

sparkler

# 快乐成长

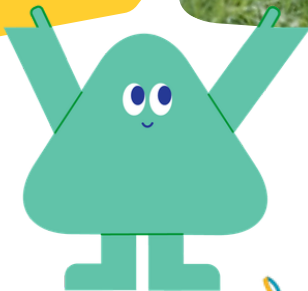
全面呵护孩子的心智、语言、认知和身体发展，  
尽享旧金山市丰富的本地资源支持！

由多家机构携手倾情奉献

San Francisco Department of  
Early Childhood

Early Connections

Care. Play. Grow.



# 欢迎来到



Early Connections

Care. Play. Grow.

## 旧金山幼儿教育部“Early Connections”项目

作为旧金山最大规模的幼儿项目资助机构，旧金山幼儿教育部（San Francisco Department of Early Childhood，简称DEC）秉持一个愿景：整合家庭、社区与系统的力量，为每一位成长中的孩子打造一个充满关爱、健康成长与学习机会的坚实起点。

DEC通过多样化的支持服务，陪伴旧金山的儿童和家长一路成长：

- 早期保育与教育计划
- 育儿支持
- 儿童发展计划



主题	页码
<b>点燃早期学习的火花</b> 探索如何借助Sparkler，通过游戏与学习，轻松接入旧金山市丰富的资源支持。	第3页
<b>发育里程碑全览</b> 揭示胎儿期到5岁儿童的关键成长阶段，帮您紧跟孩子每一步的精彩蜕变。	第5页
<b>育儿与儿童发育指导</b> 精选Sparkler为家长量身打造的实用建议，让养育更有方向、更有效率。	第8页
<b>玩中学，学中玩</b> 了解游戏如何成为幼儿培养关键技能的助手，让学习变得轻松有趣。	第9页
<b>旧金山本地资源导航</b> 专为新手家长精心整理的当地资源指南，让您轻松找到身边的育儿帮手。	第13页

欢迎使用



## 帮助孩子开启美好未来

孩子们最喜欢的玩法竟是最好的学习方式！Sparkler是一款贴心的移动应用，专为孕期至5岁幼儿的家长打造，帮您轻松掌握孩子的成长节奏，用游戏点亮他们的好奇心，激发无尽的学习潜能。无论您讲英语、西班牙语、中文、法语还是阿拉伯语，Sparkler都支持，并兼容iOS与Android设备，随时随地守护孩子的每一步成长。

## 每位父母心中都有疑问

从新手爸妈得知宝宝即将降临的那一刻起，心头便充满期待与不安：孩子的成长是否稳步推进？今天，我怎样才能帮TA学会爬楼梯、画出第一个圆圈、破解小问题，甚至爱上读书？遇到疑惑，是该担心，还是该信心满满地陪伴？



### 深入了解

借助移动版《年龄与阶段问卷调查®》，洞察孩子从2个月大起的成长脉络，把握每一个发育关键点。



### 快乐玩耍

畅玩超过2000种精选线下活动，在欢笑和探索中培养孩子的情感、语言、思维与身体协调，开启亲子共成长的旅程。



### 见证成长

实时追踪孩子的成长足迹，见证每一次突破与进步，让您和孩子的努力都变得可见且值得骄傲。



### 相伴互联

获取育儿建议和实用小贴士，陪伴孩子健康成长每一天，解答关于儿童发育的疑问。



用Sparkler，陪伴孩子的早期学习与成长旅程——从胎儿期直到5岁，给予孩子最温暖、最科学的支持。

# 立即开启 Sparkler之旅!

1

## 下载Sparkler应用程序

扫描下方二维码，将App安装到智能手机或平板电脑。完成安装后，重新扫描二维码完成SF代码关联，这一步将直通“家庭支持”（Support for Families）项目的“集中服务点”（Centralized Access Point）。如果属于某所学校、家庭资源中心或其他项目，请向相关机构索取专属访问码以便关联。若扫描二维码（而非手动输入访问代码），请直接跳至第4步。



2

## 打开App，点击“创建新帐户”

选择用电子邮箱或其他方式注册新账户。  
（若已扫描二维码，跳过此步骤）

3

## 输入项目访问码

输入访问码将关联相应的学校或项目  
（若已扫描二维码，跳过此步骤）

4

## 设置家长或看护人帐户信息

填写电子邮箱和密码，接着输入您的姓名和联系方式。

5

## 添加孩子资料

确保输入准确的出生日期。若孩子不足两岁，请补充早产周数。精准信息帮助Sparkler匹配最合适的游戏内容和筛查项目，为孩子量身打造专属关爱。

6

## 开始使用Sparkler!

App首页会展示赞助合作伙伴，这些组织将通过Sparkler陪伴您的育儿之路，查看孩子的筛查数据和您的使用情况，提供贴心资源与支持。您还可以随时管理已关联的支持组织，让帮助随时在线。

