



BỘ LAO ĐỘNG THƯƠNG BINH
VÀ XÃ HỘI



Public Health
Agency of Canada

Không Ai Hoàn Hảo

TRÍ TUỆ



CHƯƠNG TRÌNH LÀM CHA MẸ
VÌ SỰ PHÁT TRIỂN TOÀN DIỆN CỦA TRẺ EM VIỆT NAM

Chương trình "Làm cha mẹ vì sự phát triển toàn diện của trẻ thơ Việt Nam" - Sách dành cho cha mẹ về Trí tuệ, Ấn bản đầu tiên (thí điểm): tháng 5, 2019.

Dựa trên chương trình làm cha mẹ “KHÔNG AI HOÀN HẢO” bản quyền của Tổ chức Y Tế Công cộng Canada, do UNICEF Việt Nam thực hiện. Các điều khoản của bản quyền bao gồm:

- **MIỄN PHÍ SỬ DỤNG:** Các tài liệu của chương trình làm cha mẹ “KHÔNG AI HOÀN HẢO” phải được cung cấp miễn phí;
- **ĐÀO TẠO:** Đào tạo tập huấn cho các hướng dẫn viên để thực hiện theo Tài liệu bản quyền chỉ được thực hiện bởi các giảng viên có chứng nhận;
- **SỬA ĐỔI:** Không được phép thay đổi, chỉnh sửa hoặc dịch thuật các Tài liệu bản quyền mà không được chấp thuận trước;
- **THỰC HIỆN:** Việc thực hiện chương trình sử dụng Tài liệu bản quyền chỉ có thể được tiến hành bởi các hướng dẫn viên đã được tập huấn;
- **GIÁM SÁT:** Số liệu thu thập từ việc thực hiện Tài liệu bản quyền sẽ được chia sẻ với chủ sở hữu Bản quyền để thể hiện tầm ảnh hưởng và đảm bảo tính toàn vẹn của chương trình.

Nghiêm cấm bất cứ thay đổi điều khoản nào của Bản quyền.

© 2019, Tổ chức Y tế Công cộng Canada

TRÍ TUỆ

**Cuốn sách này nằm trong bộ sách
Không Ai Hoàn Hảo**

LỜI GIỚI THIỆU

Làm cha mẹ là hành trình mang yêu thương và sự chăm sóc cho con bạn. Làm cha mẹ không hề dễ dàng, đôi khi có thể khiến bạn nản lòng. Bên cạnh niềm vui từ việc nuôi dạy con cái, cha mẹ cũng phải đối mặt với rất nhiều vấn đề. Những khoảng thời gian khó khăn có thể mang lại cơ hội cho bạn học hỏi và trưởng thành trong vai trò là cha mẹ.

Nhờ đến sự giúp đỡ là điều bình thường bởi không ai trong chúng ta là người hoàn hảo. Không có cha mẹ hoàn hảo, con cái hoàn hảo hay người hoàn hảo. Chúng ta chỉ có thể làm tốt nhất trong khả năng của mình và bất kỳ ai cũng có thể cần sự giúp đỡ trong một lúc nào đó.

Đôi khi bạn không biết nên làm gì với hành vi của con trẻ. Bạn có thể cảm thấy khó xử với một số hành vi của trẻ, tuy nhiên những hành vi đó lại có thể hoàn toàn là những hành vi bình thường. Đó là do trẻ chưa học được hết các kỹ năng cần thiết để tương tác, hòa hợp với người khác, có được cái mà trẻ muốn và giải thích được cảm giác của trẻ.

“Không Ai Hoàn Hảo” là chương trình dành cho cha mẹ có con nhỏ và người chăm sóc

trẻ nhỏ. Các cha mẹ và người chăm sóc trẻ độ tuổi từ 0 đến 8 đều có thể tham gia chương trình. Việc tham gia chương trình làm cha mẹ được khuyến nghị nên bắt đầu càng sớm càng tốt, trước khi trẻ 3 tuổi để đạt được những kết quả tốt nhất. Bộ tài liệu của chương trình gồm ba quyển sách dành cho cha mẹ và người chăm sóc trẻ:

- **TRÍ TUỆ** cung cấp thông tin để giúp trẻ phát triển trí tuệ, cảm xúc, học tập và vui chơi
- **HÀNH VI** giúp trẻ điều chỉnh hành vi, và cung cấp các ý tưởng giúp cha mẹ và người chăm sóc xử lý một số vấn đề về hành vi với trẻ
- **SỨC KHỎE** cung cấp thông tin về phát triển, sức khỏe, bệnh tật và an toàn cho trẻ

Những cuốn sách này cũng không hoàn hảo một cách tuyệt đối. Chúng không chỉ dẫn cho bạn tất cả những gì bạn cần để làm cha làm mẹ. Tuy nhiên những cuốn sách này sẽ giúp bạn làm tốt nhất trong khả năng của mình và cảm thấy hài lòng về bản thân mình.

Ghi chú:

Những thông tin trong bộ tài liệu này dành cho những người làm cha, làm mẹ hoặc những người nam giới hay phụ nữ làm nhiệm vụ chăm sóc trẻ. Khi chúng tôi sử dụng từ “bé” có nghĩa là áp dụng cho các em bé trai và gái trong lứa tuổi từ 0-3, từ “trẻ” áp dụng cho trẻ em nói chung và lứa tuổi từ 3-8. Khi chúng tôi sử dụng từ “bạn” hoặc “cha mẹ” có nghĩa là áp dụng cho “bố” hoặc “mẹ” hoặc bất cứ người nào chăm sóc trẻ. Nếu bạn có trách nhiệm chăm sóc một đứa trẻ, bạn có vai trò làm cha mẹ hết sức quan trọng. Bạn có thể vận dụng linh hoạt các tình huống và nội dung trong tài liệu này cho phù hợp với đặc điểm của trẻ để đạt hiệu quả.

Cuốn sách **TRÍ TUỆ** này sẽ mang đến những nội dung sau:



- Trí tuệ và cảm xúc của trẻ phát triển như thế nào
- Làm sao để khuyến khích trẻ học
- Làm thế nào để giúp trẻ phát triển thông qua các hoạt động vui chơi
- Làm thế nào để tìm và chọn lựa nhiều loại đồ chơi khác nhau
- Làm thế nào để tìm kiếm được những nguồn lực và sự hỗ trợ trong cộng đồng

MỤC LỤC

Cơ thể phát triển, trí tuệ phát triển.....	2
Sự gắn bó	3
Ú oà và trốn tìm	4
Vui chơi là cách trẻ học.....	5
Tạo cho trẻ thật nhiều cơ hội để học	8
Sách, đọc và kể chuyện	9
Trẻ và “Thời gian ngồi trước màn hình”	11
Đồ chơi tự làm hoặc sẵn có.....	12
0 đến 6 tháng tuổi.....	14
Bạn có thể làm gì để bé thấy được an toàn, yên tâm, yêu thương và thấu hiểu	14
Bạn có thể làm gì giúp bé phát triển tư duy, cảm xúc, học hỏi, vui chơi	15
Những hoạt động bạn có thể làm với bé	17
Đồ chơi giúp bé vui và học	18
6 đến 12 tháng tuổi.....	20
Bạn có thể làm gì để bé thấy được an toàn, yên tâm, yêu thương và thấu hiểu	20
Bạn có thể làm gì giúp bé phát triển tư duy, cảm xúc, học hỏi, vui chơi	22
Những hoạt động bạn có thể làm cùng bé.....	24
Đồ chơi giúp bé vui và học	25

