 간단한 3단계의 안내지침을 따라 합니다.
- 처음과 끝: 비어 있는 것과 가득 찬 것; 앞과 뒤; 어제와 오늘, 그리고 내일을 학습합니다.

우리가 그걸 어떻게 하나요?

- 내가 선택한 책을 읽게 해주세요.
- 나의 삶의 이야기를 들려주세요.
- 내가 생각하는 의견을 물어봐 주세요. 공감하며 들어주세요.
- 나와 관련된 모든 것에 대한 책을 만들어주세요. 그 안에는 내가 좋아하는 것, 싫어하는 것을 포함시켜 주세요.

대화능력과 일반적인 지식 - 표현

EXPRESSING



나는 세 살이에요.

- 나는 말로 내가 필요한 것을 말할 수 있어요.
- 나는 낯선 사람이 나를 이해할 만큼 충분히 분명하게 말할 수 있어요. 비록 어떤 발음들은 좀 어렵지만요 : 'r', 'ch', 'sh', 'th' and 's' 등
- 나는 다른 이들과 상상의 세상에서 놀 수 있어요. 아마 우리는 같이 놀진 않을 거예요.

이제 시작해 봅시다. :

- 다른 친구들과 함께 놀 시간을 만듭니다.
- 친구들, 가족들, 그리고 애완동물의 감정을 인식합니다.
- 첫 인사인 '안녕'과 작별인사 '안녕'을 말합니다.
- 예의범절을 연습합니다.

부탁합니다.:

- 무슨 일든 나에게도 말해주세요. - 비록 지루한 일이라도, 나에게 무엇을 하고 있는지 말해주세요
- 내가 선택할 수 있게 해주세요.
- 내가 생각하는 것을 물어봐 주세요.
- 가끔 내가 가르쳐줄 수 있도록 나와 함께 배워주세요.

큰 일이에요. 하지만 당신은 준비가 된 것 같아요!

좋아요, 그럼 우리가 분주하게 해야 할 중요한 일이 몇 가지 있어요:

- 의사와 연간 건강 검진을 예약하세요.
- 의사의 권고에 따른 정기적인 검사와 함께 1살까지 치과에 데려가주세요.
- 모든 백신 접종을 최신 상태로 유지해주세요.
- 제 눈을 검사해주세요:
 - 6-12개월에 검사. (첫 생일 전)
 - 3세에 다시 한번 검사
 - 취학 전 5세에 검사
- 제가 아기일 때 귀 검사를 해주세요.
- 처음 2000일 동안(그리고 그 이후!) 매일 당신의 아이에게 책을 읽어주세요.
- healthyparentshealthychildren.ca 에 방문하여 임신을 통해 알 수 있는 모든 것을 알아보세요.(부담될 수 있지만 현재 당신의 단계에만 집중하세요.)

유용한 링크:

다음 링크를 사용하여 활발하게 참여하세요:

calgary.ca 수영 및 피트니스 강좌를 참조하세요.

calgarylibrary.ca 무료 책 및 온라인 자료를 살펴보세요.

littlefreelibrary.org/ourmap 근처에 무료 책을 구할 수 있는 곳

calgaryreads.com 유아기의 읽고 쓰는 능력에 대해 모두 배우세요.

calgaryschild.com 활동 및 정보를 위한 훌륭한 자원.

calgaryplaygroundreview.com 켈거리 놀이터에 대한 후기

albertafamilywellness.org 뇌과학에 대한 최신 정보를 참조하세요.

parentsmatter.ca 부모들을 위한 다양한 언어로 된 자료.

reachinginreachingout.com/resources-parents.htm 은 성인 및 아동의 복원력 고취를 위한 자원.

humanservices.alberta.ca/family-community/talk-box.html 풍부한 언어 환경을 위한 부모 안내서.