关于……

# 发育里程碑

## 见证奇迹般的成长瞬间

随着孩子一天天长大，他们会一步步迈过一个又一个重要的成长台阶——发育里程碑。这些里程碑就像成长的路标，标志着孩子在不同年龄段掌握了新的技能，跟其他小朋友同步前进。

## 清晰记录，安心陪伴

了解孩子在不同阶段应掌握的能力，能帮助您判断他们的成长轨迹是否健康正常。掌握这些信息，就像把握住孩子发育的“密码”，方便您及早发现潜在问题，安心陪伴每一步成长。

## 用SPARKLER和ASQ科学守护成长

通过Sparkler，您可以使用《年龄与阶段调查问卷》®（Ages & Stages Questionnaires®，简称ASQ）对2个月到5岁儿童的发育情况进行科学评估。ASQ如同专业的成长快照，帮您清晰看到孩子当前的发育状态。扫描二维码，立即了解如何用Sparkler和ASQ守护孩子未来。



## “识别征兆，及早干预”

“识别征兆，及早干预”（Learn the Signs, Act Early）是一项由美国疾病控制与预防中心（CDC）发起的计划，帮助家长及时识别孩子早期发育中的潜在信号，确保能尽早获得支持。扫描二维码，使用Sparkler，深入了解“识别征兆”的智慧关怀。



## 成为孩子背后的英雄

孩子最爱的学习方式就是玩耍！结合您通过ASQ和发育里程碑了解的成长知识，选出最能促进孩子发展的游戏。Sparkler准备了超过2000款由早教专家设计的游戏，助力0-5岁孩子全方位提升心智、语言、认知及身体健康。让玩耍变成成长的魔法，和孩子一起快乐飞跃每一个里程碑！

# 发育里程碑

Sparkler将发育技能分为四大类，即四大领域：

♥ Heart

🗨 Words

💡 Mind

👤 Body

以下是大多数孩子在各个领域通常达到的发育里程碑。  
扫描二维码，查看孩子对应年龄段的更多成长信息。



2个月	对着您微笑	除了哭泣，还会发出其他声音	注视您的动作	俯卧时能抬起头	
4个月	用微笑主动吸引您的注意	频频发出“噢噢”、“啊啊”等声音	聚焦观察自己的双手	俯卧时能稳稳撑起肘部	
6个月	认得熟悉的人	轮流发出咿呀声，仿佛在“对话”	伸手抓玩具	自如翻身，从俯卧转为仰卧	
9个月	当您离开时会有反应	发出“妈妈”和“爸爸”等声音	玩具掉落会主动寻找	能独坐且不借助支撑	
1岁	能和您玩简单的互动游戏	会说“妈妈”、“爸爸”或其他亲昵称呼	会寻找您藏起来的物品	扶着家具能够稳步行走	
15个月	喜欢模仿其他孩子的言行举止	除“妈妈”、“爸爸”外，尝试说一两个新词	能灵活根据手势和语言指令行动	能独自走几步	

# 发育里程碑

Sparkler将发育技能分为四大类，即四大领域：



以下是大多数孩子在各个领域通常达到的发育里程碑。  
扫描二维码，查看孩子对应年龄段的更多成长详情。



18个月	会离开您的视线，但总确保您就在身边守护着	能听懂简单指令并主动完成，不再依赖手势提示	模仿您做家务，像个小帮手一样行动	能独立走路，不再需要扶着东西	
2岁	能感知别人受伤或情绪低落	会说两个词组成的短语	您提问时，能准确指认书中的物品	逐渐爱上踢球	
30个月	喜欢在其他小朋友身边玩耍，有时主动加入游戏	词汇量达到约50个	用物品来进行简单的角色扮演	能用双脚完成跳跃	
3岁	您离开后约十分钟内能自己平静下来	能与您流畅对话	看您示范后，能画出一个圆形	能穿串大号珠子或通心粉	
4岁	行为会根据不同环境灵活调整	能说出由四个或更多词组成的完整句子	能辨认并说出几种物品的颜色	大多数时候能成功接住大球	
5岁	玩游戏时懂得遵守规则，学会轮流和合作	能复述包含至少两个情节的故事	会数到10	能单脚跳	