1 - 2 tuổi	26
Bạn có thể làm gì để bé thấy được an toàn, yên tâm, yêu thương và thấu hiểu	26
Bạn có thể làm gì giúp bé phát triển tư duy, cảm xúc, học hỏi, vui chơi	27
Những hoạt động bạn có thể làm cùng bé.....	30
Đồ chơi giúp bé vui và học	31
2- 3 Tuổi	32
Bạn có thể làm gì để bé thấy được an toàn, yên tâm, yêu thương và thấu hiểu	32
Bạn có thể làm gì giúp bé phát triển tư duy, cảm xúc, học hỏi, vui chơi	33
Những hoạt động bạn có thể làm với bé	36
Đồ chơi để vui và học	38
3 - 6 Tuổi	40
Bạn có thể làm gì để bé thấy được an toàn, yên tâm, yêu thương và thấu hiểu	40
Bạn có thể làm gì giúp trẻ phát triển tư duy, cảm xúc, học hỏi, vui chơi.....	42
Những hoạt động bạn có thể làm với trẻ	46
Đồ chơi giúp trẻ vui và học.....	47
6- 8 Tuổi	48
Bạn có thể làm gì để trẻ thấy được an toàn, yên tâm, yêu thương và thấu hiểu	48
Bạn có thể làm gì giúp trẻ phát triển tư duy, cảm xúc, học hỏi, vui chơi.....	50
Những hoạt động bạn có thể làm cùng trẻ	54
Đồ chơi giúp trẻ vui và học.....	56

CƠ THỂ PHÁT TRIỂN, TRÍ TUỆ PHÁT TRIỂN

Để cơ thể phát triển, trẻ cần:

- Thức ăn đa dạng bao gồm cả chất đạm và các loại rau xanh
- Nghỉ ngơi và vận động
- Một nơi an toàn để sống, học tập và vui chơi

Để não bộ phát triển, trẻ cần:

- Cảm thấy an toàn, yên tâm, được yêu thương và thấu hiểu
- Có người ở bên nói chuyện cùng, hát cho trẻ nghe và đọc cùng với trẻ
- Được nhìn và làm những điều mới lạ cùng người khác
- Có thật nhiều thời gian để chơi đùa



Trí tuệ và cơ thể của trẻ lớn lên cùng nhau.

SỰ GẮN BÓ

Sự gắn bó bền chặt giữa bé với bạn sẽ giúp bộ não bé phát triển.

Khả năng học hỏi của bé bắt đầu từ sợi dây liên hệ tình cảm sâu sắc mà bé hình thành với cha mẹ và những người chăm sóc, bắt đầu ngay từ khi ở trong bụng mẹ và khi bé mới sinh ra. Sự liên kết này được gọi là sự gắn bó.

Sự gắn bó bền chặt sẽ phát triển khi cha mẹ và người chăm sóc bé đáp lại những nhu cầu của bé một cách ấm áp, yêu thương và đáng tin cậy. Khi bé cảm thấy an toàn, bé có khả năng học hỏi tốt hơn.

Bạn có thể xây dựng sự gắn bó bền chặt với bé ngay từ khi bé mới sinh ra.

- **Hãy đến với bé ngay khi bé khóc.** Sự quan tâm của bạn sẽ không làm bé hư
- **Đỡ dành bé ngay lập tức** khi bé khó chịu, sợ hãi, hay khi bé bị ốm, đau

- **Chạm vào bé và nói chuyện với bé** một cách yêu thương bằng việc ôm bé, nói chuyện và nhẹ nhàng hát cho bé nghe
- **Chơi với bé.** Cười đùa, nói chuyện và hát cho bé nghe



Ú OÀ VÀ TRỐN TÌM

Các em bé và trẻ nhỏ đôi lúc sẽ thấy sợ hãi khi cha mẹ đi đâu đó. Bạn có thể chơi các trò chơi để dạy cho bé biết rằng kể cả khi bạn có đi đâu đó, bạn sẽ luôn quay lại với bé. Điều này sẽ giúp phát triển sự gắn bó giữa bé và bạn.

- Bạn có thể bắt đầu chơi trò **ú oà** với bé từ khi bé chỉ mới 4 hoặc 5 tháng tuổi. Ngồi đối mặt với bé sao cho mặt bạn ở gần bé. Khi bé nhìn vào bạn, hãy lấy tay hoặc quần áo che mặt sau đó nói “Ba/mẹ ở đâu nhỉ?”
- Khi bé bắt đầu lấy tay hoặc chân gạt tay bạn ra, hãy nói nhẹ nhàng “Ú oà”. Hãy cười với bé. Đợi đến khi bé cười lại với bạn rồi lại trốn tiếp
- Trong trò chơi **trốn tìm**, lần lượt thay phiên trốn hoặc tìm với bé. Thi thoảng bé sẽ trốn ở nơi bạn có thể nhìn thấy, hãy giả vờ là bạn không nhìn thấy bé và nói, “Con đang ở đâu đấy?” Bé sẽ cảm thấy phấn khích. Hãy đi tìm một vài chỗ trước khi bạn nói, “Tìm được con rồi nhé!” Sau đó bạn đi trốn và đợi cho đến khi bé tìm thấy bạn



VUI CHƠI LÀ CÁCH ĐỂ TRẺ HỌC

- **Trẻ học khi chúng chơi.** Khi chơi, trẻ sẽ học cách làm những điều mới và học cách làm quen, hoà hợp với những người khác
- **Trẻ cần khám phá.** Hãy để cho trẻ tự mình thử làm điều gì đó. Khi đó, trẻ sẽ học được nhiều hơn so với khi người lớn làm những điều này cho trẻ
- **Hãy cho trẻ những trải nghiệm mới và những đồ vật khác nhau để chơi cùng**
- **Giới hạn thời gian ngồi trước màn hình.** Trẻ học được nhiều nhất khi chơi một cách chủ động với những người khác hoặc với các đồ vật. Trẻ sẽ không học được nhiều khi xem ti vi, sử dụng



máy tính, chơi với điện thoại và chơi trò chơi điện tử. Do vậy, bạn không nên cho **trẻ dưới 2** tuổi xem ti vi hoặc ngồi trước màn hình các thiết bị điện tử

Vui chơi là cách để trẻ học. Con của bạn cần được vui chơi ngay từ khi mới sinh ra.

CHIẾC TÚI KHÁM PHÁ

Bạn có thể chơi trò chơi “thử đoán đồ vật” với bé bằng cách sử dụng một chiếc túi và một vài vật dụng bạn có thể tìm thấy quanh nhà. Mỗi lần chơi bạn hãy bảo bé nhắm mắt lại hoặc lấy khăn che mắt bé lại. Lúc này bé sẽ phải sử dụng đến tai, mũi hoặc các ngón tay để đoán đồ vật mà bạn đã cho vào túi là gì. Bạn và bé hãy lần lượt đổi vị trí cho nhau để cùng chơi trò đoán đồ vật này



- **Lắng nghe** - Bỏ những thứ có thể gây ra tiếng động vào túi. Ví dụ, chùm chìa khoá kêu leng keng, giấy bạn có thể cất vụn hoặc một chiếc bút bạn có thể bấm kêu lách cách. Lấy từng đồ vật ra khỏi túi và làm tiếng động. Liệu bé có đoán được đồ vật gì đã gây ra tiếng động đó?
- **Ngửi** - Thu thập một số chai nhỏ, bỏ thứ gì có mùi khá mạnh vào trong từng chai. Ví dụ như chuối, dấm, hành tây, hành củ, tỏi, gừng. Cho những cái chai này vào túi rồi yêu cầu trẻ lấy từng cái chai ra, ngửi mùi mà không được nhìn. Liệu trẻ có đoán được đó là mùi của thứ gì không?
- **Sờ** - Cho một số thứ có bề mặt bên ngoài có cảm nhận khác nhau vào túi, chẳng hạn như: miếng bọt biển, tờ báo, và khăn giấy. Kể tên một vật ở trong túi và yêu cầu trẻ lấy vật đó từ trong túi ra mà không được nhìn. Gọi tên từng loại kết cấu bề ngoài: dậm dậm, mềm mại, nhám, rít. Liệu trẻ có thể tìm được đồ vật gì có bề mặt nhẵn ở trong túi không?