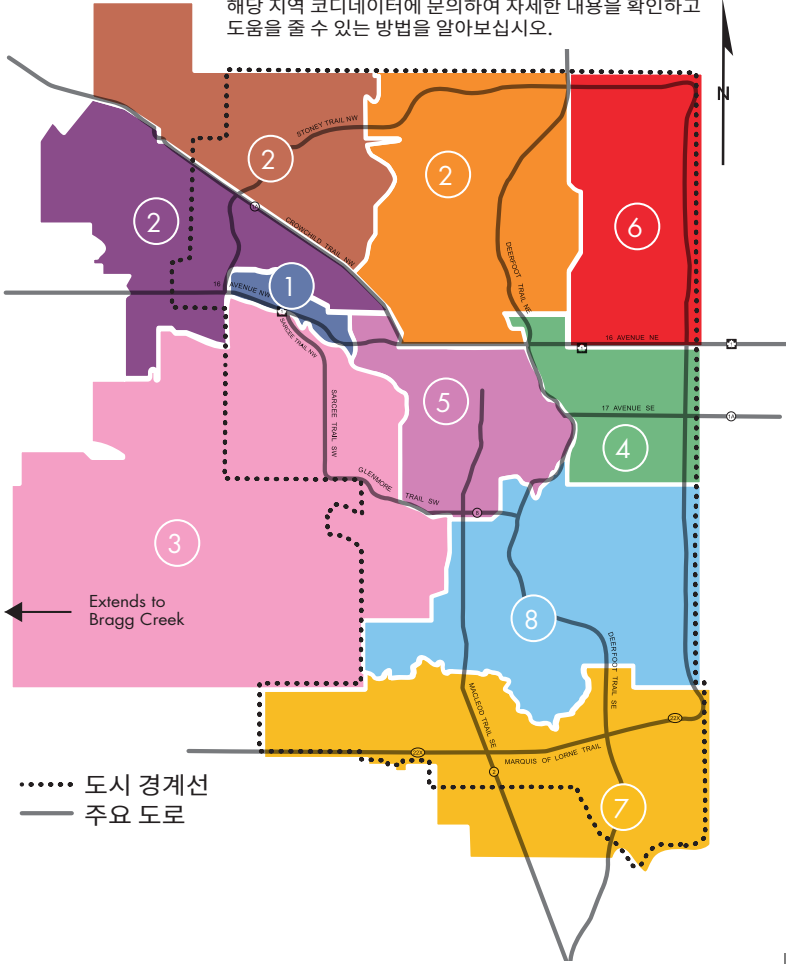
activeforlife.com 아동의 신체적 능력개발을 지원하는 부모와 교육자용 자료.

눈여겨 봐야할 것:

다음 징후 중 하나라도 보인다면 즉시 의사와 상의하십시오.

- 1) 6개월동안 미소를 짓거나 눈을 마주치거나 하는 상호작용을 하지 않음
- 2) 상호적인 웅얼이를 하지 않음
- 3) 언어 및/또는 기술의 퇴보 함

유년기 발달에 좋은 "지상에서의" 혜택
 해당 지역 코디네이터에 문의하여 자세한 내용을 확인하고
 도움을 줄 수 있는 방법을 알아보십시오.



..... 도시 경계선
 ————— 주요 도로

캠거리 연합

1 캠거리 보우네스몽고메리 ECD 연합보우네스/그린브리어 몽고메리

2 캠거리 북서부, 서부 및 북부 중앙 ECD 연합

밴프 트레일, 로즈몬트 플레전트 마운트, 윈스턴 하이츠/산트뷰, 찰스우드, 브렌트우드 찰스우드, 하이우드, 그린뷰, 손클리프, 노스 헤이븐, 헌팅턴 힐스, 베딩턴 하이츠, 샌드스톤, 히든 밸리, 파노라마 힐스, 컨슈리 힐스, 하비스트 힐스, 킨코라, 에반스톤, 달하우지, 에지몬트, 렌렌즈, 아버 레이크, 학우드, 시타델, 햄튼스, 록키 리지, 로얄 옥, 웨우드, 놀란 힐, 세이지 힐, 터스카니, 세닉 아크레스, 벨리 리지, 크레스몬트, 실버 스프링스, 벌시티.

3 캠거리 남서부 ECD 연합 쿠거 리지, 웨스트 스프링뱅크, 디스커버리 리지, 아스펜 우즈, 코치 힐, 포인트 맥케이, 와일드우드, 스트라스코나 파크, 스프루스 클리프, 시가나피, 웨스트케이트, 글렌데일, 글렌드록, 킬라니, 시그널 힐, 글래모건, 링컨 파크, 루스랜드 파크, 레이크뷰 이글 리지, 펄프 힐, 브레사이드, 팰리서, 베이뷰, 오크리지, 시더브레이

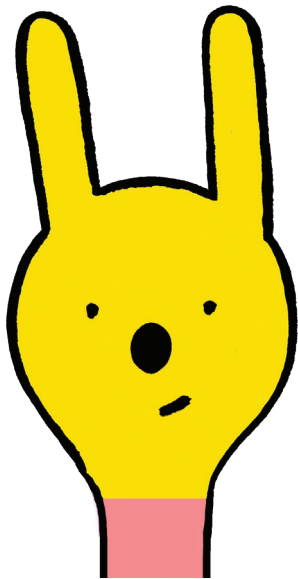
4 캠거리 동부 ECD 연합 메이랜드, 메리디안, 프랭클린, 포레스트 하이츠, 말보루 파크, 애플우드 파크, 레드 카펫, 앨버트 파크/레이디슨 하이츠, 펜브룩 메도우, 포레스트 론, 에린 우즈, 도버, 벨리필드, 이스트 필드