# 给家长的小贴士

## 来自“Sparkler游戏库”的示例

Sparkler在“了解(KNOW)”板块,为家长准备了一系列专业且易于操作的贴士,帮助您全面了解孩子的成长节奏,同时提供简单有效的方法支持孩子健康发展。以下是部分精选内容:

### 新手父母必读



新生儿睡眠  
全攻略



帮助大孩子  
顺利迎接小宝宝



婴儿托育服务  
选择秘籍

### 儿童成长导航



通过游戏  
激发数学兴趣



解读孩子的  
强烈情绪



分离焦虑  
应对策略

### 育儿生活妙招



打造温暖的  
睡前时光



学会有效  
缓解压力



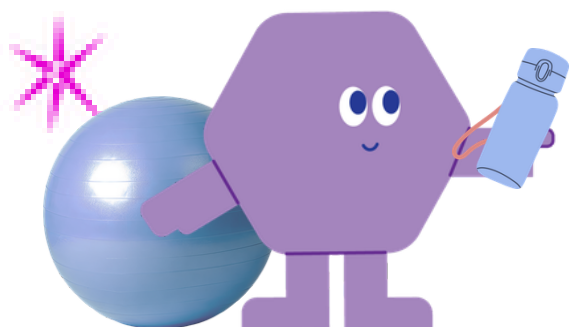
系统如厕  
训练指导



# sparkler

## 游戏活动指南

游戏不仅是孩子探索世界的桥梁，也是掌握新能力的快乐舞台。Sparkler精心打造了丰富多彩、不断更新的互动游戏库，覆盖从怀孕早期直到孩子5岁的关键成长阶段。在接下来的内容中，您将发现适合亲子共读、投球、积木搭建等多样活动。扫描二维码，即刻在APP中解锁更多精彩游戏体验！



## 孕期



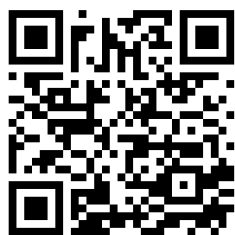
### 特别推荐：光影游戏

#### 怎么玩？

1. 大约怀孕22周时，宝宝开始能感知光线的明暗变化。用手电筒轻轻照向肚皮，观察宝宝是否有所反应。
2. 将光线移向肚子的一侧，耐心等待片刻。若宝宝没有动静，试试另一侧或者调整光线位置（更高或更低）。
3. 宝宝的反应有时是动一动，有时可能正在甜甜入睡，别灰心，过会儿再试！  
温馨提示：这款游戏仅为互动体验，不是健康检测，宝宝若没有响应，不代表有任何异常。

#### 游戏的意义

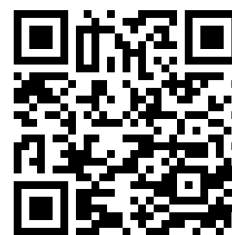
宝宝正通过触觉、视觉和听觉，逐步打开感官大门，认识这个奇妙的世界。与宝宝一起玩，让爱与探索同行。



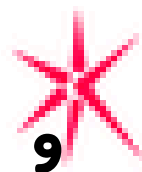
瑜伽系列：  
孕期第三阶段瑜伽



补充水分  
小贴士



宝宝语言启蒙





# sparkler

## 游戏活动指南

通过游戏点亮孩子的成长之路



## 书籍

### 特别推荐：猜猜这本书

#### 怎么玩？

1. 我来朗读一本我们最爱的书开头的几句话，宝宝仔细听！
2. 宝宝能猜出这是哪个故事吗？
3. 现在去书架上找找这本书，我们一起读下去吧！

#### 游戏的意义

反复朗读熟悉的故事开头，不仅让孩子感受到语言的韵律和节奏，还能助力记忆力和语感的培养，让故事在孩子心中生根发芽。



0-18个月宝贝：  
开启  
“一起阅读”的好习惯



18-36个月宝宝：  
玩“Goodnight Moon  
图片搜索”



3-5岁儿童：  
试试“搞怪阅读”

## 游戏活动指南

通过游戏点亮孩子的成长之路



## 球类



### 特别推荐：传球乐趣无限

#### 怎么玩？

1. 我们一起传球，眼睛可别眨哦！
2. 我会用不同方式把球滚给你、抛给你，甚至弹给你，看看你能接住吗？
3. 现在轮到你把球传给我啦！让我们继续这场欢乐的传球接力吧！