TẠO CHO TRẺ THẬT NHIỀU CƠ HỘI ĐỂ HỌC

Bạn có thể giúp phát triển não của trẻ bằng cách nói chuyện với trẻ. Hãy nói chuyện với em bé của bạn ngay từ khi bé mới chào đời.

- Nói cho bé biết bạn đang làm gì và bé đang làm gì.
- Miêu tả những thứ bé nhìn thấy và nghe thấy xung quanh mình
- Khi bé bắt đầu nói, hãy lắng nghe những gì bé nói
- Khuyến khích bé nói về những thứ đang xảy ra với mình



Đọc hoặc kể chuyện mỗi ngày:

- Bạn có thể xem các sách tranh ảnh với trẻ và nói cho trẻ nghe về những hình ảnh trong trang sách
- Trẻ có thể học về những thứ có trong sách mà trẻ chưa nhìn thấy ở ngoài đời
- Kể cho trẻ nghe về những việc mà bạn đã làm trong ngày
- Chia sẻ các câu chuyện, bài hát và giai điệu cho trẻ. Kể cho trẻ nghe những câu chuyện về văn hoá, niềm tin, truyền thống và giá trị sống của bạn và cộng đồng
- Cho trẻ nhiều loại đồ vật để chơi cùng. Đồ chơi cho trẻ không cần phải là đồ chơi đắt tiền. Ở quanh nhà bạn có rất nhiều thứ thú vị để trẻ chơi cùng. Ví dụ như chai lọ nhựa rỗng, cốc và bát bằng nhựa, hộp rỗng bằng bìa các tông



- Cho trẻ chơi ngoài trời. Ở ngoài trời trẻ có thể làm những thứ mà trẻ không thể làm được trong nhà. Dạy cho trẻ nghe các âm thanh như tiếng gió, tiếng lá cây xào xạc, tiếng chó sủa, tiếng gà gáy, tiếng mèo kêu, tiếng sóng biển...

**Não của trẻ đang phát triển.
Bạn có thể giúp trẻ bằng cách nói chuyện, chơi cùng,
và đọc cho trẻ nghe.**

SÁCH, ĐỌC VÀ KỂ CHUYỆN

Trẻ cần có sách để nhìn vào, để chạm vào và để trẻ có thể kể và nói chuyện với bạn về chúng. Sách sẽ giúp trẻ học những từ mới, những ý tưởng mới, và giúp trẻ học đọc

- **Hãy đọc cho trẻ nghe hàng ngày**
- **Bạn không cần sách để kể chuyện.** Bạn có thể kể về những câu chuyện truyền miệng, những câu chuyện được kể từ người này sang người khác, được truyền lại từ thế hệ trước sang thế hệ sau



- **Kể những câu chuyện về những điều quan trọng với bạn.** Đó có thể là những câu chuyện dân gian, cũng có thể là những câu chuyện về tổ tiên, truyền thống, cộng đồng của bạn, hoặc về niềm tin và giá trị sống của bạn
- **Hãy kể chuyện cho trẻ bằng ngôn ngữ mẹ đẻ của bạn.** Điều này sẽ tạo cho trẻ cảm giác tự hào về di sản văn hoá và cảm giác gắn bó với cộng đồng

Việc đọc không nên chỉ giới hạn ở việc đọc sách. Hãy chỉ cho bé thấy chữ ở những chỗ khác ngoài sách mà bé có thể thấy, ví dụ như chữ trên các biển hiệu của cửa hàng, trên nhãn mác thức ăn. Chữ có ở khắp nơi!



TRẺ VÀ “THỜI GIAN NGỒI TRƯỚC MÀN HÌNH”

Thời gian ngồi trước màn hình bao gồm các hoạt động liên quan đến tivi, máy tính, điện thoại di động, trò chơi điện tử, sử dụng Internet, xem băng đĩa và video. Nếu bạn cho trẻ xem tivi, sử dụng máy tính hoặc chơi trò chơi điện tử thì có thể có những tác hại sau:

- **Trẻ có thể dành quá nhiều thời gian ngồi trước màn hình.** Bạn cần hạn chế thời gian ngồi trước màn hình của trẻ. Không khuyến khích cho trẻ dưới 2 tuổi xem tivi. Ngồi trước màn hình có thể làm giảm sự chú ý của trẻ đối với các hoạt động vui chơi và học tích cực khác. Ngoài ra, dành quá nhiều thời gian ngồi trước màn hình có thể khiến trẻ dễ bị mắc bệnh béo phì, giảm vận động, và kích thích ăn uống không lành mạnh
- **Trẻ có thể nhìn thấy các hình ảnh bạo lực và nghe thấy các từ ngữ không tốt**
- **Thời gian ngồi trước màn hình có thể gây ảnh hưởng đến giờ đi ngủ, giờ ăn và các hoạt động gia đình khác.** Hãy giúp trẻ tránh “thói quen dùng tivi hoặc máy tính.” Hãy đưa ra quy định trong gia đình như không xem tivi trong bữa ăn, hoặc không xem tivi trước khi đi ngủ
- **Cha mẹ hoặc người chăm sóc có thể sử dụng tivi hoặc máy tính quá nhiều.** Bạn cần phải nêu gương cho trẻ bằng việc hạn chế thời gian bạn ngồi trước màn hình



ĐỒ CHƠI TỰ LÀM HOẶC SẴN CÓ

Vật dụng trong bếp

- Thìa, nồi, bát nhựa
- Khăn lau bát, cốc đo thể tích bằng nhựa

Lõi giấy vệ sinh

- Dùng làm con rối tay
- Dùng làm ống nhòm

Các hộp rỗng

- Các hộp thức ăn để chơi đồ hàng
- Các hộp nhỏ để xếp chồng lên nhau
- Các hộp to để chơi làm nhà, làm ô tô, xe buýt, tàu hỏa hoặc thuyền

Các chai lọ hoặc hộp rỗng bằng nhựa

- Tạo thành các tháp để xếp hình
- Đập vào nhau để tạo nên âm thanh
- Chơi với cát và nước
- Để phân loại, xếp chồng lên nhau hoặc để chứa đồ

Quần áo cũ

- Áo khoác và mũ để làm trang phục, chơi trò chơi đóng vai/đóng kịch
- Tất để làm con rối



**Bất cứ đồ chơi nào của bé đều phải mang tính an toàn và vui vẻ.
Bạn có thể “tìm thấy” nhiều đồ chơi cho bé
trong chính ngôi nhà của bạn**

0 ĐẾN 6 THÁNG TUỔI

BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ ĐỂ BÉ THẤY ĐƯỢC AN TOÀN, YÊN TÂM, YÊU THƯƠNG VÀ THẤU HIỂU

Để cảm thấy an toàn, yên tâm, được yêu thương và thấu hiểu, bé cần:

- Tình yêu
- Thức ăn
- Cơ thể sạch sẽ, quần áo và môi trường sạch sẽ
- Giờ giấc sinh hoạt đều đặn
- Những người thân quen
- Được trò chuyện cùng
- Được vui chơi cùng
- Được hát cho nghe

Bạn có thể giúp bé bằng cách:

- Hãy chơi với bé
- Cho bé xem đồ chơi
- Để bé ở nơi bé có thể nhìn thấy bạn
- Giữ bé ở gần và ôm bé
- Nhẹ nhàng với bé
- Cho bé bú khi bé đói
- Đỗ dành bé khi bé khóc
- Nói chuyện và hát cho bé nghe
- Cười lại với bé khi bé cười



BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN TƯ DUY, CẢM XÚC, HỌC HỎI, VUI CHƠI

Bé đang học về cơ thể của mình

Bé sẽ dùng **tay mình**:

- Để đập các thứ
- Để vớ các thứ
- Để nắm các thứ
- Để cho các thứ vào miệng

Bé sẽ dùng đến **đôi mắt**:

- Để nhìn lên trên, nhìn sang hai bên, để nhìn vào các khuôn mặt

Bé sẽ dùng đến **đôi tai**:

- Để lắng nghe các giọng nói, âm nhạc và âm thanh

Bé sẽ dùng đến **chân mình**:

- Để đập
- Để lật người

Bé đang học về người khác

Bé của bạn đang học:

- Để biết và yêu quý những người chăm sóc bé
- Để tin tưởng rằng khi bé cần gì đó và khóc, sẽ có người giúp bé

0 ĐẾN 6 THÁNG TUỔI

BẠN CÓ THỂ GIÚP BÉ SUY NGHĨ, CẢM NHẬN, HỌC HỎI VÀ VUI CHƠI

Giúp bé **vận động**

- Đi lại xung quanh với bé
- Giữ đồ chơi để bé đập, vớ tới và nắm lấy

Cho bé **cảm nhận thật nhiều**

- Xoa bóp, vỗ về và vuốt ve bé
- Dụi vào tay bé những vật sờ vào có cảm giác khác nhau như chần, khăn tắm, hoặc một mảnh vải

Cho bé thật nhiều cơ hội **được nhìn và lắng nghe**

- Bé sẽ thích những màu sắc sáng, hoa văn, hoạ tiết trắng đen và những gương mặt cười
- Đọc hoặc kể chuyện cho bé nghe. Bé thích âm thanh của những giọng nói vui vẻ

Đáp lại **nhu cầu của bé**

- Đến bên bé khi bé cần bạn
- Chơi với bé, nói chuyện với bé và ôm ấp nâng niu bé

NHỮNG HOẠT ĐỘNG BẠN CÓ THỂ LÀM VỚI BÉ

- **Nói chuyện thường xuyên với bé.** Lắng nghe những âm thanh mà bé tạo ra và quan sát phản ứng của bé với giọng nói của bạn
- **Hát cho bé nghe, hát ru cho bé ngủ.** Thủ thỉ và tạo ra những âm thanh vui nhộn
- **Đọc cho bé nghe.** Mặc dù bé chưa hiểu được các chữ, thời gian đọc cho bé nghe sẽ là thời gian tuyệt vời để nói chuyện, cười đùa, ôm ấp và gắn bó với bé
- **Ôm ấp, vỗ về và thể hiện sự yêu thương với bé.** Bé sẽ cảm thấy yên tâm hơn khi được ôm trong vòng tay của người lớn và được vỗ về khi bé có vấn đề.
- Chơi trò ú oà, rối bằng tay/ngón tay và các trò chơi trẻ em khác
- Bé đang học bằng cách bắt chước bạn. Hãy mỉm cười. Lè lưỡi ra, phồng má lên. Hãy cho bé thời gian để bắt chước bạn
- Mang bé theo cùng bạn khi bạn làm các việc vặt hoặc đi ra ngoài



0 ĐẾN 6 THÁNG TUỔI

ĐỒ CHƠI GIÚP BÉ VUI VÀ HỌC

Những thứ để nhìn:

- Đồ vật di động có màu sắc sặc sỡ và không có góc cạnh sắc nhọn
- Tranh ảnh và truyện tranh
- Đồ chơi
- Khuôn mặt vui vẻ của bạn

Những thứ để lắng nghe:

- Âm nhạc
- Giọng nói
- Xúc xắc

Những thứ để cảm nhận:

- Các đồ chơi dẻo/mềm
- Những thứ có kết cấu bề mặt khác nhau như mềm mượt, trơn nhẵn hoặc nhám nhám

Những thứ để đập hoặc lắc:

- Các đồ chơi treo lên để bé đập, vớ tới, nắm lấy hoặc để đá
- Các lọ bằng nhựa có nắp (cho đồ vật vào để tạo ra tiếng kêu mới)
- Xúc xắc

Những thứ để cầm hoặc cắn:

- Cốc nhựa
- Thìa gỗ



Vui chơi là cách bé học về thế giới.
Đồ chơi tốt nhất với bé là khuôn mặt, nụ cười,
tay và cơ thể của bạn

6 ĐẾN 12 THÁNG TUỔI

BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ ĐỂ BÉ THẤY ĐƯỢC AN TOÀN, YÊN TÂM, YÊU THƯƠNG VÀ THẤU HIỂU

Để cảm thấy an toàn, yên tâm, được yêu thương và thấu hiểu, bé cần:

- Tình yêu
- Thức ăn
- Cơ thể sạch sẽ, quần áo và môi trường sạch sẽ
- Những người thân quen
- Giờ giấc sinh hoạt đều đặn
- Được trò chuyện cùng
- Được vui chơi cùng
- Được hát cho nghe
- Được bế ẵm

Bạn có thể giúp bé bằng cách:

- Hôn, ôm bé và dụi đầu vào bé
- Cố gắng nhìn mọi thứ từ góc nhìn của bé
- Kiên nhẫn
- Thường xuyên nói chuyện với bé. Bé đang bắt đầu nhận biết những từ đơn giản
- Biến ngôi nhà bạn thành nơi an toàn để bé có thể tự do khám phá mà không bị đau



BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN TƯ DUY, CẢM XÚC, HỌC HỎI, VUI CHƠI

BÉ HOẠT ĐỘNG VÀ THỂ HIỆN CẢM XÚC NHIỀU HƠN

Bé di chuyển xung quanh

- Bé lật người và bò xung quanh
- Bé ngồi, đứng và khám phá

Bé tạo ra các tiếng động

- Bé cười khúc khích
- Bé bập bẹ các từ

Bé bắt đầu hiểu những từ bé thường xuyên nghe thấy

- Tên của bé
- Những từ như mẹ, ba

Bé đang học cách sử dụng đôi tay của mình

- Để vớ và nắm
- Để lắc, đập và chọc chọc
- Vứt xuống đất và nhặt đồ lên
- Đẩy, kéo và ném

Bé thể hiện tốt hơn cho bạn biết về cảm nhận của bé

- Bé đang vui hay buồn
- Nhận ra là bạn không ở bên cạnh và nhớ bạn khi bạn đi vắng

BẠN CÓ THỂ GIÚP BÉ TƯ DUY, CẢM NHẬN, HỌC HỎI VÀ VUI CHƠI

Cho bé thật nhiều cơ hội để di chuyển xung quanh và khám phá

- Hãy quan sát thật kỹ để đảm bảo bé được an toàn
- Chơi trò chơi với bé. Bé có thể muốn chơi các trò chơi này lặp lại nhiều lần

Cho bé thật nhiều thứ để nhìn

- Nhiều người, nhiều địa điểm và nhiều đồ vật
- Những em bé khác
- Bé ở trong gương
- Ảnh của những người bé biết

Cho bé thật nhiều thứ để lắng nghe

- Nói chuyện với bé và lắng nghe khi bé cố gắng nói với bạn
- Hát, ngân nga và nói các bài về trẻ thơ
- Nghe nhạc hoặc nghe đài
- Đọc cho bé nghe

Cho bé nhiều trải nghiệm mới

- Đưa bé theo khi bạn đi ra ngoài, ví dụ như đi thăm bạn bè hoặc đi làm các việc vặt

