



Velkommen til 4 års undersøkelse på helsestasjonen.



Vi vil høre hva dere foreldre har å fortelle om barnets helse, trivsel og utvikling. Vi inviterer til samtale om gleder og eventuelle bekymringer ved 4 åringen. Vi måler vekst, hørsel og syn. Videre vil vi gjøre en lekebasert undersøkelse og observere samarbeid, konsentrasjon språkferdigheter hos barnet. Fyll ut og ta med dette skjema til 4 års kontrollen. Det settes av en time til kontrollen på helsestasjonen.

Barnets navn: _____

Om motorisk utvikling: Kryss for om barnet

Ja Nei

- Kan stå på en fot i 5-10 sekunder?.....
- Kan balansere minst to meter etter linje /planke?.....
- Kan løpe?.....
- Kan ta imot og kaste stor ball?.....
- Er utholdende på tur?.....
- Beveger seg lett i ulent terreng?.....
- Kan sykle med balansesykkel/ to- tre hjul sykkel?.....
- Er selvstendig under av og påkledning?.....
- Kan selv vaske og tørke hender og ansikt?.....
- Kan bruke skje og gaffel?.....
- Kan klippe etter strek med saks?.....

Om sosial utvikling:

- Går i barnehage?.....
- Gir god kontakt?.....
- Liker å leke med andre barn?.....
- Trygg på fremmede?.....
- Legger seg rimelig greit og sover hele natten?.....
- Har sluttet med bleie?.....

Språk utvikling:

Ja Nei

- Snakker i fullstendige setninger? (minst fire ord i riktig rekkefølge).....
- Klarer bokstavlydene S, F, V i begynnelsen av ord. Og K og G inne i ord?.....
- Kan minst fire farger?.....
- Kan telle og har tallbegrep til minst fire?.....
- Snakker i "jeg" form?.....

Eventuelle helseproblemer:

- Virker tett i brystet ved infeksjoner og forkjølelser?.....
- Har hatt ørebetennelse?.....
- Har hatt halsbetennelse?.....
- Har hatt urinveisinfeksjon?.....
- Har hatt andre infeksjoner?.....
- Er plaget med forstoppelse eller diare?.....
- Har eksem eller andre hudplager?.....
- Halter ved gange?.....
- Ser godt?.....
- Skjeler med øynene?.....
- Hører godt?.....
- Har friske tenner?.....
- Pusser tenner og bruker tantråd morgen og kveld?.....
- Har vært utsatt for ulykker og eventuelt hvilke?.....
- Har allergi/ intoleranser, og eventuelt hvilke?.....
- Har andre plager/sykdommer, hvilke?.....
- Har barnet tobakksfritt miljø?.....
- Har godt og sikkert lekemiljø hjemme?.....

Matvaner og ernæring:

- Hvor mange måltider spiser barnet per døgn?.....
- Får barnet tran daglig?.....
- Får andre vitamin tilskudd, eventuelt hvilke?.....
- Drikker melk og/ eller spiser meieri produkter?.....
- Spiser 5 porsjoner frukt, bær eller grønnsaker per dag?.....
- Spiser fisk?.....
- Spiser kjøtt?.....
- Spiser kornprodukter/ brød/ grøt/ kornblanding?.....
- Deltar barnet i fellesmåltider sammen med familien?.....
- Sitter barnet ved bordet under måltider?.....

Så vil vi gjerne vite hvordan dere som foreldre/foresatte opplever barnet.

Fortell om:

Noen positive sider ved barnet:

Hva dere liker å gjøre sammen?:

Kan barnet konsentrere seg i lek?

Hvilke leker liker barnet best å leke?

Om hvordan barnet fungerer sammen med andre barn og voksne:

Om hvordan barnet viser omsorg for andre:

Hvordan barnet reagerer når nye ferdigheter og ting skal læres?

Om hvordan barnet reagerer på mestring og positiv oppmerksomhet:

Hvordan barnet reagerer på å bli irettesatt eller ikke få lov?:

Det det som er vanskelig med barneoppdragelsen:



Foreldreguide

- Du styrker barnets selvfølelse når du viser at du er glad i barnet for det det er.
- Snakk mye med barnet, forbered barnet på det som skal skje.
- Lytt til det barnet sier.
- Lek med barnet og bruk mye humor.
- Gi ros. Vis at du er fornøyd med barnet og det positive barnet gjør.
- Barnet trenger å føle seg betydningsfull. Du bør derfor gi oppgaver og ansvar i tråd med det barnet kan klare.
- Lov barnet bare det du kan holde.
- Lær barnet å ta vare på andre -for eksempel trøste når andre er lei seg.
- Lær barnet å løse konflikter ved å sette ord på det barnet kan gjøre.
- Gjør aldri narr av barnet. Ta barnet på alvor.