#### 游戏的意义

传球不仅是亲子间的互动桥梁，更是帮助孩子锻炼专注力和视觉追踪能力的练习。



0-18个月宝宝：  
试试“找球”小游戏



18-36个月宝宝：  
玩“滚地、胸前、击地传球”



3-5岁孩子：  
来个“扔球大挑战”

## 游戏活动指南

通过游戏点亮孩子的成长之路



### 积木



#### 特别推荐：堆积木·推倒积木的快乐节奏

##### 怎么玩？

1. 来，一起搭建一座高高的积木塔，看看我们能堆多高！
2. 搭建时，边堆边数数字，一块一块地积累我们的“数字大军”。
3. 当搭建好了，就到了最刺激的环节——准备推倒它！1……2……3……轰隆！  
积木塔欢快地倒下，笑声也随之响起。

##### 游戏的意义

通过一次次的堆叠和推倒，孩子在数字的节拍中学会按顺序数数。把搭建与倒塌结合起来，让孩子在动手中感受数字的力量，也体验到创造与释放的双重乐趣。



0-18个月宝宝：  
一起玩“伸手抓握”



18-36个月宝宝：  
试试“堆宝塔”游戏



3-5岁孩子：  
发挥创造力，成为  
“小小建筑师”



# 获取旧金山市资源

探索免费的本地资源，助力孩子的早期学习与成长。

## ● Early Connections项目——关爱·游戏·成长的桥梁

### 旧金山幼儿教育部Early Connections项目

由旧金山幼儿教育部推出的Early Connections项目，致力于为0-3岁有需要的儿童提供免费的发育筛查服务，并帮助家长对接专业的早期干预资源。

### 集中服务点

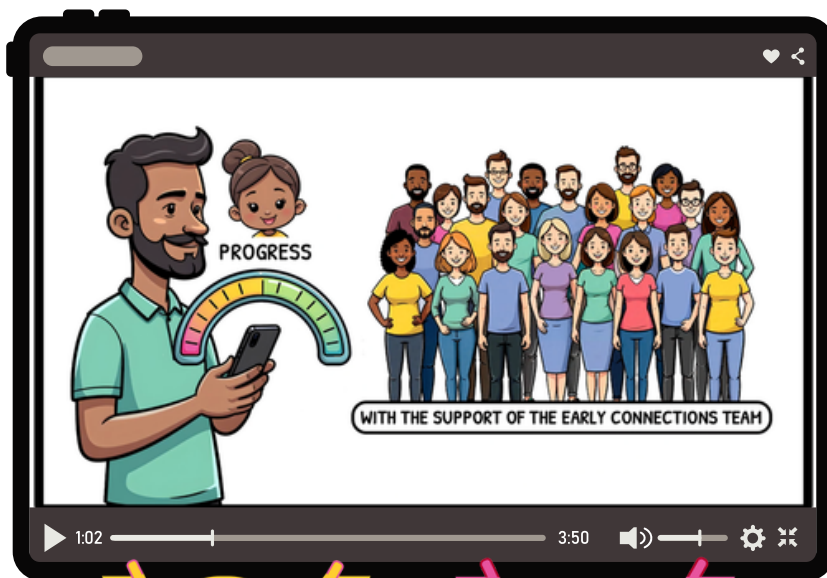
通过“家庭支持”（Support for Families）项目，联系“集中服务点”（Centralized Access Point）。在这里，您将找到专为0-3岁儿童及其家长设计的早教游戏小组、照护协调、丰富的本地家庭资源、转介服务，以及涵盖本地和全市范围内的各类支持信息。此外，您还可以获得专业解答和关于孩子未来发育里程碑的建议。所有服务均免费提供，无需保险或转介手续。

- 联系方式：请发电邮至earlyconnections@supportforfamilies.org或致电415-920-5040
- 在线了解详情：请访问Early Connections项目网站[www.sf.gov/early-connections](http://www.sf.gov/early-connections)

扫码  
获取登记表：



## 观看视频，了解更多关于Early Connections项目信息！



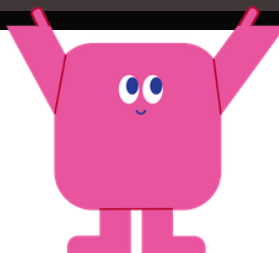
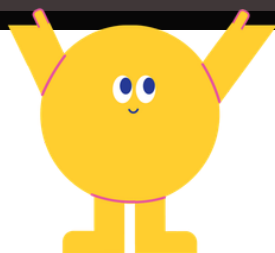
英语