5 **캘거리 도심 ECD 연합**
크라우차일드 남부 16번가
동부, 디어풋 남부

6 **캘거리 북부 맥나이트 ECD 연합**
선리지, 런들, 파인리지,
몬테레이파크, 템플,
화이트혼, 호라이즌, 펠콘리지,
케슬리지, 코랄 스프링스,
마틴데일, 타라데일, 세들리지,
시티스케이프, 스카이뷰,
스톤게이트, 레드스톤

7 **캘거리 최남부 ECD 연합**
실버라도, 에버그린,
브라이들우드, 샤페시, 섬머셋,
밀라이즈, 미드나포어, 선덴스,
체퍼럴 레이크, 체퍼럴 벨리,
웰든, 크렌스톤, 어번베이,
마호가니, 카퍼필드, 맥켄지
레이크, 맥켄지 타운, 레가시

8 **캘거리 남부 중앙 ECD 연합**
에케이디아, 캐년 메도우, 디어
런, 디어 리지, 다이몬드코브,
페어뷰, 킹스랜드, 풋힐스,
인더스트리얼 파크, 레이크
보나비스타, 오그던,
파크랜드, 메이플 리지,
퀸즈랜드, 리버밴드, 윌로우
파크, 우드바인, 우드랜즈,
사우스우드, 퀘리 파크, 이스트
세퍼드, 린우드, 더글라스 글랜,
더글라스데일, 보나비스타
다운스.

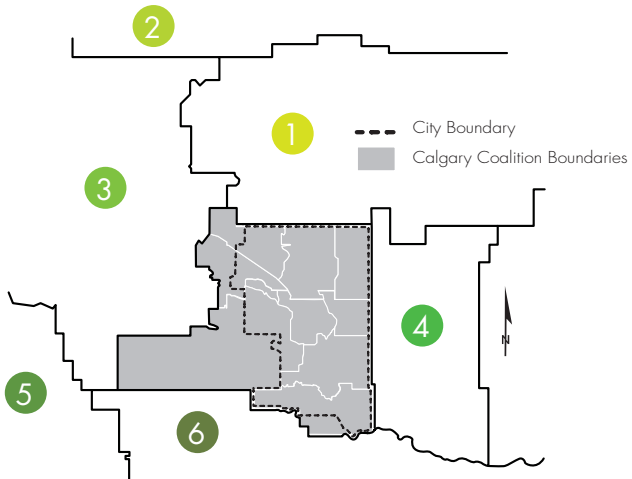


연락처 정보

지역 연합에 대한 최신 정보를 보려면 www.ecdcoalitions.org을 방문하십시오.

- 1 **캘거리 보우네스 몽고메리 ECD 연합**
calgarybowmont1@fcssaa.org
- 2 **캘거리 북서부, 서부 및 북부 중앙 ECD 연합**
calgarywest1@fcssaa.org
- 3 **캘거리 남서부 ECD 연합**
calgarysw1@fcssaa.org
- 4 **캘거리 동부 ECD 연합**
calgaryeast2@fcssaa.org
- 5 **캘거리 도심 ECD 연합**
calgarydowntown1@fcssaa.org
- 6 **캘거리 북부 맥나이트 ECD 연합**
calgarymcknight1@fcssaa.org
- 7 **캘거리 최남부 ECD 연합**
calgarydeepsouth1@fcssaa.org
- 8 **캘거리 남부 중앙 ECD 연합**
calgarysc1@fcssaa.org

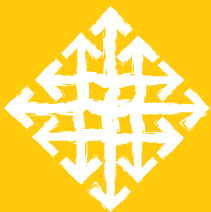
지역 연합



- 1 북부 록키 뷰 성공 경로 ECD 연합
- 2 마운트 뷰 카운티 ECD 연합
- 3 코크레인 ECD 연합
- 4 형태 5 - 체스터미어 남동 록키 뷰 ECD 연합
- 5 보우 밸리 ECD 연합
- 6 풋힐스 어린이 건강 네트워크

“내가 모든 아이들을 다스리는
착한요정에게 영향을 줄 수 있다면,
온 세상 아이들에게 평생을 지속될
불멸의 호기심을 선물로 달라고 부탁할
것이다.”

- 레이첼 카슨



first 2000 days

Early Childhood Development Network

ecdcoalitions.org

2000days.ca



[@First2000days](https://twitter.com/First2000days)



facebook.com/2000days