Tôn trọng cảm xúc của bé

- Giúp bé biết rằng khi bạn đi đâu đó, bé có thể tin tưởng rằng bạn sẽ quay lại



6 ĐẾN 12 THÁNG TUỔI

NHỮNG HOẠT ĐỘNG BẠN CÓ THỂ LÀM CÙNG BÉ

Các bài hát và bài vẽ

- Những bài hát, bài vẽ, bài thơ phổ biến như là: “Chi chi chành chành, cái đàn thối lửa, con ngựa đứt cương, ba vương ngũ đế, bắt đẽ đi tìm, ù à ù ập”. Hãy dùng các bài vẽ, bài hát trẻ thơ theo truyền thống và văn hóa của bạn
- Bạn có thể tham khảo về những bài vẽ và bài hát cho bé từ ông bà, những người lớn tuổi, hoặc già làng, trưởng bản
- Khi bạn hát hoặc đọc bài vẽ cho bé, bạn có thể:
 - Xoa bóp cho bé
 - Vẽ các chữ cái lên bụng của bé
 - Lắc xúc xắc

Các trò chơi trốn tìm

- Trò chơi Ú òa: Đặt tay lên trước mặt bạn, sau đó thả xuống thật nhanh và nói “Ú òa” bằng giọng nói thân thiện
- Trò chơi “Nó đâu rồi nhỉ?": Khi bé đánh rơi một thứ gì đó, hãy hỏi bé là “Nó đâu rồi nhỉ?” Hãy nhặt lên, cho bé xem và nói, “A đây rồi!” Bé thích lặp lại trò chơi này nhiều lần

Nói chuyện sách

- Hãy tìm một số quyển sách mà bé thích. Ví dụ như là sách tranh, an-bum ảnh hoặc bất cứ quyển sách nào có tranh ảnh
- Kể chuyện dựa trên các bức tranh/ảnh mà bạn và bé đang nhìn vào

ĐỒ CHƠI GIÚP BÉ VUI VÀ HỌC

Các đồ vật thông dụng trong nhà để chơi cùng:

- Xoong chảo để gây ra tiếng động
- Chai nhựa rỗng và sạch để lắc những thứ bên trong
- Thìa gỗ để gặm
- Ghế nhỏ/ghế đầu để đẩy

Những đồ chơi mềm/dẻo để siết chặt và ôm:

- Các hình khối mềm
- Quả bóng mềm
- Các đồ chơi nhồi bông



Đồ chơi để thử nghiệm:

- Xoong nồi để tạo tiếng vang
- Đồ chơi khi bóp vào tạo được tiếng kêu
- Bóng để lăn đi và đuổi theo
- Các hình khối để xếp và phá đi xếp lại

1 - 2 TUỔI

BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ ĐỂ BÉ THẤY ĐƯỢC AN TOÀN, YÊN TÂM, YÊU THƯƠNG VÀ THẤU HIỂU

Để có cảm giác được an toàn, yên tâm, yêu thương và thấu hiểu, bé cần:

- Tình yêu
- Rất nhiều sự kiên nhẫn
- Những người thân quen
- Sự khuyến khích và khen ngợi khi bé cố gắng thử tự làm gì đó một mình.
- Những nơi an toàn để chơi và khám phá
- Được nói chuyện, được lắng nghe khi bé học nói

Bạn có thể giúp bé bằng cách:

- Cố gắng hiểu bé. Bé đang học thông qua làm. Không có gì “tốt” hoặc “tệ” cả
- Cố gắng khiến mọi thứ trở nên vui vẻ. “Mình hãy cùng nhặt những đồ chơi kia lên cùng nhau đi con,” sẽ có hiệu quả hơn, “Nhặt những đồ chơi kia lên!”
- Đưa ra các lựa chọn dễ dàng. Những lựa chọn như “Con muốn ăn cơm hay cháo trước” sẽ hiệu quả bởi không phải dùng đến câu trả lời “không”. Như vậy cho dù con bạn có trả lời như thế nào cũng ổn cả
- Hãy nói chuyện với bé. Lắng nghe khi bé nói chuyện với bạn. Giúp bé học cách sử dụng từ ngữ

BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN TƯ DUY, CẢM XÚC, HỌC HỎI, VUI CHƠI

Bé đang học những kỹ năng về thể chất

- Đi bộ, chạy
- Cầm những vật nhỏ
- Giở trang sách

Bé đang học nói

- Để nói tên của chính mình
- Để hiểu từ ngữ và những hướng dẫn đơn giản
- Để gọi tên các đồ vật quen thuộc và các bộ phận cơ thể
- Để gọi tên những người thân thuộc

Bé bắt đầu tự làm các thứ một mình

- Mặc quần áo
- Ăn
- Chọn lựa (cho những thứ dễ)

Bé bắt đầu thể hiện sự thất vọng và tức giận

- La hét
- Ăn vạ
- Nói “không”

1 - 2 TUỔI

BẠN CÓ THỂ GIÚP BÉ BẰNG CÁCH

Cho bé những địa điểm an toàn để chơi và khám phá

- Bé sẽ thích thú được chơi trong nhà và ngoài trời

Nói chuyện với bé

- Vừa làm vừa nói với bé
- Kể cho bé nghe những câu chuyện về những gì bạn đã làm trong ngày. Bé cũng sẽ thích những câu chuyện chuyển thể từ văn hóa, lịch sử và truyền thống của bạn
- Gọi tên các đồ vật, đồ chơi, bộ phận cơ thể của bé
- Hát những bài hát và nói những bài vè/ bài thơ cho trẻ nhỏ

- Sử dụng những từ ngữ gọi tên các cảm giác như vui vẻ, buồn phiền, tức giận hay lo sợ

Đọc cho bé nghe

- Xem và kể cho bé nghe tất cả các loại sách tranh.
- Bế và ôm ấp bé khi đọc
- Để cho bé chỉ vào các thứ trong sách và đặt câu hỏi

Giúp bé học những thứ mới mẻ

- Hãy là một người biết lắng nghe
- Sử dụng từ ngữ gọi tên cảm xúc

- Đừng làm hộ bé. Bé sẽ học thông qua việc bé làm. Hãy để con thử tự mình làm các thứ
- Quan sát, khen ngợi và khuyến khích. Luôn giữ cho bé được an toàn.

Hãy kiên nhẫn và nhất quán

- Đừng đánh bé, điều đó chỉ dạy cho bé biết sợ



1 - 2 TUỔI

NHỮNG HOẠT ĐỘNG BẠN CÓ THỂ LÀM CÙNG BÉ

- **Đọc và kể chuyện.** Xem và đọc tất cả các loại sách tranh cho bé. Kể cho bé nghe những câu chuyện về những gì bạn đã làm trong ngày. Bé cũng sẽ thích thú nghe những chuyện được chuyển thể từ văn hóa, lịch sử và truyền thống của quê hương bạn
- **Làm cho thế giới của bé trở nên rộng lớn hơn.** Hãy tìm ra các cách để bạn và bé có thể chơi và dành thời gian với nhau trong nhà hoặc ngoài trời
- **Dạy bé về sự thay phiên và chờ đến lượt với bạn và với những đứa trẻ khác.** Điều này sẽ giúp bé học về sự chia sẻ
- **Chơi ngoài trời.** Bé sẽ thích thú được chơi ngoài trời trong bất cứ thời tiết nào



ĐỒ CHƠI GIÚP BÉ VUI VÀ HỌC

Đồ chơi vận động:

- Đồ chơi để lái
- Đồ chơi để kéo và đẩy
- Nơi để leo trèo
- Các thứ để ném và bắt

Đồ chơi sắp xếp và ghép hình:

- Cốc hoặc hộp để lồng hoặc xếp
- Tháp xếp chồng
- Hộp để phân loại gạch xếp hình