西班牙语



中文



# 免费早教游戏小组

家有0至3岁宝宝，对孩子的发育情况有疑问或担心？旧金山幼儿教育部（SF DEC）通过Early Connections项目，为您提供完全免费的游戏小组活动。在这里，孩子能在玩耍中成长，家长能在交流中获得支持。

想了解遍布全市的游戏小组详情？

请联系（CAP），邮箱：[earlyconnections@supportforfamilies.org](mailto:earlyconnections@supportforfamilies.org)，电话：415-920-5040，了解具体安排。



## 儿童委员会（Children's Council）

诚邀家长和看护人参与针对0-3岁儿童的游戏小组，特别是面临轻度至中度残疾、学习差异或复杂医疗需求的儿童。依托游戏的魅力，帮助孩子在包容且感官丰富的环境中，动手实践、快乐成长。



## 费尔顿研究所（Felton Institute）

旗下“支持早期教育、发展与社交”（Supporting Early Education, Development & Socialization, 简称SEEDS）项目，为家长提供切实支持，促进幼儿各方面发展。2024年由旧金山幼儿教育部资助，涵盖“发展性游戏小组”和“照护协调”，全面满足孩子和家庭的独特需求。



## 动感计划（Project Commotion）

通过寓教于乐的运动和游戏，搭建家庭与社区的桥梁，支持所有能力孩子的健康成长。“花园家庭游戏小组”（Jardín Family Playgroups）结合言语治疗师的专业指导，为0-3岁家庭打造充满希望与活力的成长花园。



## 滑溜鱼（Slippery Fish）

面向6-36个月幼儿的八周亲子课程，起止均安排与教师一对一面谈，确保每个孩子在课堂内外都能有针对性的成长。每周带回一本新书和一个新玩具，并学习实用技巧，将课堂学习延伸至家庭生活。

## Sparkler

联手国家家庭学习中心（NCFL）及旧金山多家机构，推出“有目的的游戏”（Play With Purpose）亲子项目。为期九周，帮助家长掌握早教知识，通过游戏互动促进幼儿发展。每周赠送精选书籍和玩具，辅以实用策略，陪伴孩子快乐成长。

## 旧金山公共图书馆（SFPL）

旧金山公共图书馆（San Francisco Public Library, 简称SFPL）拥有27座分馆和一座总馆，致力于为全市家庭打造丰富多彩的阅读和学习天地。从亲子瑜伽、精彩故事会，到欢快的音乐课，让每一个家庭感受到文化的温暖与乐趣。联手旧金山幼儿教育部（DEC），通过“多莉·帕顿想象力图书馆”项目，免费向家庭赠送精选童书，让孩子们的家庭图书馆焕发浓郁的想象力与知识光彩。现在就访问 <https://legacy.sfdec.org/imagination-library/>，在线注册，开启阅读旅程。

活动详情：扫描二维码，查看当地图书馆的活动

访问<https://sfpl.org/kids/educators/early-literacy-kids>了解如何培养孩子的早期读写能力

扫码查看  
SFPL活动：



旧金山拥有25个家庭资源中心 (San Francisco Family Resource Center, 简称FRC) 组成的网络在这里, 您可以找到一个充满爱与理解的社区空间, 享受免费的指导、建议和多样化资源支持。无论是育儿工作坊、亲子支持小组, 还是丰富多彩的家庭活动, FRC都助力您深入了解孩子的成长需求与育儿技巧。此外, 我们还能帮助您解决生活中的实际难题——从住房、食品到就业支持, 再到家暴和法律援助, FRC为您提供全方位的免费服务, 助您轻松应对各种挑战。让旧金山的家庭资源中心成为您坚强的后盾, 让关爱与力量与您同行。

联系方式: 扫描二维码, 获取家庭资源中心 (FRC) 详情  
查看FRC活动日历: [legacy.sfdec.org/family-resource-centers/family-event-calendar/](https://legacy.sfdec.org/family-resource-centers/family-event-calendar/)

扫码  
获取详情:



APA家庭帮助服务	唐人街	415-617-0061
API家庭资源网	全市	415-617-0061
亚裔妇女资源中心 - Gum Moon Residence Hall	唐人街	415-788-1008
Bayview YMCA家庭服务中心	Bayview-Hunters Point	415-822-9404
Chicano/Latino和Mission家庭资源系统	Excelsior, Mission	415-229-0500
Compass家庭资源中心	Tenderloin	855-234-2667
Edgewood家庭资源中心	Bayview-Hunters Point	415-375-7630
El Centro Bayview	Bayview-Hunters Point	415-431-2233
Excelsior家庭联谊会	Excelsior	415-333-3845
Glide家庭青少年儿童中心	全市、Tenderloin	415-674-6200
Good Samaritan家庭资源中心	Mission	415-401-4253
无家可归者产前计划	Mission, Potrero	415-546-6756
Joy Lok家庭资源中心	唐人街	415-391-4890
OMI家庭资源中心	Lake Merced、Oceanview、Stonestown	415-406-1370
Our Family Coalition	South of Market	415-981-1960
Portola家庭联谊会	Portola	415-715-6746
Potrero Hill家庭资源中心	Potrero	415-795-3591
Richmond亚裔家庭帮助中心	Richmond, Sunset	415-221-5783
安全启动倡议协作	唐人街、Mission、Upper Haight、Visitacion Valley、Western Addition	415-668-0494
South of Market家庭资源中心	South of Market	415-820-3508
Sunset家庭资源中心	Sunset	415-516-5966
残疾儿童家庭支持机构	Mission, South of Market	415-282-7494
Visitacion Valley Strong家庭协作组织	Visitacion Valley	415-578-9310
Western Addition家庭资源中心	Western Addition	415-202-9770
青年家庭资源中心 (Felton研究所)	Citywide, Mission	415-695-8300

## ● 金门地区中心 (GGRC)

### 金门地区中心提供评估、干预与支持服务

无论是初步评估还是持续支持，金门地区中心 (Golden Gate Regional Center, 简称GGRC) 为0-3岁儿童提供早期干预，为3岁及以上儿童提供全方位发育支持。这里汇聚言语语言治疗、物理治疗、职业治疗、专项指导、家庭培训、营养与听力支持，甚至社会工作与护理服务，助力孩子在成长道路上无忧前行。

联系方式：请发电邮至 [intake@ggrc.org](mailto:intake@ggrc.org) 或致电 415-546-9222

扫码  
获取申请表：




English      Spanish

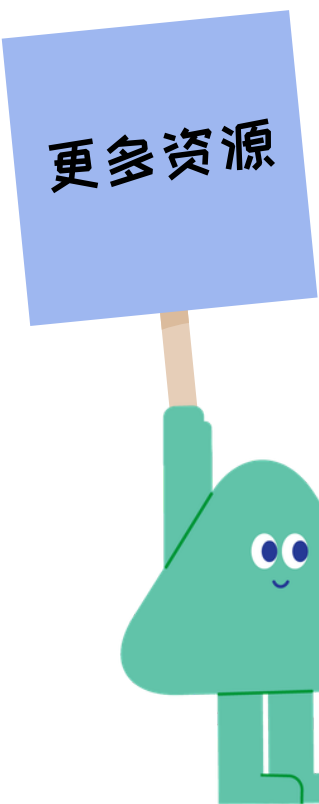
## ● 旧金山联合学区 (SFUSD)

### 旧金山联合学区 (San Francisco Unified School District, 简称SFUSD) 提供评估与干预服务

如果孩子年满3岁及以上，旧金山联合学区提供专业的评估与干预服务，助力孩子在学习与生活中发挥最大潜能。通过申请《个体化教育计划》(Individualized Education Program, 简称IEP)，孩子将获得量身定制的支持方案，涵盖言语治疗、特殊教育、融合课堂、物理和职业治疗，以及眼科、护理、听力和行为干预等多方面服务。扫描二维码填写申请表，或联系“家庭支持”(Support for Families) 项目的“集中服务点”(Centralized Access Point, 请发电邮至 [earlyconnections@supportforfamilies.org](mailto:earlyconnections@supportforfamilies.org) 或致电 415-920-5040) 获取申请协助。

联系方式：请发电邮至 [ecreferrals@sfusd.edu](mailto:ecreferrals@sfusd.edu) 或致电 415-401-2525 分机 1101

扫码  
获取详情：

### 住房援助

旧金山  
规划局  
住房资源



指南针  
家庭服务



无家可归者  
产前服务



### 心理健康

Safe & Sound  
热线



Rafiki Coalition



Felton  
全周期家庭计划



### 食品援助

免费食物  
供应点



交通  
了解旧金山的  
援助项目



公共卫生  
了解旧金山  
的资源

