

Kỹ năng vận động thô là gì?

Và tại sao nó lại quan trọng đối với sự phát triển của trẻ?

Kỹ năng vận động thô là gì?

Kỹ năng vận động thô liên quan đến chuyển động và phối hợp của cánh tay, chân và phần thân trên.

Những kỹ năng này rất quan trọng vì chúng giúp trẻ tham gia vào các hoạt động vui chơi, tự chăm sóc bản thân và có thể tham gia vào các nhiệm vụ ở trường.

Khi nào tôi nên quan tâm?

Những khó khăn chung về vận động thô có thể bao gồm:

- **Tư thế và thăng bằng kém**
- **Sức lực yếu** (nâng một vật nặng như bình nước trái cây)
- **Chuyển động không phối hợp** (khó leo thang)
- **Nhận thức kém về cơ thể của họ trong không gian xung quanh** (vụng về)

Tôi có thể làm gì để giúp con tôi?

- Ưu tiên thời gian nằm sấp cho trẻ sơ sinh
- Tránh sử dụng xe tập đi cho bé
- Giới hạn thời gian sử dụng thiết bị (TV, iPad, Điện thoại và các thiết bị khác)
- Khuyến khích con bạn chơi ngoài trời
- Đưa con đi chơi nhóm

Tôi có thể nhận thêm thông tin hoặc hỗ trợ ở đâu?

Bạn có thể thảo luận về bất kỳ mối lo ngại nào về kỹ năng vận động thô của con bạn với:

- Y tá sức khỏe trẻ em & gia đình tại địa phương
- Bác sĩ (GP) hoặc bác sĩ nhi khoa
- Trung tâm Y tế cộng đồng



Những điểm quan trọng cần nhớ

- Quý vị là người hiểu rõ con mình nhất, nếu nghĩ có gì đó không ổn, hãy tìm kiếm trợ giúp
- Tốt nhất nên sớm tìm kiếm giúp đỡ, nhưng không bao giờ quá muộn khi yêu cầu giúp đỡ
- Hãy đưa tờ rơi này đến Bác sĩ quý vị để giúp thảo luận các mối quan tâm
- Hãy nhớ rằng quý vị có thể tìm ý kiến thứ hai nếu cảm thấy mối quan tâm của mình chưa được giải quyết

This resource has been developed by the 'Stronger Seeds Taller Trees' project.

General Practitioners can access further information about this initiative by visiting the South Western Sydney Primary Health Network (PHN) online GP Newsletter.

[South Western Sydney Primary Health Network \(swsphn.com.au\)](https://www.swsphn.com.au)



STRONGER SEEDS, TALLER TREES
Increasing early supports to improve child outcomes

Insert your contact details here