Đồ chơi tạo âm thanh:

- Những thứ để đập, lắc, và tạo âm nhạc như trống, trống lắc tay, xúc xắc, chuông

Đồ chơi để chơi lộn xộn:

- Hộp để làm đầy hoặc đổ nước và cát
- Xô và xẻng
- Bút sáp màu hoặc sơn
- Đất nặn

Đồ chơi để bắt chước người lớn:

- Dụng cụ bếp như xoong, chảo, thìa gỗ
- Quần áo để hóa trang
- Búp bê và thú nhồi bông
- Điện thoại đồ chơi

2- 3 TUỔI

BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ ĐỂ BÉ THẤY ĐƯỢC AN TOÀN, YÊN TÂM, YÊU THƯƠNG VÀ THẤU HIỂU

Để cảm thấy an toàn, yên tâm, được yêu thương và thấu hiểu, bé cần:

- Tình yêu
- Khuyến khích, khen ngợi và chú ý
- An ủi khi sợ hãi
- Sự bình tĩnh, kiên nhẫn và nhất quán đặc biệt khi bé ăn vạ
- Một số quy định và giới hạn đơn giản để bé tuân theo
- Cơ hội để làm những việc giúp đỡ người lớn

Bạn có thể giúp bé:

- Cố gắng hiểu cảm xúc của bé. Đây là độ tuổi trẻ có thể có rất nhiều nỗi lo sợ. Đừng nổi giận hoặc trêu chọc bé



2- 3 TUỔI

BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ GIÚP BÉ PHÁT TRIỂN TƯ DUY, CẢM XÚC, HỌC HỎI, VUI CHƠI

Bé đang học để có thể làm các việc cho chính mình

- Đưa ra lựa chọn đơn giản
- Mặc và cởi quần áo. Để bé chọn giữa hai bộ trang phục
- Tự mình ăn, chọn ăn gì và ăn bao nhiêu

Bé đang học thêm về những gì cơ thể mình có thể làm

- Bật nhảy và nhảy chân sáo
- Ném, lăn và nảy bóng
- Đẩy dọc theo xe ba bánh

Bé đang học thêm về sử dụng bàn tay của mình

- Xây các tháp bằng gạch xếp hình
- Vẽ các đường và vẽ các hình thù nguệch ngoạc
- Cắt giấy bằng kéo an toàn
- Hoàn thành các miếng ghép hình dễ

Bé đang học rất nhiều các từ và ý tưởng mới

BẠN CÓ THỂ GIÚP BÉ BẰNG CÁCH:

Khuyến khích bé khi bé học cái gì mới

- Giúp bé mỗi khi bé cần
- Lắng nghe khi bé nói với bạn

Hãy cho bé nghe từ ngữ

- Nói chuyện, hát, đọc và kể chuyện
- Nói về những gì bạn thấy ở bên ngoài
- Gọi tên những gì bạn sử dụng khi làm việc hoặc nấu nướng

Chơi với bé

- Chơi các trò đuổi bắt
- Đưa bé đi dạo, đi đến cửa hàng hoặc thăm hỏi bạn bè
- Vẽ và tô màu cùng nhau

Cho bé không gian để chơi gần quanh bạn

- Bé cần được nhìn thấy bạn. Bạn cũng cần để mắt đến bé để giữ bé an toàn.



Giúp bé tương tác, hòa hợp với mọi người

- Đừng vội kỳ vọng bé luôn biết chia sẻ, chơi công bằng hay biết hợp tác vào độ này. Những điều này bé sẽ làm được khi bé lớn hơn một chút nữa
- Ghi nhận mỗi khi bé tương tác tốt với mọi người và khen ngợi về điều này
- Giúp bé bắt đầu học về sự thay phiên và chờ đến lượt, trao đổi đồ chơi và xin phép để có cái gì đó

Tôn trọng cảm giác của bé

- Hỗ trợ bé mỗi khi bé e ngại hay xấu hổ.
- Cố gắng hiểu và chấp nhận các cảm giác của bé, ngay cả khi bé tức giận hay buồn bã
- Giúp bé hiểu cảm giác của những người khác. Nói về những cảm giác của mọi người trong sách và trong truyện. Nói về các nét biểu đạt của khuôn mặt. Ví dụ, “Bạn gái kia trông vui vẻ nhỉ?” “Có phải người kia trông buồn không?”

2- 3 TUỔI

NHỮNG HOẠT ĐỘNG BẠN CÓ THỂ LÀM VỚI BÉ



Những bài hát và bài thơ/bài vè

- Bé sẽ thích thú với những bài thơ/bài vè, truyện kể và các bài hát dành cho trẻ thơ từ văn hóa của bạn. Ông bà, người lớn tuổi và người đứng đầu ở cộng đồng có thể biết rất nhiều những bài thơ và bài hát như thế
- Sau khi bé nghe các bài thơ/bài vè vài lần, bạn có thể thử để lại từ cuối cùng của mỗi dòng để cho bé tự điền vào
- Thông qua các bài hát, bé có thể hiểu hơn về số đếm, biết lắng nghe, chờ đến lượt, trò chuyện trong khi vui chơi

- **Sách:** Nói với bé về những hình ảnh khuôn mặt mà bạn thấy trong các cuốn sách và tạp chí. Họ đang thể hiện cảm xúc gì? Vui vẻ hay buồn bã? Lo lắng hay tức giận? Dùng cách này để khuyến khích bé gọi tên và nói về các cảm giác
- **Trò chơi Cửa hàng “Tôi thấy”:** Cho trẻ đi cùng bạn mỗi khi bạn làm việc vặt hoặc đi mua thực phẩm. Tạo ra một trò chơi bằng cách đặt câu hỏi cho bé khi bạn mua đồ tại cửa hàng. Ví dụ: “Tôi đang thấy thứ gì đó màu đỏ và tròn.” Để cho bé đoán thứ mà bạn đã nhìn thấy



2- 3 TUỔI

ĐỒ CHƠI ĐỂ VUI VÀ HỌC

Đồ chơi vận động:

- Xe đạp ba bánh
- Cầu trượt
- Đu quay

Đồ chơi để chơi đùa:

- Cát hoặc nước cùng với xẻng, xô/chậu và thìa
- Thổi bong bóng

Đồ chơi để chơi yên lặng:

- Hình khối để xếp
- Đồ chơi xếp chồng
- Ô tô nhỏ, con vật và các hình người
- Hộp và túi giấy để phân chia sắp xếp đồ và mang đi xung quanh

Đồ chơi đóng vai:

- Quần áo cũ để hóa trang
- Chổi
- Bát đĩa đồ chơi
- Búp bê, thú nhồi bông

Sách:

- Sách tranh
- Sách chữ



3- 6 TUỔI

BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ ĐỂ BÉ THẤY ĐƯỢC AN TOÀN, YÊN TÂM, YÊU THƯƠNG VÀ THẤU HIỂU

ĐỂ CẢM THẤY AN TOÀN, YÊN TÂM, ĐƯỢC YÊU THƯƠNG VÀ THẤU HIỂU, TRẺ CẦN:

- Tình yêu và sự tán đồng từ người lớn
- Khuyến khích và khen ngợi
- Được đối xử bình tĩnh, công bằng, nhất quán
- Các quy định và giới hạn hợp lý
- Được an ủi, làm cho yên tâm mỗi khi sợ hãi hoặc lo lắng
- Những câu trả lời đáng tin cậy cho các câu hỏi
- Cơ hội được độc lập và đưa ra một số lựa chọn
- Những nơi an toàn để chơi
- Người lớn và trẻ em để chơi cùng

BẠN CÓ THỂ GIÚP TRẺ BẰNG CÁCH:

- **Đưa ra rất nhiều những lời khuyến khích, khen ngợi và tán đồng.** Lắng nghe khi trẻ nói chuyện với bạn
- **Cố gắng không đặt ra quá nhiều giới hạn hay quá nhiều quy định.** Giải thích các quy định thật rõ ràng và tuân thủ chúng một khi đã đưa ra
- **Tôn trọng cảm giác của trẻ.** Trẻ sẽ học cách cư xử tốt đẹp nếu bạn đối tốt với trẻ. Đừng trêu đùa trên nỗi sợ hãi hay lo lắng của trẻ
- **Cho trẻ nhiều sự lựa chọn và cơ hội để tự làm các việc cho chính mình**
- **Giúp trẻ học cách nhận biết những điều đúng đắn.** Trẻ muốn làm những điều đúng đắn nhưng không phải lúc nào trẻ cũng biết đâu là việc đúng. Hãy nói cho trẻ biết cái gì là đúng và tại sao lại như thế



3- 6 TUỔI

BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ GIÚP TRẺ PHÁT TRIỂN TƯ DUY, CẢM XÚC, HỌC HỎI, VUI CHƠI

Ở độ tuổi này, trẻ đang học để hiểu cảm giác của chính mình. Trẻ cũng biết và quan tâm đến cảm xúc của những người khác.

Trẻ học cách sử dụng từ ngữ

- Để giải thích ý của mình
- Để có được thứ mà mình muốn
- Để trả lời các câu hỏi
- Để sáng tạo các câu chuyện và trò chơi
- Để đếm
- Để lặp lại các bài vè, bài thơ, bài hát

Trẻ đang học cách nhận biết cảm xúc của người khác và mong muốn sự công bằng

Trẻ đang học cách yêu thương người khác và quan tâm đến việc được yêu thương ngược lại

Trẻ đang học cách tự mình làm nhiều thứ

- Tự rửa mặt
- Tự mặc quần, áo và đi giày, dép
- Tự lấy nước uống

Trẻ đang học để hiểu hơn về cơ thể của mình và những gì cơ thể trẻ có thể làm được

- Chạy nhanh hơn
- Trèo cao hơn
- Giữ thăng bằng, nhảy chân sáo, mang vác đồ đạc

Trẻ đang học cách sử dụng trí tưởng tượng của mình

- Để sáng tạo ra những người bạn tưởng tượng
- Để nghĩ ra các câu chuyện
- Để chơi trò giả vờ/tưởng tượng



3- 6 TUỔI

BẠN CÓ THỂ GIÚP TRẺ BẰNG CÁCH

Đọc cho trẻ nghe

Hát những bài hát, đọc những bài thơ/bài về trẻ thơ, và kể chuyện

Nói chuyện với trẻ

- Lắng nghe những gì trẻ nói và trả lời các câu hỏi của trẻ
- Sử dụng các từ ngữ mới
- Giải thích về cách mọi thứ hoạt động

Mở rộng thế giới của trẻ, càng nhiều càng tốt. Đưa trẻ đến các cửa hàng, sân chơi, thăm hỏi bạn bè, người thân, và đi dạo.

Mang đến cho trẻ nhiều cơ hội chơi các thể loại khác nhau

- Các trò chơi vận động
- Chơi với những trẻ khác
- Các trò chơi tĩnh lặng
- Đọc, xem sách
- Vẽ, sơn, tô màu
- Âm nhạc, nhảy múa, tạo âm thanh
- Chơi ngoài trời

Giúp trẻ tương tác hòa hợp với người khác

- Cho trẻ nhiều cơ hội, càng nhiều càng tốt, để chơi với các bạn nhỏ khác
- Chỉ cho trẻ cách thay phiên, chờ đến lượt, chia sẻ và kết bạn
- Can thiệp giúp đỡ khi trẻ nổi giận với nhau

HÃY ĐỂ TRẺ GIÚP BẠN

Việc giúp đỡ tạo cho trẻ cơ hội để học những kỹ năng mới. Điều này cũng là cách để cho trẻ thấy bạn coi trẻ rất quan trọng và có thể làm được nhiều việc.

- Nếu trẻ muốn giúp thực hiện một công việc không an toàn, hãy giải thích cho trẻ rằng trẻ chưa đủ lớn để làm việc đó. Tìm cách khác để trẻ có thể giúp bạn
- Trợ giúp cho các nỗ lực của trẻ. Trẻ cần được tin rằng mình có thể học và làm được nhiều thứ



Khi trẻ muốn giúp đỡ bạn:

- Hãy giải thích việc bạn đang làm và chỉ cách thực hiện
- Hãy kiên nhẫn. Luôn nhớ rằng hầu hết mọi việc đều cần được tập luyện
- Tập trung vào những gì trẻ làm đúng. Nói với trẻ rằng trẻ đã làm tốt ngay cả khi kết quả chưa hoàn hảo
- Khi trẻ làm ra thứ gì đó chưa hoàn hảo, hãy để yên như vậy. Đừng cố gắng “sửa chữa” nó
- Khuyến khích trẻ luyện tập và rút kinh nghiệm từ sai lầm (miễn là đó không phải hoạt động hay công việc không an toàn)

3- 6 TUỔI

NHỮNG HOẠT ĐỘNG BẠN CÓ THỂ LÀM VỚI TRẺ

Các bài hát, âm nhạc và hoạt động

- Những bài hát có thể hiện các hành động trong đó thường làm trẻ thấy thích thú

Kể chuyện

- Khuyến khích trẻ kể chuyện, nói chuyện với người khác và chia sẻ những câu chuyện cười. Nói chuyện và lắng nghe là những bước đầu tiên để trẻ học đọc và viết
- Khuyến khích trẻ nói về những gì trẻ đã học được và những việc đã xảy ra. Đặt những câu hỏi. Thay phiên nhau nói và lắng nghe. Chia sẻ những câu chuyện của chính bạn với trẻ. Nói về văn hóa và lịch sử của quê hương/địa phương bạn

Đọc và xem sách

- Cung cấp cho trẻ nhiều loại sách
- Sách tranh
- Sách truyện
- Sách làm thủ công
- Hãy nói về các cuốn sách với trẻ và đặt các câu hỏi



ĐỒ CHƠI GIÚP TRẺ VUI VÀ HỌC

Đồ chơi vận động:

- Xe hai bánh, xe ba bánh
- Bóng
- Xô và thìa

Nghệ thuật và thủ công:

- Màu sơn
- Bong bóng
- Bút sáp màu và bút dạ
- Giấy thủ công

Đồ chơi tạo ra âm nhạc:

- Trống, trống lắc tay
- Nồi và chảo



Đồ chơi để chơi yên lặng, học tính tập trung và kiên trì:

- Các bộ lắp ghép xếp hình
- Câu đố, trò chơi ghép hình, ghép chữ và những trò chơi dễ
- Ô tô, xe tải, tàu hỏa và các nhân vật đồ chơi

Đồ chơi kích thích tưởng tượng:

- Quần áo hóa trang
- Búp bê và thú nhồi bông
- Các hộp bìa các-tông
- Rối tay

6- 8 TUỔI

BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ ĐỂ TRẺ CẢM THẤY ĐƯỢC AN TOÀN, YÊN TÂM, YÊU THƯƠNG VÀ THẤU HIỂU

Để cảm thấy an toàn, yên tâm, được yêu thương và thấu hiểu, trẻ cần:

- Tình yêu thương của người lớn
- Sự khuyến khích và khen ngợi
- Các quy tắc và giới hạn hợp lý
- Những câu trả lời đáng tin cậy cho các câu hỏi của trẻ
- Cơ hội để trẻ được độc lập, mạnh dạn và thể hiện sự tự tin, chịu trách nhiệm
- Môi trường xung quanh an toàn để chơi và học từ việc chơi
- Người lớn, bạn bè và trẻ em để chơi cùng

Bạn có thể giúp trẻ bằng cách:

- Đưa ra những quy tắc và giới hạn hợp lý. Giải thích những quy tắc và giới hạn này cho trẻ một cách thật rõ ràng và tuân thủ chúng một khi các nguyên tắc này được đưa ra
- Hãy dành thời gian cho trẻ được chơi tự do. Vui chơi vẫn rất quan trọng ở lứa tuổi này. Hãy để trẻ tự chọn cách mà trẻ muốn chơi khi có thời gian rảnh. Trẻ có thể muốn ra ngoài và chơi với bóng, nhảy dây hoặc ở trong nhà và vẽ.
- Chia sẻ ý kiến và trao đổi các vấn đề quan trọng với trẻ. Điều này giúp bạn kết nối với trẻ và thể hiện sự quan tâm của bạn dành cho trẻ. Bởi trẻ đã lớn hơn, hãy cho phép trẻ đóng góp ý kiến vào việc ra quyết định của gia đình khi thích hợp



6- 8 TUỔI

**BẠN CÓ THỂ LÀM GÌ GIÚP TRẺ PHÁT TRIỂN TƯ DUY, CẢM XÚC,
HỌC HỎI, VUI CHƠI**



Ở lứa tuổi này, các kỹ năng thể chất, tinh thần và xã hội của trẻ phát triển nhanh chóng. Đây là thời điểm quan trọng để trẻ phát triển sự tự tin và lòng tự trọng của mình. Ở độ tuổi này, cuộc sống của con bạn chủ yếu xoay quanh gia đình, trường học, bạn bè và các hoạt động sau giờ học.

Trẻ đang học cách để làm quen và thích ứng với trường lớp

- Trẻ thích kết bạn mới và làm bạn
- Trẻ đang học cách viết số và viết chữ chính xác hơn. Một trẻ 8 tuổi trung bình học 20 từ mới mỗi ngày, chủ yếu thông qua việc tự đọc hoặc nghe đọc
- Trí nhớ của trẻ ngày một phát triển, trẻ có thể nhóm các đồ vật theo kích cỡ, hình dáng và màu sắc
- Trẻ muốn làm vừa lòng một số người quan trọng với trẻ như bố mẹ và thầy cô giáo, vì vậy làm mọi thứ ‘đúng cách’ trở nên rất quan trọng với trẻ

Trẻ đang học cách để miêu tả trải nghiệm, nói về suy nghĩ và cảm nhận tốt hơn

- Trẻ rất dễ xấu hổ và nhạy cảm với những quan điểm và niềm tin của người khác
- Trẻ biết quan tâm và đồng cảm với những người trong gia đình và bạn bè của mình mỗi khi những người này buồn khổ
- Trẻ có thể tự phê phán và rất nghiêm khắc với bản thân và sẽ cần sự trợ giúp của bạn để tập trung vào những gì trẻ làm tốt

Trẻ đang học cách hợp tác với những người khác

BẠN CÓ THỂ GIÚP TRẺ BẰNG CÁCH:

- Thể hiện tình cảm của bạn với trẻ. Nhận ra những điểm mạnh và phẩm chất tích cực của trẻ. Đôi khi lòng tự trọng của trẻ giảm sút trong những năm học tiểu học bởi trẻ biết tự phê phán và trở nên nghiêm khắc với bản thân mình hơn và biết so sánh mình với những người khác
- Đọc cùng trẻ. Đọc sách rất quan trọng đối với sự phát triển khả năng đọc viết của trẻ. Khi trẻ bắt đầu học đọc, hãy bảo trẻ đọc cho bạn nghe. Bạn cũng có thể thử một số hoạt động để giúp trẻ phát triển kĩ năng này như kể chuyện hoặc tự làm một cuốn sách của riêng mình
- Hướng dẫn và khuyến khích trẻ tự vệ sinh thân thể: tắm, rửa mặt, đánh răng
- Hướng dẫn và nhắc nhở trẻ chuẩn bị đầy đủ đồ dùng học tập và làm bài cho việc đến lớp
- Hướng dẫn và khuyến khích trẻ thể hiện sự quan tâm chăm sóc tới người khác (ông bà, bố mẹ, anh chị em...), kính trọng người lớn, thầy cô giáo; giúp đỡ bạn bè
- Dạy cho trẻ biết rằng việc mắc lỗi không có gì sai. Hãy để cho trẻ thấy bạn thử làm những điều mới và cũng phạm sai lầm. Việc này sẽ giúp cho trẻ hiểu rằng việc học hỏi và sự tiến bộ có được là thông qua việc mắc lỗi, vấn đề then chốt là không bao giờ bỏ cuộc
- Hãy chuẩn bị đón nhận rất nhiều những câu hỏi của trẻ khi trẻ khám phá thế giới xung quanh mình
- Khuyến khích trẻ kết bạn. Tình bạn cho trẻ có cảm giác tin cậy, thân thuộc và giúp cho trẻ học và thực hành các kỹ năng xã hội cơ bản như chia sẻ và thương lượng. Hầu hết các mối quan hệ của trẻ đều tích cực, nhưng hãy để ý nếu có dấu hiệu về hành vi bất nạt



6- 8 TUỔI

NHỮNG HOẠT ĐỘNG BẠN CÓ THỂ LÀM CÙNG TRẺ

Đọc sách cùng trẻ

- Hãy cùng trẻ thay phiên đọc sách. Đặt các câu hỏi về quyển sách, chẳng hạn trẻ thích đoạn nào trong câu chuyện và tại sao, nhân vật yêu thích/không yêu thích nhất của trẻ và tại sao

Kể chuyện

- Khuyến khích trẻ kể chuyện trong lúc ăn tối. Nói chuyện và lắng nghe là những bước đầu tiên để đọc và viết
- Khuyến khích trẻ nói về những gì đã xảy ra ở trường. Đặt những câu hỏi. Thay phiên nhau nói và lắng nghe. Chia sẻ những câu chuyện của chính bạn với trẻ

Cho trẻ cơ hội được khám phá và học ở trong nhà và bên ngoài

- Hãy để cho trẻ thử nghiệm với những thứ như cốc, nhiệt kế, kính lúp, chai lọ để lưu trữ các thứ
- Các hoạt động thể thao giúp cho trẻ phát triển các kỹ năng vận động và rất nhiều cơ hội để chạy, đá, ném, quay vòng và rất nhiều thứ khác cũng rất quan trọng cho trẻ

Cùng cả gia đình thực hiện các hoạt động vui như nấu nướng, làm vườn, đi thăm bạn bè và họ hàng. Trẻ đã trở nên độc lập nhưng thời gian được ở bên bạn vẫn rất quan trọng



6- 8 TUỔI

ĐỒ CHƠI GIÚP TRẺ VUI VÀ HỌC

Đồ chơi vận động:

- Xe đạp
- Bóng

Nghệ thuật và thủ công:

- Màu sơn
- Bút màu và bút dạ
- Giấy thủ công

Sách:

- Sách tranh ảnh
- Sách truyện chữ dành cho thiếu nhi



Đồ chơi để chơi yên lặng:

- Các bộ lắp ghép xếp hình
- Các câu đố, bộ ghép hình, ghép chữ và các trò chơi dễ
- Ô tô, xe tải, tàu hỏa và các nhân vật đồ chơi

Đồ chơi kích thích tưởng tượng:

- Quần áo hóa trang
- Búp bê và thú nhồi bông



**BỘ LAO ĐỘNG THƯƠNG BINH
VÀ XÃ HỘI**



**Public Health
Agency of Canada**